

FIX & FRISCH AUF DEN TISCH

FAMILIENKÜCHE, DIE ALLE MITNIMMT



Wenn einer kein Gemüse will, die andere es nur roh isst und der Dritte am liebsten Nudeln pur – wie soll man da entspannt kochen? In diesem Kurs lernst du Strategien kennen, wie du mit einfachen Rezepten auf unterschiedliche Vorlieben eingehen kannst, ohne zur Extraköchin oder zum Extrakoch zu werden. Für mehr Gelassenheit am Familientisch – und mehr Genuss für alle.

Ein Angebot in Kooperation mit der Familienpastoral St. Lamberti für Eltern und alle Interessierten

Leitung: Sabrina Sander

Kursort: Jugendheim, Bülser Str. 8, 45964 Gladbeck

Kursnummer: N26050260

Datum: Fr 20.03.2026

Uhrzeit: 17:00 – 20:00 Uhr

Kursgebühr: 30,00 € (inklusive Lebensmittelumlage)



Kooperationspartner: Jugendheim St. Johannes / Familienpastoral St. Lamberti

Infos und Anmeldung: Einfach dem [Link](#) oder QR-Code folgen

Wir freuen uns auf Sie!



St. Lamberti
Gladbeck

KEFB
Bottrop/
Gladbeck
Katholische Erwachsenen-
und Familienbildung