



Themenreihe: Nachhaltigkeit in der Ernährung

Vermeidung von Lebensmittelverschwendung

Wie können wir gesund essen und dabei den Planeten schützen? Diese Reihe zeigt Wege zu einer nachhaltigen Ernährung mit regionalen und saisonalen Lebensmitteln. Von spannenden Vorträgen bis hin zu Genussworkshops – entdecken Sie neue Perspektiven für eine bewusste Lebensweise.

**Alle Veranstaltungen in Kooperation mit dem
Landwirtschaftsamt Zollernalbkreis.**

Gefördert durch das Ministerium für Ernährung,
Ländlicher Raum und Verbraucherschutz Baden-
Württemberg im Rahmen des Programms
Ernährungsbildung für Erwachsene und Familien.



Zollernalbkreis
Landwirtschaftsamt

vhs



Volkshochschule
Hechingen

vhs Hechingen
Münzgasse 4/1
72379 Hechingen
0 74 71 51 88
vhs@vhs-hechingen.de
www.vhs-hechingen.de

Themenreihe: Nachhaltigkeit in der Ernährung

Vortrag:

Lebensmittelverschwendung stoppen

Etwa 12 Millionen Tonnen Lebensmittel landen in Deutschland jährlich im Müll – vieles davon aus Privathaushalten. Erfahren Sie, wie Sie Abfälle vermeiden, Lebensmittel richtig lagern und kreativ verwerten können.

Do., 27.03.2025, 19:00–20:30 Uhr (Online)

Gebühr: gebührenfrei

Raus auf den Hof:

Biolandbetrieb Eichenhof entdecken

Erleben Sie bei einer Hofbesichtigung, wie regionale Lebensmittel entstehen. Lernen Sie die Vorteile einer saisonalen Ernährung kennen und schätzen.

Fr., 04.04.2025, 16:00–17:30 Uhr

Eichenhof, Grosselfingen

Gebühr: gebührenfrei

Regrowing-Workshop: Gärtnern in der Küche

Lebensmittelreste wie Lauch oder Salat nachwachsen lassen – so einfach und nachhaltig kann Gartenarbeit auf der Fensterbank sein!

Di., 27.05.2025, 9:30–11:00 Uhr

vhs Hechingen, Raum 108

Teilnahmebeitrag für Lebensmittel: 5,00 €

Genussworkshop: Regional & saisonal kochen

Gemeinsam kochen und genießen!

Wir bereiten leckere Gerichte aus heimischen Zutaten zu – ein kulinarischer Abschluss unserer Themenreihe.

Do., 26.06.2025, 16:00–18:00 Uhr

Lehrküche, Grundschule Hechingen

Teilnahmebeitrag für Lebensmittel: 10,00 €



Info und Anmeldung

vhs Hechingen

Münzgasse 4/1

72379 Hechingen

0 74 71 51 88

vhs@vhs-hechingen.de

www.vhs-hechingen.de