

# GEMEINSAM KOCHEN MACHT SPAß

## - für Eltern mit Kindern -



## AUF DIE PLÄTZE, FERTIG – LOS!

### Wir schnippeln, schälen, kochen und haben eine Menge Spaß!

Du lernst mit Deinen Kindern verschiedene Lebensmittel kennen und wir probieren gemeinsam leckere, sommerliche und gesunde Rezepte aus.

Das Angebot richtet sich an Eltern, die Leistungen vom Jobcenter beziehen, mit ihren Kindern im Alter von 6-10 Jahren und ist kostenlos.



Unsere Ernährungsexpertin Sarah Kaja freut sich auf euch!  
0162 / 134 15 20  
kaja.sarah@web.de

### Wann?

Montag, 24.06.24, Montag, 01.07.24,  
Dienstag, 09.07.24, Montag, 15.07.24  
jeweils 10:00 - 12:30 Uhr

### Wo?

Familienzentrum Stadthagen  
Bahnhofstr. 27, 31655 Stadthagen

**Anmeldung bitte direkt bei Sarah Kaja.**

### Gut zu wissen:

#### Kostenlose Gesundheitsberatung

Wenn Sie individuelle Fragen zu den Themen Ernährung, Bewegung oder Stressmanagement haben, dann melden Sie sich gerne bei:

**Sven Schmauder**

05721 / 833 1096, gesundheitslotse@icloud.com

