

„Meal Prep“ für Zuhause und unterwegs

Ein Praxiskurs für Eltern und Kinder mit theoretischem Input

Ein Angebot des Familienstützpunktes Zellerau in Kooperation mit dem Amt
für Ernährung und Landwirtschaft

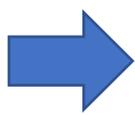
**Wo: Aktives Begegnungszentrum (ABZ),
Sedanstraße 7a Zellerau**

Wann: 30.07.2025

Uhrzeit: 14:45 Uhr bis 16:45 Uhr

Meal Prep hilft bei der zeitsparenden und gesunden Essensplanung für die ganze Familie. Wir lernen u.a. die Vorteile von Meal Prep kennen und erfahren, wie man das Konzept auch für Kinder-Lunchboxen umsetzen kann. Gemeinsam werden wir kleine Snacks und Speisen zubereiten, die man dann probieren darf.

Referentin: Melanie Ulzheimer, Fachberaterin für Kinder und Jugendernährung

 Anmeldung bis 25.07.2025 unter:
Familienstuetzpunkt-zellerau@skf-wue.de

Erziehungs- und
Familienberatung *im* SkF
für Kinder, Jugendliche und Eltern



Familienstützpunkt Zellerau
Leonie Hupp
Frankfurter Straße 24 97082
Würzburg
0174/5949519
www.skf-wue.de