

Module zum wählen:

1. Modul:

- Gemeinsames Frühstück
- Abwechslungsreiche, leckere Ernährung
- 1x1 des Kochens
- Schnelle und preisgünstige Gerichte zubereiten

2. Modul:

- Gemeinsames Frühstück
- So macht Essen Spaß – Tipps und Tricks
- Getränke und Fastfood unter der Lupe – Wir vergleichen

3. Modul:

- Gemeinsames Frühstück
- Haushaltsmanagement
- Planen und Organisieren im Haushalt
- Tipps und Tricks im Haushalt
- Reinigen – effektiv und schnell

4. Modul:

- Gemeinsames Frühstück
- So schonen Sie Ihren Geldbeutel
- Wie Wäscheberge kleiner werden

5. Modul:

- Besichtigung eines Bauernhofs mit Kostproben, Infos und Spaß

Veranstalter:

Landratsamt Alb-Donau-Kreis
Fachdienst Landwirtschaft

Schillerstraße 30
89070 Ulm

Anmeldung und Information:

Telefonzeiten: Montag 13:00-16:00 Uhr
Donnerstag 8:00-12:00 Uhr

Telefon: Ulrike Bahmer 0731 185-3175
Antonia Heisler 0731 185-3122

E-Mail: ernaehrung@alb-donau-kreis.de

Aktuelle Informationen

sind im Internet abrufbar unter:

- www.landwirtschaft-bw.info
 - > Landratsämter
 - > Alb-Donau-Kreis
 - > Veranstaltungen



Wir sind Partner von
Nestwerk
Fragen Sie bei uns an.
www.nestwerk.ulm.de



Fit im Haushalt

Das bisschen Haushalt ...
... erfolgreich managen!

2018

Angebote für Familien mit
Kindern in besonderen
Lebenslagen

Hauswirtschaft
Kompetenz mit Herz, Hand und Verstand

STÄRKE

LANDRATSAMT
ALB-DONAU-KREIS

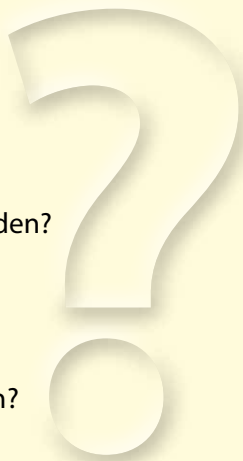
Suchen Sie ...

- Tipps und Unterstützung in Haushaltsfragen?

Möchten Sie ...

- das „tägliche Chaos“ vermeiden?
- ihre Zeit besser einteilen?
- beim Haushalten sparen?
- schnelle, vollwertige Mahlzeiten anbieten können?
- Tipps zum effektiven Sauberhalten Ihrer Wohnung?

Dann kommen Sie zu uns in den Kurs „Fit im Haushalt“ ! ●



Wenn Theorie und Praxis zusammenfinden ...

... befinden Sie sich in unserem Kurs
„Fit für den Haushalt“

Der Kurs ist nicht nur für Anfänger geeignet
– auch »Könneninnen« erweitern ihr Wissen und ihre Fähigkeiten

Sie bekommen ...

Anregungen, Tipps und praktische Erfahrungen



Diese Spezialkurse sind für Familien mit Kindern in besonderen Lebenssituationen bestimmt. Die Kursgebühren können auf Antrag über das Landesprogramm STÄRKE+ abgerechnet werden.

Es besteht die Möglichkeit, im Anschluss an den Kurs häusliche Beratung in Anspruch zu nehmen.

„Fit im Haushalt“ alle Kurse finden einmal im Jahr in Ebingen und Ulm statt.

Sie treffen sich in den Kursen **bis zu 4 x** und besuchen zusätzlich einen Bauernhof

Immer von 9:00 bis 11:30 Uhr

Bei Bedarf mit Kinderbetreuung!

Ebingen

Bürgerhaus
Oberschaffnein
Schulgasse 21

Ulm

Landratsamt
Alb-Donau-Kreis,
Schillerstraße 30,
EG Kanine

Termine 2018

Donnerstag,

- 12. April
- 19. April
- 26. April
- 3. Mai

Termine 2018

Donnerstag,

- 27. September
- 4. Oktober
- 11. Oktober
- 25. Oktober

Weitere individuelle Termine ... können bei genügender Teilnehmerzahl für alle Module vereinbart werden.