AOK Rheinland-Pfalz/Saarland
Die Gesundheitskasse.

AOK

KATHOLISCH
Bistum Mainz

**Mittwoch,
19.04.2023,
10-13 Uhr**

Kraftvolle Pausenfüller

In diesem Seminar erhalten Sie umfassende Infos, Rezeptideen und Tipps, wie Sie Ihren Arbeitstag mit schmackhaften ausgewogenen Mahlzeiten und Pausensnacks gut planen können. Steigern Sie Ihre geistige und körperliche Leistungsfähigkeit und Ihr individuelles Wohlbefinden. Probieren Sie schnelle und leckere Rezepte für Ihre Pausen aus.
Referentin: Marion Becker, Diplom-Oecotrophologin, AOK-Gesundheitscoach
Anmeldung: www.aok.de/rps/gesundheitspartner,
Kursnummer/Stichwort: 3 - 51135102/Bistum Mainz

Gesundheit erLEBEN