



# Zwei Stunden für mich! Genusstraining

Erlauben Sie sich selbst Genuss und bereichern Sie sich mit Wohlfühlmomenten. Wenn Sie über den Tellerrand schauen, sehen Sie, dass Genießen und Selbstfürsorge im Alltag vielseitig möglich sind und Ihr Essverhalten beeinflussen können.  
Gestalten Sie sich einen Abend voller wertvoller Genussmomente für alle Sinne, die lange nachwirken.

**Dienstag, 23. April, 19 Uhr**

**Ort: Sitzungssaal der Gemeinde Erlauf  
Melker Straße 1**

**Kostenbeitrag: € 10,- /Erwachsener**  
(Dieser Kurs wird durch die Gesunde Gemeinde Erlauf gefördert)

**Referentin: Sabine Zeller, BSc**  
Diaetologin

Anmeldung erforderlich:  
[nibelungengau@poechlarn.at](mailto:nibelungengau@poechlarn.at) oder 02757-2403-200

