



# Kochen wie in 1001 Nacht

Du bist das ständige Fast Food auch „satt“ und brauchst dringend einen Erholungsurlaub für Deine Geschmacksknospen? Dann melde Dich zu unserer dreiteiligen Workshop-Reihe an und belohne Deinen Körper und Geist!

Unsere Ernährungsexpertin Souhaila Chakkour stellt in drei Terminen die Wichtigkeit und Gesundheitsfunktion unseres Essens vor. Zudem kochen alle die Lust haben, gemeinsam nach leckeren und exotischen Rezepten aus 1001 Nacht (die Rezepte folgen nach Anmeldung).

## **Termine:**

Do., den 29.04.21, von 16-18 Uhr: „Gesund ernähren im Home Office“ + Food Trip

Do., den 06.05.21, von 16-18 Uhr: „Top in Form trotz Corona“ (Übergewichtsprävention) + Food Trip

Do., den 20.05.21, von 16-18 Uhr: „Meal Prepping für Home Office“ + Food Trip

Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldung zum jeweiligen Workshop: [kultur@stw-d.de](mailto:kultur@stw-d.de)

In Kooperation mit dem TK Hochschulservice: Goran Ivic – [Goran.Ivic@tk.de](mailto:Goran.Ivic@tk.de)

Studierendenwerk Düsseldorf  
Kamila Chlebnikow / Karin Kwak  
Tel. 0211 81-15083  
[kultur@stw-d.de](mailto:kultur@stw-d.de)  
[www.stw-d.de/kultur](http://www.stw-d.de/kultur)

**Kostenlos**