



Herzliche Einladung zum Workshop

Gesund und nachhaltig essen mit kleinem Budget

Das KTI (Kompetenz-Team-Inklusion) und die Gautinger Insel laden gemeinsam mit der Verbraucherzentrale Bayern ein

Wann: **Dienstag, den 03. Februar 2026
von 17.30 bis 19:30 Uhr (Dauer: 2 Stunden)**

Wo: **Gautinger Insel, Grubmühlerfeldstr. 10 (Barrierefreier Zugang)**

Für wen: **Alle sind herzlich willkommen.
Kein Vorwissen notwendig.**

Kosten: **Der Workshop ist kostenfrei.**

Größe: maximal 7 Personen

Was erwartet Sie:

- Tipps für gesundes und preiswertes Essen
- Ratschläge zum Einkaufen von Lebensmitteln
- Zwei leckere Rezepte zum gemeinsamen Ausprobieren
- Anschließend gemeinsames Essen

Wichtig: Eine Anmeldung ist erforderlich unter

post.insel@gauting.de oder Gautinger Insel, Telefon: 089 45 20 86 77

Die Veranstaltung findet im Rahmen des IN FORM Projektes „Gesund und nachhaltig essen mit kleinem Budget“ statt

