



EXKLUSIVER DIABETES-KOCHKURS IN ERFURT am 25.09.2026

10 Plätze zu vergeben!

Lernen, genießen und den eigenen Blutzucker besser verstehen.

Gemeinsam mit dem bekannten Erfurter Küchenmeister **Claus Alboth** und einer erfahrenen

Ernährungsberaterin erleben Sie einen ganz besonderen Kochabend.

Claus Alboth blickt auf fast 40 Jahre Berufserfahrung zurück, war Küchenchef in renommierten Häusern, wurde im Gault-Millau als „Aufsteiger des Jahres“ ausgezeichnet und gibt sein Wissen heute in begehrten Kochkursen weiter.

Was erwartet Sie?

- Zubereitung eines exklusiven **Drei-Gänge-Menüs**
- Alle Gerichte werden sowohl **mit Fleisch** als auch in einer **fleischfreien Variante** vorgestellt
 - Praktische Tipps für eine genussvolle und blutzuckerfreundliche Ernährung
 - Austausch mit anderen Menschen mit Diabetes
 - Begleitung durch eine qualifizierte Ernährungsberaterin

Besonderes Extra für Menschen mit Typ-2-Diabetes, Prädiabetes

Teilnehmer erhalten die Möglichkeit, einen **FreeStyle Libre Sensor** zu testen. So können Sie live erleben, wie sich verschiedene Lebensmittel und Mahlzeiten auf Ihre Glukosewerte auswirken.

So können Sie teilnehmen:

die **10 Plätze per Losverfahren** vergeben.

Bewerbungsschluss: 14. September 2026

Benachrichtigung: 27. September 2026

Senden Sie Ihre Bewerbung mit Namen und kurzer Vorstellung per E-Mail an:

Info@diabetiker-th.de

Wir wünschen allen Bewerberinnen und Bewerbern viel Glück!

Vielleicht gehören Sie zu den zehn Menschen, die dieses besondere kulinarische Erlebnis gemeinsam erleben dürfen.