IN FORM
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung

Gesund und nachhaltig essen mit kleinem Budget

Günstig, gesund und gut -

Ernährungstipps für jeden Tag

Wann: 28.10.2026, 17 Uhr
Wo: Kinder- und Familienzentrum
„Sonnenschein“ in Dargun





Was brauchen wir für eine ausgewogene Ernährung? Und wie lässt sich gesund einkaufen, ohne das Familienbudget zu sprengen? In dieser Elternveranstaltung erhalten Sie verständliche Informationen zur Ernährungspyramide, zu Lebensmittelkennzeichnungen und zu einem bewussten Einkauf für die ganze Familie.



www.verbraucherzentrale.de/gesund-essen-mit-kleinem-budget

www.in-form.de

Gefördert durch:

Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Verbraucherzentrale

Europa-Universität Flensburg
Fakultät I
Institut für Gesundheits- und Ernährungswissenschaften