

Grüezi

Bei den folgenden Kursen am BBZ Arenenberg sind noch Plätze frei!

CAKEPOP-ROSEN

Wer verschenkt nicht gerne Rosen? Und wieso nicht für einmal in essbarer Form? Lassen Sie sich überraschen, wie Sie mit den Küchengeräten, welche Sie im Haushalt haben und mit etwas Fingerspitzengefühl sowie Geduld einfache Cakepop-Rosen zaubern können. Ausserdem erfahren Sie Wissenswertes über den Umgang mit Modellierschokolade, Lebensmittelfarben und weiteren Zutaten. Sie nehmen einen bunten, Rosenstraus in kulinarischer Form mit nach Hause.

Kursdatum: Montag, 19. Oktober 2020

Kurszeit: 18.00 – 21.30 Uhr

Kursleitung: Kathrin Belloni

Kosten: Fr. 97.--

Anmeldeschluss: 05.10.2020

<https://arenenberg.tg.ch/kurse/angebot.html/10060/offerid/798932>

VORTRAG: MÜDE UND ENERGIELOS; EISENMANGEL?

Ein grosser Teil der Menschen leidet an einem Eisenmangel. Die Personen fühlen sich müde, energielos, haben keinen Antrieb um den Alltag zu bewältigen, neigen evtl. zu Depressionen (...). Was sind mögliche Auslöser eines Eisenmangels? Wie kann der Eisenbedarf über die Nahrung gedeckt werden? Was verhindert die Aufnahme des Eisens im Körper? Praktische Tipps und Tricks werden vermittelt wie das wertvolle Eisen besser aufgenommen werden kann. Wildkräuter und Heilpflanzen stehen im Mittelpunkt, die wertvolle Quellen des essentiellen Nährstoffes sind. Der Vortrag wird mit einer kleinen Degustation abgerundet.

Kursdatum: Dienstag, 27. Oktober 2020

Kurszeit: 19.00 – 21.30 Uhr

Kursleitung: Andrea Schütz

Kosten: Fr. 65.--

Anmeldeschluss: 13.10.2020

<https://arenenberg.tg.ch/kurse/angebot.html/10060/offerid/785590>

VORTRAG: STÄRKEN SIE IHR IMMUNSYSTEM!

In Zukunft werden wir vermehrt mit Krankheiten wie beispielsweise dem Corona-Virus konfrontiert. Damit der Körper auf diese Bedrohungen vorbereitet ist, muss das Immunsystem intakt sein. Was gehört eigentlich zum Immunsystem? Wie kann dieses gestärkt werden? Was schwächt unser Abwehrsystem? Wie werden die Empfehlungen umgesetzt? Die Naturheilkunde mit den verschiedensten Gebieten wie Pflanzenheilkunde, Hydrotherapie, Wickel usw. hat ein grosses Potential, um den Menschen vor Krankheiten zu schützen. Der Vortrag wird mit einer Degustation abgerundet. In der Pause wird auf die persönlichen Fragen der Kursteilnehmenden eingegangen. Bereiten Sie sich vor und stärken Sie Ihre Abwehrkräfte!

Kursdatum: Mittwoch, 4. November 2020

Kurszeit: 19.00 – 21.30 Uhr

Kursleitung: Andrea Schütz

Kosten: Fr. 70.--

Anmeldeschluss: 21.10.2020

<https://arenenberg.tg.ch/kurse/angebot.html/10060/offerid/787565>

Wir freuen uns über jede Anmeldung!

Am liebsten ONLINE auf www.arenenberg.ch (Links aufgeführt),
über unsere E-Mailadresse kurse.hauswirtschaft@tg.ch
oder telefonisch unter der Nummer 058 345 81 01.

Freundliche Grüsse
Simone Trombetta-Haas

Kanton Thurgau
Bildungs- und Beratungszentrum
Arenenberg 1
CH-8268 Salenstein
Tel.: +41 (0) 58 345 81 01
E-Mail: kurse.hauswirtschaft@tg.ch
Homepage: www.arenenberg.ch