

Kochkurs, der die Lebensfreude weckt,

fit und vital vom Herbst in den Winter

gut kochen und eine vitale Gesundheit gehören zusammen. Und wir haben alles, um uns genussreich und gesund zu ernähren und gut durch den Winter zu kommen. Schon in der Schöpfungsgeschichte steht:

„Und Gott sprach: Sehet da, ich habe euch gegeben alle Pflanzen, die Samen bringen, auf der ganzen Erde und alle Bäume mit Früchten, die Samen bringen, zu eurer Speise.“ 1. Buch Mose

In diesem Kochkurs werden Sie frische, knackige Salate, außergewöhnliche Suppen und farbenfreudige Hauptgerichte mit viel frischen Kräutern und Gewürzen zubereiten.

Sie sind herzlich eingeladen (gerne auch mit Familie und Freunden), bitte vorher anmelden.

Bitte ein Brett und ein gutes Messer mitbringen.

Geleitet wird der Kurs von Ralf Skähr-Zöller (Gesundheitsberater(GGB), Koch und Dipl. Religionspädagoge) Donnerstag,

Termin Donnerstag, den 22. November

Zeit: 17.00 Uhr

Kosten: für die Lebensmittel

Ort: Gemeindehaus der Ev. Kirchengemeinde Klingelbach

Lahnstr. 28, 56368 Klingelbach

Veranstalter: Projekt „Innovative Arbeit mit jüngeren Seniorinnen und Senioren“

Ev. Kirchengemeinde Klingelbach

Initiative 55 plus/minus

Anmeldung (bitte frühzeitig):

Ralf Skähr-Zöller

Telefon: 02603-5099271 oder Mail: ralf.skaehr-zoeller@ekhn-net.de