



# Festtagsmenü -Gesund und lecker-



Universitätsklinikum Ulm  
Akademie für Gesundheitsberufe  
Weiterbildung  
Schlossstraße 38  
89079 Ulm

## TREFFPUNKT

Zentrum für Ernährungskompetenz  
Hauptstraße 18  
89250 Senden  
[www.zek-senden.de](http://www.zek-senden.de)

Das Zentrum für Ernährungskompetenz befindet sich im Raiffei- sengebäude Ecke Hauptstraße/Harderstraße im 2. Obergeschoss. Der Eingang liegt auf der Rückseite des Gebäudes mit Zugang von der Harderstraße. Eine Stunde kostenfreies Parken ist in der öffentlichen Tiefgarage im Bürgerhaus möglich (Zufahrt über Harderstraße). Bitte beachten Sie die dortigen Hinweise an den Parkautomaten. Sie erreichen den Veranstaltungsort auch mit der Buslinie 731 Haltestelle Paul-Gerhardt-Haus in der Hauptstraße. Von dort haben Sie noch einen Fußweg von etwa drei Minuten. Oder mit der Buslinie 737 Haltestelle Senden Bahnhof. Vom Sendener Hauptbahnhof sind wir etwa fünf Gehminuten entfernt.

## ANMELDUNG

Universitätsklinikum Ulm  
Akademie für Gesundheitsberufe  
Schlossstraße 38  
89079 Ulm  
Fon: 0731 500 - 68459  
Fax: 0731 500 - 68452

## Weitere Informationen

E-mail: [akad-wb@uni-ulm.de](mailto:akad-wb@uni-ulm.de)  
URL: [www.uni-ulm.de/klinik/akademie](http://www.uni-ulm.de/klinik/akademie)



Universitätsklinikum Ulm



Universitätsklinikum Ulm  
Akademie für Gesundheitsberufe



## ANMELDUNG

### FESTTAGSMENÜ -GESUND UND LECKER-

10.12.2012

Teilnehmer(in):

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon/Fax \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Mitarbeiter(innen) Universitätsklinikum Ulm bitte  
Personal-nummer angeben:

\_\_\_\_\_

-

Rechnungsanschrift (falls abweichende):

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Straße, Hausnr. \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon/Fax \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum, \_\_\_\_\_

Unterschrift

\_\_\_\_\_

## ZIELSETZUNG

Figurbewußtes Kochen - Gesund und lecker. Bei uns werden Theorie und Praxis direkt verknüpft.

## ZIELGRUPPE

Interessenten aus allen Bereichen.

## FACHDOZENTINNEN

Anja Häußler, Diätassistentin  
Dipl. oec.troph. Claudia Gössel

## INFORMATION

Wir empfehlen Ihnen, bei Ihrer Krankenkasse nachzufragen, ob die Kursgebühr für diese Präventivmaßnahme übernommen werden kann.

Bitte bringen Sie eine Kochschürze mit.

## INHALT

Die Weihnachtsfeiertage nahen mit großen Schritten und damit auch die alljährliche große Schlemmerei. Kilos zu Weihnachten raufgegessen und danach die grosse Jammerei über die viel zu viel zugelegten Pfunde. Bei uns erhalten Sie Ideen für ein gesundes Weihnachtsmenü, das nicht zwangsweise zur „Gesundheitsünde“ werden muss. Sie können durchaus an traditionellen Gerichten wie Gänsebraten mit Klößen festhalten, wenn Sie diese „Kalorien- und Fettbomben“ entschärfen.

- Leichte Maronicremesuppe.
- Knuspriger, gesunder Weihnachtsbraten.
- Festliches Fischgericht für Gourmets.
- Leckere, erfrischende Weihnachtssorbets zum Dessert.
- Ideen für passende Beilagen.

## TERMINE

Montag, den 10.12.2012 von 17:00 h bis 21:30 h

## METHODIK

Gemeinsames Kochen mit Ernährungstipps und Hintergrundwissen zum Einkauf und der gesunden Zubereitung und Zusammenstellung der Gerichte.

## KURS GEBÜHR

30,00 EUR pro Mitarbeiter(in) Universitätsklinikum Ulm

## STORNOBEDINGUNGEN

Bei Rücktritt nach verbindlicher Anmeldung (unterzeichnetes Anmeldeformular) werden Bearbeitungsgebühren in Höhe von 30,00 EUR erhoben. Ab 3 Wochen vor Veranstaltungsbeginn wird die Kursgebühr in Rechnung gestellt.