

Plejehjem,
midlertidige
døgnoophold
og Københavns
Madservice

Kurser og inspiration 2026

Januar-december



Indhold

Kurser, oplæg og workshops	4
----------------------------	---

Kurser i Meyers Madhus

Introkursus til dig der arbejder med ældre i Københavns Kommune	9
Bagværk med bælgrugter	10
Farser med mindre kød	13
Kost med modificeret konsistens i praksis	14
Supper og sovser	17

Hos jer - køkkenhåndværk

Brug flere bælgrugter	20
Hæv bagværket til nye højder	23
Salater med bælgrugter	24
Vejen til velsmag	27

Hos jer - køkkensparring

Ernæring i køkkenet	30
Ernæringsberegning i Xena	33
Indkøbsanalyse	
- Klima, ernæring og de rette mængder	34
Indkøbsanalyse - økologi og økonomi (også til de erfarne)	37
Økologisk Spisemærke - regnskab og ansøgning	38

Hos jer - oplæg og workshops

Klimaomstilling	42
Mindre madspild fra afdeling og køkken	45
Måltidet som en del af kerneopgaven	46

Kurser, oplæg og workshops

– til dig der arbejder
med mad og måltider
på ældreområdet

Som plejehjem og midlertidigt døgnophold har I mulighed for at få inspiration til jeres daglige arbejde med at planlægge, tilberede og servere velsmagende, ernæringsrigtige og bæredygtige måltider.

Her i kataloget finder I en række kurser og inspirationsoplæg, der er udviklet til jer, der arbejder med ældrepleje i Københavns Kommune. Kurserne er gratis og afholdes i Meyers Madhus eller lokalt hos jer.

Kursus i Meyers Madhus

På kurserne i Meyers Madhus får I mulighed for at få inspiration i andre rammer, end de daglige. Kurserne er en god anledning til at møde andre kollegaer fra ældreområdet, dele erfaringer og sparre med hinanden.

Kurser hos jer

På kurserne hos jer kan I få besøg af en gastronomisk rådgiver fra Meyers Madhus. Kurserne tager udgangspunkt i jeres hverdag og kan indeholde alt fra indkøbsanalyse og ernæringsberegning til inspiration til køkkenhåndværket. Vi tilbyder også oplæg og workshops om emner som "Mindre madspild fra afdeling og køkken" og "Måltidet som en del af kerneopgaven". Kurserne hos jer finder I sidst i kataloget.

Har I et ønske om andre faglige temaer end dem, I ser her, så tag endelig fat i os.

Vi glæder os til at byde jer velkommen i Meyers Madhus eller til at komme på besøg hos jer.

TILMELDING

Du tilmelder dig kurserne i Meyers Madhus på maaltider.kk.dk/for-medarbejdere

Har du spørgsmål eller vil du booke et kursus lokalt hos jer, kan du kontakte Meyers Madhus på raadgivning-kk@meyers.dk eller på tlf. 26 77 31 16 (kl. 9-15)

Scan QR koden for at komme direkte til tilmelding.





Kurser i Meyers Madhus

1-dagskurser



Introkursus til dig der arbejder med ældremad i Københavns Kommune

Til køkkenpersonale

Er du nyansat som køkkenmedarbejder, eller har du blot brug for at blive introduceret til de politiske og faglige rammer for ældremaden i Københavns Kommune, er her muligheden for at få en introduktion til dette.

Vi kommer bredt omkring og drøfter maden og måltidets mange funktioner.

Vi dykker ned i Københavns Kommunes Mad- og Måltidsstrategi, hvor vi også kommer omkring de politiske målsætninger om økologi, klima og madspild samt samarbejdet om måltidet. Vi kommer også omkring den gastronomiske og ernæringsmæssige vinkel.

På kurset bliver du klædt på til arbejdet med Københavns Kommunes Mad- og Måltidsstrategi, hvad den betyder i praksis, og hvordan du sammen med dine kollegaer kan arbejde henimod målene.

På kurset introduceres du til:

- Københavns Kommunes Mad- og Måltidsstrategi
- De officielle anbefalinger og retningslinjer for mad til ældre i Københavns Kommune
- Det praktiske arbejde med at skabe god ældremad til gavn og glæde for borgerne

Dato

18. juni 2026

11. november 2026

Tid

Kl. 12.00-15.00

Sted

Meyers Madhus
Nørrebrogade 52C
2200 København N

Bagværk med bælgfrugter

Til køkkenpersonale

I et mere klimavenligt køkken kan det være nødvendigt at tænke kreativt og kigge nye veje, hvis vi skal sikre et fornuftigt proteinindhold i alle dagens måltider.

Og netop proteinindholdet er særligt vigtigt, når vi laver mad til ældre. Her spiller bælgfrugterne en stor rolle, og på dette kursus dykker vi ned i, hvordan forskellige bælgfrugter kan indgå i sanseligt og ernæringsrigtigt bagværk til morgen, middag, aften – og alt derimellem.

Vi går i køkkenet og bager med linser, bønner og ærter. Vi giver dem plads i en række af de brød, kager, boller og tærter, I allerede serverer. På den måde kan I fordele proteinerne over hele dagen i de favoritter og bagværksklassikere, I allerede har på menuen. Vi arbejder både med lyse brøddeje, der kan bruges til teboller og franskrød samt rugbrød og tærtedeje. Kager og småkager får også et skud protein, når vi bager med bælgfrugterne.

På kurset lærer du at:

- Anvende klassiske bageteknikker og tips, så resultatet bliver velsmagende og saftigt
- Forstå, hvordan ærter, bønner og linser kan indgå i forskellige slags bagværk

Dato

3. september 2026

Tid

Kl. 9.00-15.00

Sted

Meyers Madhus
Nørrebrogade 52C
2200 København N





Farser med mindre kød

Til køkkenpersonale

Vil du lære at lave farser med mindre kød og skabe en mere bæredygtig køkkenpraksis – uden at gå på kompromis med smag, ernæring og kvalitet?

Fars indgår i mange velkendte og populære retter. På dette kursus stiller vi skarpt på, hvordan du både kan ramme velsmag, ernæring og en kødmængde, der går i spænd med klimamålene for mad til ældre.

Du får inspiration, viden og praktiske færdigheder til at skabe farser med bælgrugter, der egner sig til ældre beboere på plejehjem. Vi dykker ned i, hvordan I kan reducere mængden af kød i en fars og stadig sikre god tekstur og velsmag i retten.

Vi arbejder med bælgrugter og kød for at sikre en optimal ernærings sammensætning, når mængden af kødet reduceres.

På kurset lærer du at:

- Lave en velsmagende fars med mindre kød, som kan bruges på mange måder
- Anvende gode produktionsmønstre og skabe synergier mellem produktioner
- Forstå og udnytte umami for at opnå størst mulig velsmag

Dato

28. oktober 2026

Tid

Kl. 12.00-15.00

Sted

Meyers Madhus
Nørrebrogade 52C
2200 København N

Kost med modificeret konsistens i praksis – dysfagidiæt

Til køkkenpersonale

På dette kursus kommer vi hele vejen omkring planlægning, tilberedning og håndtering af Kost med modificeret konsistens (dysfagidiæt) i jeres produktion. Vi arbejder med konsistensstyperne blød, gratin og cremet og har fokus på både det varme og det kolde måltid.

Kurset afholdes over to dage og giver tid til både praktisk køkkenarbejde og drøftelser af hvordan man kommer i mål med dysfagidiæt i praksis, I vil komme hjem med masser af ny inspiration og værdifuld sparring med kollegaer fra andre plejehjemskøkkener.

Den første dag har vi fokus på at arbejde praktisk i køkkenet med opskrifter og tilberedningsmetoder. På dag to skifter fokus til håndtering, opbevaring, opvarmning og især, hvordan I kan integrere dysfagidiæt med den øvrige produktion.

På kurset lærer du at:

- Arbejde praktisk med konsistenserne blød, gratin og cremet ift. tilberedning, velsmag og variation
- At håndtere, opbevare og opvarme dysfagidiæt optimalt, så konsistens og spiseoplevelsen bliver som tiltænkt
- At indarbejde dysfagidiæt, så det bliver håndterbart i jeres daglige madproduktion

Dato

10. og 11. juni 2026
1. og 2. december 2026

Tid

Kl. 09.00-15.00

Sted

Meyers Madhus
Nørrebrogade 52C
2200 København N





Supper og sovser

Til køkkenpersonale

I et travlt køkken kan det være fristende at gribe til færdiglavede fonder, supper og saucer. Men der er mange gode grunde til at lave dem selv. Ikke alene får du en langt dybere og rigere smag, men du sparer også penge og udnytter dine råvarer optimalt.

På dette kursus laver vi grøntsagsbaserede supper og sovser – både klassisk og jævnet med bælgfrugter. Vi vender, hvordan rester kan bruges til at forvandle fødevarer, som ellers ville ende som affald, til smagfulde grundelementer i dine retter.

Du får praktiske teknikker til at udvinde den fulde smag af simple råvarer og samtidig reducere behovet for pulver og færdigfond. Vi arbejder selvfølgelig med tilsmagning, så vi skaber dybde og fylde i smagen.

På kurset lærer du at:

- Lave kraftfulde supper og sovser fra bunden med simple råvarer
- Jævne supper og sovser – klassisk og med bælgfrugter
- Skabe mere smag uden brug af pulver og pasta

Dato

21. maj 2026

Tid

Kl. 12.00-15.00

Sted

Meyers Madhus
Nørrebrogade 52C
2200 København N



Køkken- håndværk

Hos jer

Brug flere bælgfrugter

Til køkkenpersonale

Bælgfrugter er en vigtig kilde til plantebaserede proteiner; både i hovedmåltider og mellemmåltider.

På dette kursus smager vi på et udvalg af linser, ærter og bønner, og taler om tilberedningsmetoder. Vi taler om, hvor længe de forskellige bælgfrugter skal udblødes og koges, og om hvilke bælgfrugter der er gode at bruge til hvad.

Nogle bælgfrugter er f.eks. mere velegnede til at jævne saucer, mens andre er gode som fyld i sammenkogte retter.

Undervejs vender vi ernæringsanbefalingerne og bliver klogere på, hvor mange bælgfrugter der findes, og hvor ofte man bør inkludere dem i måltiderne.

Såfremt I ønsker det, kan vi også gå i køkkenet, hvor vi i samarbejde på forhånd vælger, hvilke opskrifter, vi vil arbejde med.

Forud for kurset har I en telefonsamtale med vores underviser om jeres produktion og ønsker til kurset.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Kursus

Varighed

1-2 timer

Dato/tid

Efter aftale

Sted

Hos jer





Hæv bagværket til nye højder

Til køkkenpersonale

Dette kursus bliver skræddersyet specifikt til jeres behov inden for bagning. Sammen med en bager og bageunderviser er der fokus på at udvikle jeres bagerutiner, opskrifter m.m. i retning af bedre kvalitet og gode arbejdsgange.

Efter booking, forud for kurset bliver I ringet op af vores bageunderviser og afklarer sammen, hvad I gerne vil arbejde med.

Måske har I allerede et konkret ønske – men hvis ikke, hjælper vi jer med gode forslag til, hvad vi kan bruge kurset på. Vi finder ud af, hvad der er vigtigst for jer, og hvad vi kan nå, inden for kursets rammer.

Et konkret eksempel kunne være et brød, I bager, der måske fungerer godt, når I bager få brød, men ikke fungerer, når mængden er stor. Det kan også være et ønske om at integrere nye brødtyper – f.eks. bondebrød- at bage kager med bælgfrugtemel eller andre metoder og rutiner for dejhåndtering, afbagning m.m.

Efter kurset vil I kunne følge op med bageunderviseren og få sparring på, hvad der fungerer og ikke fungerer.

På kurset lærer I at:

- Komme helt i mål med jeres bagværk – det I allerede bager eller noget, I godt kunne tænke jer
- Optimere arbejdsgange, så bagning bliver lettere at passe ind i hverdagen samtidig med, at kvaliteten løftes

Form

Kursus

Varighed

Efter aftale

Dato/tid

Efter aftale

Sted

Hos jer

Salater med bælgfrugter

Til køkkenpersonale

På kurset udvider vi de klassiske grønne salater med masser af planteproteiner, smag fra tilberedte grøntsager, syltede elementer og aromaer. Så resultatet bliver mere spændende salater – der samtidig også giver mere energi og protein i hver bid. Derfor kan salaterne på dette kursus bidrage til at komme i mål med pejlemærkerne, fordi de introducerer flere proteiner fra planteriget i salaten.

Vi arbejder sensorisk med fylde og konsistenser; blødt og sprødt, og vi arbejder med at give alle grundsmagene plads.

Vi tager udgangspunkt i jeres behov. Forud for kurset har I en telefonisk snak med vores underviser om jeres produktion og ønsker til kurset.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Kursus og skuekøkken

Varighed

1-2 timer

Dato/tid

Efter aftale

Sted

Hos jer





Vejen til velsmag

Til køkkenpersonale

Vi stiller skarpt på velsmagen med afsæt i jeres dagligdag. Målet med kurset er at udfordre jer selv og hinanden til at udvikle konkrete tilberedninger, der løfter og varierer smagsoplevelsen med råvarer, som I kender.

Kurset er bygget op i tre trin:

1. Vi tager en indledende faglig snak om arbejdet med velsmag i jeres køkken. De velkendte fem grundsmage er et naturligt afsæt, men herfra udvider vi blikket til især at tale om konsistenser, tilberedningsmetoder, udseende, farver m.m.
2. Vi går i køkkenet og arbejder med råvarer og tilberedninger – men helt uden opskrifter. Vi skal udvikle og 'lege' i køkkenet.
3. Endelig smager vi på maden og taler om, hvordan dagens erfaringer kan bruges i jeres produktion.

På kurset lærer I at:

- Få en forståelse for sensorik i praksis
- Hvordan variation i tilberedninger kan løfte smagsoplevelsen
- Hvor stor betydning dit håndværk kan have i vejen til velsmag

Form

Kursus

Varighed

1-2 timer

Dato / tid

Efter aftale

Sted

Hos jer



Køkken- sparring

Hos jer

Ernæring i køkkenet

Til køkkenpersonale

Den basale ernæringslære og forståelse for, hvad en dagskost består af, både når det handler om Normal-kost til ældre og Energi- og proteinrig kost til småtspisende, er væsentlig viden for såvel pleje- som køkkenpersonale. Herunder hvilke faktorer, der påvirker den ældre borgers ernæringstilstand, funktionsevne og livskvalitet.

I dette oplæg gennemgår vi samarbejdet mellem køkken- og plejepersonale fra ernæringsscreening til det færdige måltid. I oplægget kommer vi rundt om ernæringsbehov og de nationale ernæringsanbefalinger for kostformer, portionsstørrelser og måltidsfordeling, og hvilken betydning mellemmåltiderne har for de to kostformer for at sikre ernæringsindholdet i en fuld dagskost.

På baggrund af oplægget vender vi de konkrete udfordringer og dilemmaer, I oplever i hverdagen, og vi taler om hvilke greb, der skal til for at styrke jeres arbejde med ernæring hele døgnet.

Forud for kurset har I en telefonsamtale med vores underviser om jeres produktion og ønsker til kurset.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Oplæg og workshop

Varighed

1,5 time

Dato / tid

Efter aftale

Sted

Hos jer





Ernærings- beregning i Xena

Til køkkenledere og brugere af Xena

Vil I sikre jer, at en dagskost eller ugekost rammer den rette ernæring? Så er kostberegningssystemet Xena et virkeligt godt redskab.

På dette kursus stiller vi skarpt på, hvordan Xena kan bruges til at sikre ernæringen hen over en dagskost eller en hel uge.

Kurset omfatter ikke teknisk oplæring i brug af kostberegningssystemet.

Forud for kurset har I en telefonsamtale med vores underviser om jeres madproduktion og ønsker til kurset.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Kursus

Varighed

Efter aftale

Dato / tid

Efter aftale

Sted

Hos jer

Indkøbs- analyse – Klima, ernæring og de rette mængder

Til køkkenleder,
menuplanlægger og/eller
indkøbsansvarlig

I omstillingen til mere klimavenlig mad reducerer vi mængden af de traditionelle, animalske proteinkilder og øger anvendelse af de grønne proteiner. Det sætter naturligt nok et særligt fokus på, at måltiderne fortsat indeholder den rette ernæring for den enkelte borger.

På dette møde bruger vi ernæringsanbefalingerne til at undersøge jeres indkøb – både klimamæssigt og i forhold til ernæringen – med udgangspunkt i jeres konkrete muligheder og behov. Vi kan også kigge ind i, om indkøbte mængder svarer til antal spisende og deres ernæringsbehov.

Forud for kurset har I en telefonsamtale med vores underviser om jeres ønsker til kurset.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Møde

Varighed

2 timer

Dato / tid

Efter aftale

Sted

Hos jer





Indkøbsanalyse - økologi og økonomi (også til de erfarne)

Til køkkenleder og indkøbsansvarlige

Ud fra jeres indkøbstræk fra Hørkram gennemgår vi fødevaregrupperne med henblik på økologi, økonomi og evt. klima. Vi går på opdagelse i jeres indkøb og vender, hvad der bliver købt mest af i kilo og kroner.

På den måde kan vi f.eks. kortlægge, hvor mange kilo I helt konkret mangler for at komme i mål med økologien. Når I ser indkøbene over længere tid, og ikke kun på den enkelte bestilling, kan I bedre danne jer et billede af indkøbet.

Det vil være muligt at aftale et opfølgningsmøde i kalenderen efter 3-6 måneder for at følge op på jeres fremgang.

Forud for kurset har I en telefonsamtale med vores underviser om jeres produktion og ønsker til kurset.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Møde

Varighed

Min. 2 timer

Dato / tid

Efter aftale

Sted

Hos jer

Økologisk Spisemærke – regnskab og ansøgning

Til køkkenledere

Københavns Kommunes Mad- og Måltidsstrategi har et stærkt fokus på klima og økologi. Et af de konkrete mål er minimum 90 % økologiske råvarer i de offentlige måltider, og at kommunens køkkener har Det Økologiske Spisemærke i guld. Da mange af jer allerede har minimum 90 % økologi, er der ikke så lang vej for også at komme i mål med Det Økologiske Spisemærke i guld. Det er netop det, I kan få hjælp til på dette kursus.

På kurset stiller vi skarpt på Det Økologiske Spisemærke i guld; hvad skal der til for at ansøge om mærket, hvordan håndterer I eventuelle afvigelser i økologiprocent, og hvordan fastholder I guldmærket over tid.

Vi kigger sammen ned i jeres indkøb og snakker om, hvordan I til hverdag arbejder med indkøb og økologi. Vi laver også en analyse af indkøbet, hvor vi tydeliggør, hvilke udsving I har plads til i det økologiske indkøb – f.eks. i forhold til erstatningsvarer eller andre varer, der ikke købes økologisk. I forlængelse af analysen snakker vi om, hvordan I løbende kan monitorere jeres økologiprocent, og I får gode råd til, hvordan I holder økologiprocenten stabil.

På kurset gennemgår vi den obligatoriske råvarepolitik, som Det Økologiske Spisemærke i guld kræver, I har hængende. Vi gennemgår derudover de regler, der er til dokumentation, som er de samme uanset, om I har et sølv- eller guldmærke.

Hvis I er klar til det, søger vi sammen om guldmærket på Fødevarestyrelsens hjemmeside. Forud for kurset har I en telefonsamtale med vores underviser om jeres indkøbspraksis, økologiprocent og ønsker til kurset.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Kursus

Varighed

Efter aftale

Dato / tid

Efter aftale

Sted

Hos jer





Oplæg og workshops

Hos jer

Klimaomstilling

Oplæg til køkken, plejepersonale, ledelse eller beboere/pårørende

Københavns Kommune har et mål om at reducere klimaaftrykket fra fødevareindkøbet med 25 procent. Men hvad betyder "klimaaftryk" egentlig? Hvordan hænger det sammen med valg af råvarer og indkøb?

Og hvad indebærer klimaomstillingen for måltiderne – både på tallerkenen og for de ældre beboere?

Oplægget giver deltagerne viden om, at klimaomstillingen stadig giver plads til gode og genkendelige måltider for beboerne.

Forud for kurset har I en telefonsamtale med vores underviser om ønsker til kurset.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Oplæg tilpasset målgruppen

Varighed

ca. 30 til 45 min

Dato / tid

Efter aftale

Sted

Hos jer





Mindre madspild fra afdeling og køkken

Til ledelse, køkken og udvalgte relevante medarbejdere

Et af målene i Københavns Kommunes Mad- og Måltidsstrategi er at mindske madspildet. Ingen ønsker at smide mad ud, men at få bugt med madspild kan være en svær opgave at tage fat på i praksis.

Med denne workshop kommer vi hele vejen rundt om det praktiske arbejde med madspild, og vi vender, hvordan I kan arbejde med at mindske madspildet hos jer.

På workshoppen drøfter vi på tværs af faggrupper hvor, hvornår og hvorfor madspildet opstår hos jer. Herfra taler vi praktiske løsninger og vender, hvordan der kan lægges en overskuelig plan, der giver overskud og overblik til at komme i gang – eller komme videre.

Dette tilbud kan både være i form af faglig sparring for ledelse eller en workshop for de relevante medarbejdere på tværs af faggrupper.

Forud for workshoppen har I en telefonsamtale med vores underviser om jeres produktion og ønsker til workshoppen. Workshoppen forudsætter deltagere fra flere faggrupper.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Workshop

Varighed

2-3 timer

Dato / tid

Efter aftale

Sted

Hos jer

Måltidet som en del af kerneopgaven

Til plejepersonale

Måltidet har mange dagsordener og opgaver, der skal forenes. Det skal både understøtte borgeres ernæring, livskvalitet, rehabilitering, medbestemmelse og involvering. Det er ikke nogen let opgave at løse, men når det lykkes, er det til stor gavn for beboerne.

På kurset arbejder vi med at gøre måltidet så konkret som muligt ved at stille skarpt på helt praktiske virkemidler, der kan løfte måltidsoplevelsen og understøtte beboerinddragelse og borgernes funktionsevne. Vi kommer omkring forståelsen for ernæring, og hvad en dagskost består af, både når det handler om Normal-kost til ældre og Energi- og proteinrig kost til småtspisende som et vigtigt afsæt for at lykkes med måltidet.

Vi vender også, hvad der sker med vores sanser, når vi bliver ældre, og hvordan vi med små greb kan påvirke appetitten og sanseligheden. Når duft-, smags-, syns-, høre- og følesans ændrer sig, er der brug for ekstra fokus på, hvordan farver, konsistenser, smage og dufte kan bidrage til appetitopbygning.

Vi arbejder med praktiske virkemidler til at inddrage beboerne i måltiderne og giver konkrete forslag til, hvordan I kan arbejde med systematiske observationer af borgerne, rammerne for måltidet og den rehabiliterende tilgang.

Forud for oplæg og evt. workshop har I en telefonsamtale med vores underviser om jeres behov og ønsker.

For booking eller spørgsmål, send en mail til raadgivning-kk@meyers.dk eller ring på tlf. +45 26 77 31 16.

Form

Oplæg og workshop

Varighed

2-3 timer

Dato/tid

Efter aftale

Sted

Hos jer



Københavns Kommune og Meyers Madhus samarbejder om at skabe endnu bedre måltider i de københavnske institutioner, tilbud og enheder. Sammen har vi fokus på velsmag, godt håndværk og madglæde og løfter den grønne dagsorden med bæredygtige, klimavenlige måltider og mindre madspild.

Tilmelding til kurserne i Meyers Madhus

Ønsker du at deltage på et eller flere af kurserne, så foregår tilmeldingen online på www.maaltider.kk.dk.

Book kurser og inspiration hos jer

Mail: raadgivning-kk@meyers.dk

Tlf: +45 26 77 31 16