

# Gesundheitswoche für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung

## Schwerpunkt: Ernährung

Mo, 19.06.2023 — Fr, 23.06.2023

Das Seminar vermittelt Menschen mit einer geistigen Beeinträchtigung Grundkenntnisse zum Thema "gesunde Ernährung" und gibt Tipps zur Gewichtsreduktion. Mit kreativen Methoden wie einem Quiz, einem Lebensmittel-Memory, einem Geschmackstest sowie mit vielen praktischen Lerneinheiten in der kleinen Lehrküche werden Basisinformationen vermittelt und angewendet. Kleine Wanderungen, ein Grillabend und Bewegungsübungen ergänzen das Programm.

### VA-Nummer

3580

### Kosten

165,- EUR (Eine Förderung durch Aktion Mensch wurde beantragt.)

### Dauer

Mo, 13:00 Uhr – Fr, 14:30 Uhr

### Dozent\*innen

[Meike Dierßen](#), [Birgit Meisel](#)  
Pädagogische Leitung: Monika Henne