



- Groeps cursus voor 8-12 deelnemers
- Gegeven door een diëtist
- Voor mensen met een smalle beurs
- 4 bijeenkomsten van 2,5 uur
- Op een locatie in de buurt

4 bijeenkomsten



1
Kennismaking
Voorlichting
over gezond
eten en drinken



2
Etiketten
lezen
Naar de
supermarkt



3
Proeven en
vergelijken
Recept
samenstellen



4
Samen koken
Samen eten
Afronding



GGD
Amsterdam

Cursus over betaalbare en gezonde
voedingsmiddelen hoe je daar lekkere
maaltijden mee maakt

