



Bild von Bernadette Wurzinger auf Pixabay

## Aktion zur gesunden Ernährung

# Essen nach Sebastian Kneipp

**Freitag, 14. März 2025, Beginn um 14.00 Uhr**

Mehrgenerationenhaus, Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 4

Im Nachgang zum „Tag der gesunden Ernährung“ (7. März) bietet der Kneipp-Verein Münden eine Woche später zu diesem Thema eine Mitmachaktion an. Gemeinsam werden wir ein schmackhaftes Essen nach der Gesundheitslehre von Sebastian Kneipp (1821-1897) zubereiten und uns dieses dann im Anschluss auch schmecken lassen. Bei der Zubereitung unseres „Drei-Gänge-Menüs“ lernen wir viel über gesunde Ernährung, zum Beispiel durch die Auswahl von geeigneten Kräutern und Gewürzen, gesunde Zutaten und das Vorgehen bei der Zubereitung. Die Veranstaltung ist offen für Vereinsmitglieder und interessierte Gäste.

## Bitte vorher anmelden

Zur besseren Vorbereitung der Veranstaltung und Beschaffung der Zutaten ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Teilnehmer, die nicht Kneipp-Mitglieder sind, zahlen einen kleinen Kostenbeitrag für die verwendeten Zutaten.

■ **Infos und Anmeldung** beim Kneipp-Verein Münden, Tel. 0551 9094254 (Helga Quentin), Tel. 05541 6392 (Gudrun Surup) oder per E-Mail an [info@kneipp-muenden.de](mailto:info@kneipp-muenden.de).