

Voeding en leefstijl in Bibliotheek Middelstum.

Vrijdag 30 november komt Birgit Flüg, van kok aan huis, in de bibliotheek van Middelstum vertellen en vragen beantwoorden over een gezonde leefstijl. Een gezonde leefstijl, waarbij de keuze voor gezonde voeding van essentieel belang is.



Voeding & Leefstijl
door Birgit Flüg, kok aan huis
Bibliotheken Middelstum en Loppersum

Gratis
inloopspreekuur

BIBLIOTHEEK LOPPERSUM
Donderdag 29 november
14.00 - 15.00 uur

BIBLIOTHEEK MIDDELSTUM
Vrijdag 30 november
14.30 - 15.30 uur

Een gezonde leefstijl, waarbij de keuze voor gezonde voeding van essentieel belang is. Kok aan huis **Birgit Flüg** beantwoordt je vragen over voeding en leefstijl, geeft tips en vertelt hoe je zonder zakjes, pakjes en potjes verrassend en lekkere gerechten uit eigen keuken bereidt.

www.biblionet groningen.nl/loppersum | www.biblionet groningen.nl/middelstum | 088-50 61 900 (klantenservice)
www.kok-aan-huis.com

 **Biblionet**
Groningen

Birgit geeft tips en vertelt hoe je zonder zakjes, pakjes en potjes verrassend en lekkere gerechten uit eigen keuken bereidt. De middag begint om 14.30 uur.

Bron: Bibliotheek Middelstum (11 november 2018)