

26-7800A Vegane Ernährung: So klappt der Einstieg

Entgelt	16,80 €
Dauer	1 x
Kursleitung	vhs Filderstadt
Bemerkungen	Der Vortrag ist live und wird online übertragen. Wir schicken Ihnen einen Einwahllink. Sie brauchen dazu eine stabile Internetverbindung, einen Computer/Tablet/Smartphone mit Lautsprecher, und müssen den Nutzungsbedingungen von Zoom zustimmen. Fragen können Sie von zuhause über den Chat stellen.
Kursort	Online-Kurs, ,

Immer mehr Menschen interessieren sich für eine vegane Ernährung und möchten diese auch umsetzen. Reicht es einfach, nur alle tierischen Produkte wegzulassen? Der Start in eine vegane Ernährung ist nicht immer so einfach, wie gedacht. Er muss geplant und vorbereitet werden. Ein ausgewogener Speiseplan ist eine ganz neue Herausforderung und betrifft auch den Einkauf veganer Produkte. Über die Theorie der veganen Ernährung wird Schritt für Schritt erklärt, wie man einen Umstieg erfolgreich umsetzen kann und worauf geachtet werden muss, um alle kritischen Nährstoffe abzudecken.

Kursleitung: Andreas Wolf
Veranstaltungsort: Online
Ausführende vhs: vhs Filderstadt

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
11.06.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Online-Kurs

[zur Kursdetail-Seite](#)