



---

05.09.2017

## Presseinformation

### Wege zum Wohlfühlgewicht mit Ernährungsberaterin Kerstin Siech

Karlsruhe (scnk). In dem Kurs „Wege zum Wohlfühlgewicht“ gibt Ihnen Ernährungsberaterin Kerstin Siech wertvolle Tipps, wie Sie Ihrem Wohlfühlgewicht ein Stück näher kommen können. Neben der Ermittlung des aktuellen Standes und einem Blick auf die Essgewohnheiten, erhalten Sie bei den fünf Kurseinheiten einen Einblick in die Ernährungslehre und Hinweise, wie man motiviert bleibt und wie sich mehr Bewegungen in den Alltag integrieren lassen. Der Kurs beginnt am Dienstag, den 19.09.2017 und findet zwischen 10:30 – 11:30 Uhr im AWO Haus der Familie, Kronenstraße 15 in 76133 Karlsruhe statt.

#### Information und Anmeldung:

AWO-Zentrum, Haus der Familie

Sarah Wenz, Leiterin

Kronenstraße 15, 76133 Karlsruhe

Tel.: 0721/35007-122, [hdf@awo-karlsruhe.de](mailto:hdf@awo-karlsruhe.de)

[www.awo-kurse-karlsruhe.de](http://www.awo-kurse-karlsruhe.de)

#### Ansprechpartnerin:

Somajeh Noheh-Khan

Unternehmenskommunikation

AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH

Rahel-Straus-Straße 2

76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 35007-168

Fax: 0721 35007 – 170

Mail: [s.noheh-khan@awo-karlsruhe.de](mailto:s.noheh-khan@awo-karlsruhe.de)

**Detailinformationen über die Angebote der AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH finden Sie auf unserer Internetseite: <http://www.awo-karlsruhe.de/awo-karlsruhe.html>**