

## EINLADUNG

### GESUNDHEIT ERNÄHRUNG

Veranstaltungs-Nr. 44 02 25

---

#### **Klimaschutz-Kochen für Kursleitende mit oder ohne Küche – Wildkräuter**

*Für Kursleitende von Kochkursen und/oder Kursleitungen im Bereich Ernährung an den Volkshochschulen in RLP*

Sie interessieren sich für die Themen Klima-, Artenschutz und Ernährung und wollen Ihre Begeisterung an andere Menschen weitergeben? Dann können Sie auf unserem Fortbildungsangebot das klimafreundliche Kochen theoretisch und praktisch erproben.

Denn rund ein Viertel aller Treibhausgase entsteht im Bereich Ernährung. Das heißt, wenn wir unsere Erde und unser Klima schützen möchten, können wir durch Ernährung, Einkauf und Umgang mit unseren Lebensmitteln viel bewirken. Gemeinsam wollen wir innovative Methoden der Wissensvermittlung erproben, reflektieren und uns mit Gleichgesinnten austauschen. Wenn Sie außerdem Rezepte für das klimafreundliche Kochen mit Gruppen mitnehmen möchten, dann sind Sie in dieser Fortbildung genau richtig.

Im zweiten Teil dieser Fortbildungsreihe wird es um konkrete Handlungsalternativen und die Reflexion des eigenen Lebensstils gehen. Die Auseinandersetzung mit eigenen Mustern und Werten kann uns helfen ein authentisches Vorbild für unsere Teilnehmer\*innen zu werden. Es werden außerdem essbare Wildkräuter vorgestellt und zubereitet, sowie die Zusammenhänge zwischen unserer Ernährung und dem Artensterben thematisiert.

Die einzelnen Fortbildungstermine sind unabhängig voneinander buchbar. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie an allen drei Terminen teilnehmen können.

Neben dem theoretischen Input und dem kreativen Austausch erhalten Sie auch Anregungen für die praktische Umsetzung in Ihrer Kursarbeit; auch wenn Ihnen keine Küche zur Verfügung steht. Falls Sie doch mal ohne eigene Küche richtig kochen wollen, können Sie den Kochbus der Landesinitiative „Rheinland-Pfalz isst besser“ kostenfrei für Ihre Kochaktion anfragen.

- Termin:** Donnerstag, 20. März 2025, 14 – 18 Uhr
- Ort:** vhs Neustadt
- Referent\*in:** Dozent\*in vom Kochbusteam
- Kostenbeitrag:** ohne (50 € für externe Teilnehmer\*innen)
- Anmeldeschluss:** 6. März 2025