

Bildungsregion Ostfriesland & RPZ–Arbeitskreis Ernährungs- und Verbraucherbildung

Online: Meal Prep

clever vorbereiten - entspannt essen - zu Hause und unterwegs

To go war gestern! Meal Prep ist viel mehr als nur Vorkochen! Dahinter verbirgt sich nachhaltiges Handeln, Zeit und Geld sparen, Kosten und Müll vermeiden - eben leckeres, gesundes und frisch zubereitetes und damit nachhaltiges Essen und Trinken - just in time für Schule, Beruf und Familie! Systematische Planung und hauswirtschaftliche Kompetenz machen es möglich auf individuelle Wünsche und Bedürfnisse der Esser*innen einzugehen.

Die beiden Referentinnen des ZnE bieten einen Überblick über verschiedene Varianten des Meal Prepping.

Geplanter Ablauf

- Ankommen und „kleiner Technik-Check“
- Begrüßung
- Was steckt hinter der Idee Meal Prep?
- Von Stolpersteinen und gutem Gelingen!
- Ideen, Buchempfehlungen & Rezepte
- Abschluss & Ausblick

Termin: 11. März 2021, 15:30 - 17:30 Uhr

Der Zoom-Raum der Bildungsregion Ostfriesland ist ab 15:15 Uhr geöffnet.

Anmeldung: bis 02.03.2021 per Mail an marques@ostfriesischelandschaft.de

Den Link zur Veranstaltung erhalten Sie zwei Tage vor der Veranstaltung.

Kosten Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Referentinnen: Kerstin Hoop, Maïke Götz, Klaus Bahlsen Zentrum nachhaltige Ernährung/ZnE

Zielgruppe: z. B. Lehrkräfte des Fachbereichs Ernährung und Hauswirtschaft und des Profils Gesundheit & Soziales der Sek I aller Schulformen und der BBS

Veranstalter: RPZ–Arbeitskreis Ernährungs- und Verbraucherbildung und Bildungsregion Ostfriesland, Fischteichweg 16, 26603 Aurich

Ansprech- Gerda Müller &

partnerinnen: Dörte Wegmann-Wardenbach

Unsere Kooperationspartner

verbraucherzentrale

Niedersachsen

ZnE Klaus Bahlsen Zentrum NACHHALTIGE ERNÄHRUNG

VERNETZUNGSSTELLE SCHULVERPFLEGE Niedersachsen

BILDUNGSREGION OSTFRIESLAND

OSTFRIESISCHE LANDSCHAFT