



Mood Food - essen Sie sich glücklich

Beschreibung	Hilft Schokolade gegen Frust, Kaffee gegen Müdigkeit und Quark gegen Trägheit? So einfach ist es wohl nicht. Aber was wir essen, beeinflusst immer auch unsere Gemütslage. Lernen Sie die Zubereitung von Gerichten die Ihre gute Laune erhalten oder verbessern.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Stresskiller Kochen - kochen macht glücklich• Einfluss von Lebensmitteln auf Stimmungslagen• fröhliche Lebensmittel• geniessen mit den Sinnen - essen in Gesellschaft
Voraussetzung	Bitte bringen Sie Vorratsdosen für allfällige Reste und Notizmaterial mit. Für die Schonung der Kleider empfehlen wir eine Schürze mitzunehmen.
Anschluss-Fortsetzungsangebote	Kochkurse_aus_nah_und_fern Saisonale_Küche Kurse_für_Süsses_und_Gebäck Getränketermine Basis_Kochkurse_von_A-Z Gesund_Kochen Ernährungskurse Entspannungskurse
Zusatzinfo	Die Zeiten verstehen sich inkl. Essenszeit. Nach dem Essen übernehmen wir den Abwasch für Sie.
Datum	16.04.2019 / E_1256235
Zeit	18:00 - 21:50 h
Wochentage	Di
Dauer	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten

Klubschule Migros Oerlikon Tel. +41 44 278 62 62
Hofwiesenstrasse 350 kundenservice-center@gmz.migros.ch
8050 Zürich klubschule.ch





Mood Food - essen Sie sich glücklich

Preis	CHF 140.00 Inkl. Kursunterlagen, Lebensmittel, Wein, Kaffee						
Durchführungsort	Klubschule Oerlikon, Hofwiesenstrasse 350, 8050 Zürich						
Termine	<table><thead><tr><th>Tag</th><th>Datum</th><th>Zeit</th></tr></thead><tbody><tr><td>1 Di</td><td>16.04.2019</td><td>18:00 - 21:50</td></tr></tbody></table>	Tag	Datum	Zeit	1 Di	16.04.2019	18:00 - 21:50
Tag	Datum	Zeit					
1 Di	16.04.2019	18:00 - 21:50					

Klubschule Migros Oerlikon Tel. +41 44 278 62 62

Hofwiesenstrasse 350
8050 Zürich

kundenservice-center@gmz.migros.ch
klubschule.ch

