

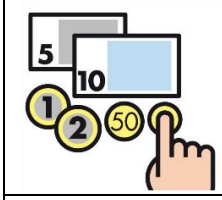
Gesundes Abendbrot und leckere Snacks
Kochprojekt in der Ideenwerkstatt

Unter der Anleitung der Ökotrophologin Ulrike Wagner werden gesunde Abendsnacks zubereitet. Warme Gerichte, Dips, Salate, Brotaufstriche, Knabbersachen süß und herzhaft werden gemeinsam zubereitet und gegessen.

Frau Wagner, die bereits seit 10 Jahren ein Kochprojekt unter der Beteiligung der Lebenshilfe Schenefeld am Lüdersring in Lurup leitet, wird auch weiterhin mit vielen tollen Ideen und Schwung den Kurs anleiten. Besonders wichtig ist es ihr, nicht nur Theorie zu vermitteln sondern anhand konkreter Beispiele tolle Rezepte gemeinsam umzusetzen.

Frei nach dem Motto: „Was gesund ist, darf auch gut schmecken!“ sollen alle ihren Spaß haben. Es wird gemeinsam geschnippelt, gerührt, geknetet, gekocht und viel geredet.
Ein gemeinsames Essen der Speisen bildet den krönenden und immer leckeren Abschluss eines jeden Termins.



	**Wo:** im Stadtzentrum Schenefeld in der Ideenwerkstatt im 1. Obergeschoss
	**Wann:** am 03.12.2026 von 17 bis ca. 20 Uhr
	**Kosten:** 4 Euro pro Person
	**Anmeldung:** erforderlich über verwaltung@lebenshilfe-schenefeld.de Platzzahl begrenzt auf 10 Teilnehmer*innen