

STARKE ZUTATEN, STARKES IMMUNSYSTEM

Mit gestärktem Immunsystem durch den Alltag



Die Covid-19-Krise hat uns einmal mehr verdeutlicht, wie essenziell unsere Gesundheit ist. Die daraus empfohlenen Schutz- und Sicherheitsmassnahmen sind mittlerweile alltäglich geworden. Um Dich für diese äusseren Umstände optimal zu wappnen, kannst Du aber noch mehr tun: Mit einem gestärktem Immunsystem bist Du widerstandsfähiger gegen Erreger und kannst Deiner Vitalität Power verleihen! In diesem Kurs lernst Du die Wirkungen von Nahrungsmitteln und deren gezielten Einsatz für Deine Bedürfnisse kennen. Mit der Umsetzung in Deinem Alltag leistest Du für Dich und Deine Gäste einen wertvollen Beitrag zur nachhaltigen Unterstützung der Gesundheit.

ZIELGRUPPE

Dieser Kurs eignet sich für Personen, welche mithilfe schmackhafter Ernährung in ihrem beruflichen als auch privaten Alltag ihre Abwehrkräfte kräftigen möchten.

INHALTE

- Grundlagen der Ernährung nach den fünf Elementen kennen lernen
- Die thermische Wirkung von Nahrungsmitteln erleben
- Verstehen, wie Zubereitungsarten die Wirkungsweise von Gerichten beeinflussen
- Anhand des Erlernten kannst du deinen Gerichten mehr Tiefe verleihen
- Praxis am Herd, aktives Kochen der Teilnehmer

Alle Inhalte des Workshops werden in einer individuellen Kursdokumentation festgehalten und dem Teilnehmer im Anschluss mitgegeben.

KURSIONFORMATIONEN

1-Tages-Workshop

Kursort: Chefmanship Centre

Thayngen

Uhrzeit: 09:00 – 15:30 Uhr

Teilnehmerzahl: Max. 20 Personen

Kosten: Preis pro Person CHF 290.–
(inkl. Verpflegung)

Hinweis: Kochbekleidung mitbringen

TERMINE

Do., 21.01.2021 Di., 09.02.2021

Do., 16.09.2021 Do., 07.10.2021

DEINE REFERENTEN



Culinary Fachberatung von Unilever Food Solutions
und Patricia Wüest, dipl. Logopädin

JETZT ANMELDEN

Faxe uns deine Anmeldung an: **052 645 61 13**

Melde dich online an unter: **www.ufs.com/workshops**

Oder schicke uns deine Anmeldung per E-Mail an: **chefmanship.ch@unilever.com**

Bei Rückfragen erreichst du uns telefonisch unter: **052 645 60 05**

ICH MÖCHTE GERNE AM WORKSHOP „STARKE ZUTATEN, STARKES IMMUNSYSTEM“ TEILNEHMEN AM:

Do., 21.01.2021

Di., 09.02.2021

Do., 16.09.2021

Do., 07.10.2021

Ich bin bereits Kunde von Unilever Food Solutions und werde betreut von: _____

Ich bin noch kein Kunde von Unilever Food Solutions.

MEINE DATEN:

Vorname: _____ Name: _____

Betrieb: _____

Anschrift: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Telefon: _____ Telefax: _____

E-Mail: _____ Kunden-Nr.: _____

MEINE FUNKTION:

- Geschäftsleitung Küchenleitung
 Einkauf Auszubildende/-r
 Koch/Köchin
 Sonstige: _____

MEIN BETRIEB GEHÖRT ZUM BEREICH:

- Hotel Restaurant
 Freizeitgastronomie Heime/Spitäler
 Betriebsverpflegung Schulen/Kitas
 SnackBar/ Take-away
 Andere: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Es gelten die allgemeinen Bedingungen.

