

Willkommen im Familienportal der Stadt Herne!



Stadt Herne

Kochkurs „Gesunde ganzheitliche Ernährung“

Kurs / Workshop

Kochkurs „Gesunde ganzheitliche Ernährung“

Die Herner Akademie lädt herzlich ein zum Kochkurs „Gesunde ganzheitliche Ernährung“. In diesem Kurs erwerben Sie Grundkenntnisse einer gesundheitsbewussten Ernährung und erleben die Freude am Kochen mit frischen, nährstoffreichen Zutaten. Gemeinsam entdecken wir neue Rezepte, die nicht nur den Körper stärken, sondern auch positive Wirkungen auf unsere Psyche haben können. Sie lernen verschiedene Zubereitungsarten kennen und erfahren, wie Sie Zutaten und Gewürze geschickt kombinieren können, um ausgleichende und wohltuende Mahlzeiten zu kreieren.

Der Kurs bietet zudem Raum für den Austausch und Inspiration, wie eine bewusste Ernährung einfach in den Alltag integriert werden kann. Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie, wie genussvoll gesunde Ernährung sein kann! Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Tanja Stotz

Alter des Kindes

vor der Geburt, 0 bis 1 Jahre, 1 bis 3 Jahre, 3 bis 6 Jahre, 6 bis 10 Jahre, 10 bis 16 Jahre, 16 bis 18 Jahre, 18+ Jahre, altersunabhängig

Wann?

Termin(e)

Dienstag, 13. Mai 2025 18:00 – 21:45 Uhr

Angebotstermin

Von 13.05.2025 (18:00 Uhr) bis 13.05.2025 (21:45 Uhr)

Wo?

Volkshochschule im Kulturzentrum

Willi-Pohlmann-Platz 1
44623 Herne

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Bundesstiftung
Frühe Hilfen



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Anmeldung bitte bis spätestens **zum 30. April 2025** per E-Mail an buez@herne.de oder telefonisch unter 0 23 23 - 16 36 36.

Kosten des Angebots

kostenlos

Durchführende Organisation

Volkshochschule im Kulturzentrum

Willi-Pohlmann-Platz 1
44623 Herne

Name Kontaktperson

Frau Remlinger und Frau Rößler-Lelickens

Telefon

0 23 23 / 16 29 20

Email

vhs@herne.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Stadt Herne

Postfach 10 18 20
44621 Herne

Art des Trägers

Öffentlicher Träger

Telefon

0 23 23 / 16 0

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)