



**Vorfürhungen und Kurse im Fachgebiet Ernährungsbildung
zielgruppenorientiert planen und durchführen**

Meal Prep – Vorkochen

Einmal kochen, vielfach genießen
regional - saisonal - klimaneutral - nährstoffschonend - gesund

am 13.06.2023 in der Kath. Familienbildungsstätte Mayen e.V., Bäckerstrasse 12, 56727 Mayen

Ablauf am Dienstag, 13.06.2023

- 09:15 Uhr Begrüßung und Kurzinformationen durch die Geschäftsführerin des Landfrauenverbandes Rheinland-Nassau und Bildungsreferentin der Landwirtschaftskammer RLP
- Methodik und Didaktik* zur Gestaltung von erwachsenengerechten Seminaren;
Exkurs: Einsatz des Kochsacks
Referentinnen: Karin Hartenbach und Simone Danzenbrink, Meisterinnen der ländlichen Hauswirtschaft
- Meal Prep – Vorkochen. Einmal kochen, vielfach genießen
Zielgruppenorientierte Vorfürhungen inkl. Feedback-Runde
Referentinnen: Karin Hartenbach und Simone Danzenbrink, Meisterinnen der Hauswirtschaft
- 13:00 Uhr Mittagspause
- 14:00 Uhr Meal Prep - Vorkochen, Rahmenbedingungen bei Haltbarmachen und Nährstoffverluste beim Zubereiten von Lebensmitteln; Spezial: Fermentieren von Gemüse
Referentin: Melina Ebert, Fachzentrum Ernährung, DLR Westerwald-Osteifel, Montabaur
- Nachbelehrung gemäß Infektionsschutzgesetz und Hygieneschulung gemäß Lebensmittelhygieneverordnung (Schwerpunkt: Lagerung von Lebensmitteln)
Referentin: Sonja Ziebarth, Landwirtschaftskammer Rheinland-Pfalz
- Abschlussdiskussion*
- 16:30 Uhr Ende der Veranstaltung

Leitung und Moderation: Sonja Ziebarth, Bildungsreferentin der Landwirtschaftskammer Rheinland-Pfalz

Die Teilnehmenden erhalten Informationen über themenbezogene Bereiche der Ernährungslehre sowie ausführliche Warenkunde und hilfreiche Informationen zu den verwendeten regionalen, saisonalen Lebensmitteln. Sie diskutieren über ihre beruflichen Erfahrungen und erarbeiten eine Strategie zur optimalen Ansprache von Verbraucher*innen in eigenen Veranstaltungen.

Kosten: 50 Euro pro Person. Die Teilnahme ist kostenfrei für Kursleitende der LandFrauen Rheinland-Pfalz.

Weitere Informationen: LandFrauenverband Rheinland-Nassau, unger@bwv-net.de, 0261-98851111