



Veranstaltungstermin:

Do, 20.05.2021, 09.00 - 10.45 Uhr, 2 UE
(UE = Unterrichtseinheit, 1 UE = 50 Min.)

Veranstaltungsort:

6020 Innsbruck, bei Ihnen daheim, vor dem Computer, Tablett oder Smartphone im **Online Seminarraum**. Der Link zum **Einstieg wird rechtzeitig per Mail zugesendet**.

Zielgruppe:

gesundheitsbewusste KonsumentInnen

Anmeldung:

LFI Kundenservice Tel. 05 92 92-1111 oder online auf www.tirol.lfi.at mittels dem QR Code spätestens Di, 18.05.2021 12.00 Uhr

Mitzubringen:

Bei der Karfiolpizza kannst du gerne zu Hause mitmachen. **Die Zutatenliste dafür bekommst du 2 Tage vor Kursbeginn zugeschickt**.

Teilnahmebeitrag:

€ 22,00 (inkl. Rezeptheft und aktivem Teil für die TN, die gerne zu Hause mitmachen wollen)

Max. TeilnehmerInnenzahl:

50 (mindestens 32)

TrainerInnen:

Dipl.-Ernährungstrainerin Brunhilde Matt

Veranstaltungsnummer:

6020321002

Veranstalter:

LFI Tirol | Region West
Bezirke Landeck und Imst
Brennbichl 53 | 6460 Imst
tirol.lfi.at | ZVR-Zahl: 590200170

LFI Tirol

Cookinar: Schnelle und gesunde Gerichte für jeden Tag

In diesem Online-Kochkurs bekommst du wertvolle Tipps, wie du schnelle, leichte und gesunde Gerichte für jeden Tag mit regionalen und saisonalen Gemüsesorten kochen kannst. Die frischen Kräuter geben den Gerichten noch die besondere Würze. Die Trainerin zeigt dir, wie du Kartoffel-Gemüselaiabchen mit Sauerrahm-Dip und frischen Kräutern und ein pikantes Hirsegericht zubereitest. Bei der Karfiolpizza kannst du gerne zu Hause gleich mitmachen. - Inklusive Rezeptheft.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

LFI Tirol – Geschäftsführerin-Stv.
Mag. (FH) Nikola Kirchner

LFI Imst und Landeck
Ing. Dipl.-Päd. Anni Kerber

QR Code für die Anmeldung



Wir fertigen bei der Veranstaltung Fotos / Videoaufnahmen an. Die Fotos / Videoaufnahmen werden zur Darstellung unserer Aktivitäten auf der Website und auch in Sozialen-Medien-Kanälen und Internetportalen sowie in Printmedien veröffentlicht. Weitere Informationen finden Sie unter <https://tirol.lfi.at/datenschutz>.

Die geltenden gesetzlichen Hygienemaßnahmen im Zusammenhang mit Covid-19 sind zu berücksichtigen und einzuhalten.

Bitte die allgemeinen Geschäfts- und Stornobedingungen des LFI Tirol unter tirol.lfi.at beachten.