

KAB Bildungsarbeit BAYERN

Online-Vortrag: Di, 23.01.24, 18:30 - 20:00 Uhr

Emotionales Essen - intuitives Essen



Essen hilft bei Hunger – aber auch bei Traurigkeit oder Stress. Ein Stück Schokolade nach einem anstrengenden Arbeitstag – bin ich da schon ein emotionaler Esser? Oder ist das eher intuitiv?

In diesem Vortrag lernen wir, unsere Bedürfnisse im Zusammenhang mit Essen besser einzuschätzen und es gibt Tipps für den Umgang mit emotionalem Essverhalten.

Referentin: Uta Toellner, Diplom-Ökotrophologin
VerbraucherServiceBayern im KDFB e.V.



Die Zugangsdaten erhalten Sie per E-Mail nach Ihrer Anmeldung telefonisch unter: 0951/9169116 oder digital unter: www.kab-bamberg.de/bildung/veranstaltungen

Die Teilnahme ist kostenfrei.

**Seminar-Nr.
2024-01-149**

Veranstalter: KAB Bildungswerk Bamberg e.V.
Ludwigstr. 25 - Eingang C, 96052 Bamberg, 0951-91691-0
Internet: www.kab-bamberg.de
E-Mail: kab-veranstaltungen@kab-bamberg.de
in Kooperation mit: KAB Diözesanverband Bamberg e.V.,
KAB in der Erzdiözese Bamberg e.V., Ketteler Stiftung der KAB Bamberg



Datenschutz:

Gespeichert werden die bei der Kontaktaufnahme angegebenen Daten: Name, Vorname, Straße und Hausnummer, Postleitzahl und Wohnort, die Telefon-, FAX- und Mobil-Nummer sowie die E-Mail-Adresse. Wir verwenden diese Daten, um Sie über künftige Veranstaltungen zu informieren. Die gespeicherten Daten verbleiben bis eine Löschung gewünscht wird. Die Einwilligung zur Speicherung kann jederzeit gegenüber dem Vorstand für die Zukunft widerrufen werden. Zwingende gesetzliche Bestimmungen - insbesondere gesetzliche Aufbewahrungsfristen - bleiben unberührt. Es erfolgt keine Datenweitergabe an Dritte. Weitere Informationen zur Verarbeitung der Daten finden Sie unter: www.kab-bamberg.de/rechtliches/datenschutz, <https://www.kab-bamberg.de/datenschutz.html>.

V.i.S.d.P. Ralph Korschinsky, KAB Bildungswerk Bamberg e.V., Ludwigstraße 25 - Eingang C, 96052 Bamberg