

Laga lätt och god mat



Kom och prova den digitala kokboken MatGlad2.0 och få tips på maträtter du kan göra själv.

I appen MatGlad2.0 hittar du tips på recept, inköpslista och hur du ska laga maten, steg för steg.

Ann Epstein kommer att visa hur den fungerar.



ANMÄLAN?

veronica.byberg@sodraroslagen.fub.se



NÄR? 11 oktober klockan 13-15

VAR? Lyktan, Lyktgränd 2-4, Täby

HUR? Ta med dig din mobil, padda eller dator. Vi bjuder på fika i pausen.

FÖR VEM? För personer med IF och deras anhöriga/personal

