

KiK – Kochen im Kiez

Miteinander kochen, essen
und plaudern

Angeleitet durch Sabine Meyer (Ernährungsberaterin)



Jeweils Mittwoch, von 10 bis 13 Uhr

26. September: Brot - Ein Lebensmittel mit Tradition

**31. Oktober: Ernährungskreis - Gesund essen
mit dem Tellermodell**

28. November: Wintergemüse - Regional und saisonal

**19. Dezember: Kernige Weihnachtsbäckerei - Von
leckeren Kernen, Samen und Flocken**

Nur mit Anmeldung. Kosten 3,50 €

Kieztreff UNDINE im SOZIALWERK des dfb (Dachverband) e.V.

Hagenstraße 57, 10365 Berlin

kieztreff.undine@sozialwerk-dfb-berlin.de

Tel. 030/5 77 99 419 oder -11



Bezirksamt
Lichtenberg

