

Chef Kok

cursusmateriaal 2017



Wat doe je in de cursus?

Je leert te kijken naar wat je allemaal eet.

Je leert ook wat gezond en wat minder gezond eten is.

Je leert ook hoe je meer kunt te gaan bewegen.

Je leert ook om te kijken naar de hygiëne en je krijgt koelkast bewaartips.

Voor wie is deze cursus?

Voor iedereen die graag wilt leren gezond en bewust te eten.

Waar en wanneer?

Deze cursus kan gegeven worden op aanvraag, minimaal 6 en maximaal 10 deelnemers.

Op de plek waar je woont, werkt of dagbesteding volgt.

Kosten

Wil je een prijsopgave voor de workshop neem dan contact op met het Leercentrum via lerenisleuk@zuidwester.org