



MAT FÖR LIVET- FÖRELÄSNING

Hur kan vi kombinera goda matvanor och samtidigt bli mer hållbara konsumenter?

Livsmedelskedjan står för 1/3 av jordens miljöpåverkan. I alla led behöver vi bli bättre på att minska svinn och omsorgsfullt ta hand om vår planet. Vi är alla ansvariga för vår egen hälsa och för vår planet som förser oss med den livsviktiga maten.

Cecilia Walton är kock, diplomerad kostrådgivare och förändringsledare för hållbar mat genom måltidskonceptet Diet for a green planet. Genom sina breda kunskaper inspirerar hon sina åhörare att skapa bättre matvanor, för sin egen hälsa och får vår miljö med handfasta tips och råd. Cecilia föreläser för barn, ungdomar och vuxna inom idrottsrörelsen, på arbetsplatser & för att uppdatera yrkeschaufförer inom YKB.



Föreläsningen passar grupper som vill lära sig mer om goda matvanor i kombination med att bli en medveten konsument. 45 min



Föreläsningen utförs där det passar för kunden och kan även göras digitalt. Den kan bokas i kombination med en matlagingsaktivitet.



Kreativa Kök har lång erfarenhet och bred kunskap inom hälsa och hållbarhet hos flera målgrupper.



070-684 16 65



kontakt@kreativakok.se

kreativakok.se