



Zusammen kochen: lecker, gesund und preiswert



Du hast Lust gemeinsam mit anderen zu kochen?

Du möchtest Tipps und Tricks rund ums Kochen kennenlernen?

Du möchtest mehr über gesunde Ernährung erfahren?

Dann bist du herzlich eingeladen!

Wir kochen in geselliger Runde zusammen einfache und günstige Gerichte. Du lernst dabei Einiges über das Kochen und über gesundes Essen. Eine erfahrene Ernährungsexpertin steht dir dabei mit Rat und Tat zur Seite. Im Vordergrund steht der Spaß, das Miteinander sowie natürlich das Probieren der Gerichte.

Das Angebot ist kostenfrei.

Zeit: **freitags, 31.05.2024 – 12.07.2024**

(außer am 14.06.2024)

von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Ort: **SKM, Florastr. 122, 50733 Köln**

Trainerin: **Silvia Fröhning**

www.aktiv-im-veedel.de



aktiv
TRANSFER

AlphaDekade
2016 – 2026

GEFÖRDERT VOM
 Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Informationen und Anmeldung

Sozialdienst Katholischer Männer e.V.,
DE FLO

→ Lisa Jänisch, Georg Quinker

0221 – 39904 -221 / -222

deflo@skm-koeln.de


SKM
KÖLN
DE FLO

Lernende Region – Netzwerk Köln e.V.

→ Martina Morales

0221 – 99 08 29 237

martina.morales@bildung.koeln.de

 LERNENDE REGION
NETZWERK KÖLN