

Dorfgemeinschaft organisiert Kurs

Bordenau. Die Dorfwerkstatt Bordenau lädt zu einem Ernährungskurs ein. „Abnehmen beginnt im Kopf“ ist für Montag, 31. Mai, 18 bis 20 Uhr, als Onlineformat geplant. Der Kurs ist als Einstieg in ein von Krankenkassen bezuschusstes Abnehmprogramm geeignet. Teilnehmer zahlen 15 Euro Gebühr, Mitglieder der Dorfwerkstatt sind mit 10 Euro dabei. Anmeldungen nimmt Dozentin Britta Borges unter Telefon (0176) 97 66 8165 oder per E-Mail an britta@borges-online.com entgegen. Anmeldeschluss ist der 24. Mai. ade

Leine-Zeitung vom 21.5.2021

Dorfwerkstatt bietet Kurs zu Ernährung an

Bordenau (r/tma). Wer sich beim Abnehmen „richtig“ steuern möchte, bekommt am 31. Mai von 18 bis 20 Uhr Tipps beim Video-Ernährungskurs der Dorfwerkstatt unter dem Motto „Abnehmen beginnt im Kopf“.

„Manchmal ist es gar nicht der Hunger, der uns zum Schokoriegel greifen lässt“, heißt es in einer Mitteilung. „Wir analysieren und fangen an, Strategien zu entwi-

ckeln - für weniger Gewicht und mehr Lebensqualität - ohne Verzicht!“

Der Kurs ist geeignet als Schnupperkurs zum Einstieg in ein von den Krankenkassen bezuschusstes Abnehmprogramm. Anmeldungen nimmt Ernährungsberaterin Britta Borges bis zum 24. Mai unter Telefon 0176797668165 oder per E-Mail an britta@borges-online.com entgegen.

Neustädter Zeitung vom 22.5.2021