GKV-Bündnis für GESUNDHEIT



Kaiserslautern
27. November
2026

Einladung

Ernährung & Stress bei Frauen

Stress gehört für viele Frauen zum Alltag – und beeinflusst oft ganz unbemerkt unser Essverhalten. Manche verlieren in stressigen Zeiten den Appetit, andere greifen häufiger zu Süßem, Snacks oder besonders energiereichen Lebensmitteln.
Warum ist das so? Und wie können wir aus dem Teufelskreis von Stress und ungünstigem Essen herauskommen, obwohl wir eigentlich ganz genau wissen, was eine gesunde Ernährung ist?

Die Teilnahme ist kostenfrei!

Wann?

Freitag, 27. November 2026 | 17.00 – 18.30 Uhr

Wo?

PopUp Store
Schillerplatz 2
67655 Kaiserslautern

Anmeldung

Melden Sie sich gerne über folgenden Link an:
https://klmitwirkung.de/de/termine/111-essen-stress-bei-frauen

Alle Angebote finden Sie auch unter: www.teamwork-rlp.de/kaiserslautern

Foto: © Jacob Lund/stock.adobe.com

Gleichstellungsstelle Stadt Kaiserslautern

Gleichstellungsstelle Kreisverwaltung Kaiserslautern

teamwork für Gesundheit und Arbeit

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.