



„Ernährungs - Workshop“ „Planetary Health Diet Kochworkshop“ - Genuss und Nachhaltigkeit – Kein Widerspruch -

Klimafreundlich kochen und genießen ist leichter als gedacht. Der Workshop widmet sich der „Planetary Health Diet“, einer wissenschaftlich fundierten Ernährungsweise, die Gesundheit und Klimaschutz vereint. Ziel ist es, teure, stark verarbeitete und verpackte Produkte zu vermeiden, um Ressourcen zu schonen und schädliche Auswirkungen auf das Klima und die Umwelt zu verringern. Klimafreundliches Kochen ist einfach, kreativ und köstlich – für alle ist etwas dabei! Machen Sie mit und gemeinsam lassen wir es uns in gemütlicher Runde schmecken.

Mitzubringen:

Kochschürze, Getränke und Aufbewahrungsdosen für die „Restle“

Datum: Mittwoch, 19.03.2025

Uhrzeit: 18:00 bis 21:00 Uhr, Dauer: 120 min

**Ort: Lehrküche der VHS
Metzgergasse 8, 78054 VS-Schwenningen**

Referentin: Silke Heizmann (Dipl. Oecotrophologin)

Teilnehmer: max. 10

**Teilnahmegebühr: 25.-€ zzgl. 9.-€ Lebensmittelkosten
Rezepte als PDF im Preis inbegriffen**



Anmeldung zu den Workshops bei der Geschäftsstelle des TV Villingen per Mail an info@tvvillingen.de oder telefonisch(07721/26408)