

## Adresse

### Ernährungszentrum

Bodensee-Oberschwaben  
Schillerstraße 34  
88339 Bad Waldsee

Tel.: 07524/9748-6410

E-Mail: [lwbw@landkreis-ravensburg.de](mailto:lwbw@landkreis-ravensburg.de)

### Außenstelle Leutkirch

Wangener Straße 70  
88299 Leutkirch

Tel.: 07561/9820-6640

E-Mail: [lwlk@landkreis-ravensburg.de](mailto:lwlk@landkreis-ravensburg.de)

### Homepage

[www.ernaehrung-oberschwaben.de](http://www.ernaehrung-oberschwaben.de)

**Ernährungszentrum**  
BODENSEE | OBERSCHWABEN



## Öffnungszeiten

Mo - Fr 08:00 - 12:00 Uhr

Mo - Mi 13:30 - 15:30 Uhr

Do 13:30 - 17:30 Uhr

Angebote  
für  
Betriebliches  
Gesundheits-  
management

## Workshops

- ✓ Salate - vielseitig und genussvoll durchs ganze Jahr
- ✓ Vegetarische Küche (Themen auf Anfrage)
- ✓ After-Work-Cooking - schnelle Küche für Berufstätige
- ✓ Kreative Resteküche
- ✓ Essen to go
- ✓ Styr fry - alles aus einer Pfanne
- ✓ Fisch - immer ein Genuss

sowie die Themen aus dem aktuellen Programm.

## Vorträge

- ✓ Alles dabei - Grundlagen der Ernährung
- ✓ Knochenstark in jedem Alter
- ✓ Alles in Butter - Fette und Öle in der Ernährung
- ✓ Die Retter der Tafelrunde - klimafreundlich kochen und genießen
- ✓ Power Food - ein Trend oder mehr?
- ✓ Das Etikett - die Visitenkarte des Lebensmittels
- ✓ Richtig Essen und Trinken bei Schichtarbeit

## Allgemeine Hinweise

Bei **Workshops** beträgt die Mindestteilnehmerzahl 8 Personen, die maximale Gruppengröße liegt bei 12 Personen.

Kostenbeitrag für Workshops: 100 € (Honorar) plus 15 € Lebensmittelkosten pro Teilnehmer.

Bitte den passenden Kostenbeitrag, Schürze, Spültuch, Geschirrtuch und Behälter für Speisen mitbringen.

Bei **Vorträgen** ist eine Mindestteilnehmerzahl von 15 Personen erforderlich.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?  
Dann setzen Sie sich gerne mit uns in Verbindung!



GUTES ESSEN FÜR BADEN-WÜRTTEMBERG