



Workshops



- ✓ **Kochen**
- ✓ **Haushaltsmanagement**
- ✓ **Handarbeit**
- ✓ **Garten**



Frühling / Sommer 2019

Inhaltsverzeichnis

Das Team	5
Organisatorische Hinweise.....	8
Veranstaltungsorte	9
Kochkurse	10
Kochen für Kinder.....	14
Häkeln und Stricken	18
Nähen und Handarbeiten	19
Handarbeiten für Kinder.....	21
Garten.....	22
Veranstaltungen für Eltern und Tagespflegepersonen im Schuljahr 2018/2019	23
Fortbildungen für Erzieherinnen und Erzieher im Schuljahr 2018/2019.....	24
Ausbildung	26



©Magdalena Bruder/LEL Schwäbisch Gmünd

Du findest uns auf



Für Beginner(innen), Köner(innen), Fachkräfte

Sie „arbeiten“ bei uns gemeinsam mit fachkundigen Seminarleiter(innen). Ob beim Kochen, Handarbeiten oder für den Garten - immer erhalten Sie in gemütlicher Atmosphäre wertvolle Tipps und Tricks zum jeweiligen Thema.

Neben unserem aktuellen Kursangebot bieten wir:

Für Unternehmen und Behörden im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements

- Vorträge zu Ernährungsthemen mit und ohne Stationen
- Come-together-events für Ihren Erfolg
- Infostände im Rahmen einer Ihrer Veranstaltungen

Gerne können Sie die Workshops auch inhouse buchen.

Für Erzieher/innen

- Fortbildungsveranstaltungen mit BeKi-Referentinnen (Bewusste Kinderernährung)

Auch für Privatpersonen:

- Ihr eigenes Seminar mit Freunden/innen
- Kinderworkshops und Ferienprogramm
- Elternveranstaltungen von BeKi
- Ausbildung zum/r staatl. anerkannten Hauswirtschafter/in, Meister/in der Hauswirtschaft oder Kinderpfleger/in

Fachkräfte im Bereich Ernährung und Hauswirtschaft sowie landwirtschaftliche Betriebe können Fortbildungen besuchen.

Haben Sie Wünsche oder Anregungen. Rufen Sie uns einfach an ...

Möchten Sie jemandem eine Freude machen?
Verschenken Sie einen Gutschein für ein Seminar.

Das Team



Koordinatorin Gabriele Nitsch

Die gebürtige Rieserin studierte an der Technischen Universität München Diplom-Ökotrophologie. Nach ihrer Ausbildung im Bereich Verwaltung koordiniert sie die Veranstaltungen im Kompetenzzentrum. Wichtig ist ihr, dass Sie sich als Seminarteilnehmer wohlfühlen und Ihnen das Kochen, Gärtnern, die Hauswirtschaft und das damit verbundene Ausprobieren Spaß macht. Sie hat immer ein offenes Ohr für Ihre Belange.



Susanne Beller

Als BeKi-Koordinatorin begleitet sie das Team der BeKi-Referentinnen und setzt die Landesinitiativen des Ministeriums um. Zudem ist sie als studierte Ernährungswissenschaftlerin (M. Sc.) Referentin im Kompetenzzentrum und hält Workshops rund um die bewusste Ernährung. Ihr ist wichtig, dass Ihre Teilnehmer nicht nur Wissen mitnehmen, sondern auch Freude und Genuss am bewussten Essen.



Carolin Dambacher

Als hauswirtschaftliche Betriebsleiterin bietet sie verschiedene Workshops in der Küche an. Jeder, der sie kennt, kann aus ihrem reichen Erfahrungsschatz profitieren und einiges an Wissen mit nach Hause nehmen. Wichtig ist ihr die Zusammenarbeit unter den Teilnehmern und die Freude am gemeinsamen Kochen.



Katrin Kienzle

Hinter den Kulissen rechnet Katrin Kienzle als Diplom-Agraringenieurin für Sie die Lebensmittelkosten und Seminargebühren ab. Sie gewährleistet neben Frau Nitsch mit ihrer Arbeit einen reibungslosen Ablauf im Kompetenzzentrum. Außerdem ist sie für die Anbiertergemeinschaft Urlaub auf dem Bauernhof, Gläserne Produktion und das Regionalvermarkterportal zuständig.



Barbara Stegmeier

Als technische Lehrerin übernehme ich verschiedene Workshops in der Hauswirtschaft. Ich gebe gerne anderen Menschen fachliche Tipps und Tricks weiter. Egal welche Altersgruppe - man ist nie zu alt um noch etwas Neues dazuzulernen. Besonders wichtig ist mir die heimische Landwirtschaft. Deshalb nehme ich in den Kursen gerne saisonale Produkte von landwirtschaftlichen Betrieben aus der Region.



Christiane Karger

Die Kreisfachberaterin für Obst- & Gartenbau am Landratsamt Ostalbkreis ist Ansprechpartnerin für alle Hobbygärtner. Seit ihrem Studium der Gartenbauwissenschaften gibt sie mit Begeisterung ihre Erfahrungen in der Gartengestaltung und dem Anbau von Obst und Gemüse an Freizeitgärtner weiter. Getreu dem Motto: Gärtnern ist eine Leidenschaft, die gleichzeitig glücklich, gesund & satt macht.



Angelika Dörrich

Genuss im Alltag - diese Momente kann man sich nicht erkaufen, man muss sie erleben. In der großen Familie von Angelika Dörrich wird das Thema der gesunden Ernährung schon immer mit viel Freude und Spaß umgesetzt. Sie ist Diplom-Oecotrophologin und möchte das auch in ihren Workshops vermitteln. Ihr Motto ist daher: "Essen ist ein Bedürfnis, Genießen ist eine Kunst".



Michaela Heidenreich

Michaela Heidenreich ist als BeKi-Referentin tätig und gibt Kinder-Kochkurse. Sie hat Lebensmitteltechnologie studiert und jede Menge praktische Erfahrung gesammelt, denn sie hat eine große Familie und ist seit vielen Jahren mit Spaß und Kreativität in der Kinder- und Jugendarbeit engagiert. Selbständigkeit zu fördern durch Wissensvermittlung und praktischer Kompetenz ist ihr ein großes Anliegen, ganz nach dem Motto „ hilf mir es selbst zu tun“.

Das Team



Ina Nauert

Das Thema Ernährung hat für Ina Nauert als studierte Gesundheitsförderin einen besonderen Stellenwert. Für sie hängt diese eng mit Gesundheit und dem eigenen Wohlbefinden zusammen. Als BeKi-Referentin gibt sie ihr Wissen und ihre Freude an bewusster Ernährung auch schon an die "Kleinsten" weiter. Gemäß dem Motto "Wer nicht genießt, wird ungenießbar" ist ihr in ihren Kursen aber auch der bewusste Umgang mit frischen Zutaten und ein Kochen in entspannter Atmosphäre wichtig.



Yvonne Stiegeler

Sie ist seit 2009 im Ostalbkreis als überzeugte BeKi-Fachfrau tätig. Die Arbeit mit Schulkindern in verschiedenen Unterrichtsprojekten rund ums Thema bewusste Ernährung liegt ihr besonders am Herzen. Ihr zweites Standbein sind Kochkurse aller Art, bevorzugt im gesunden Bereich, da sie ihre Kenntnisse als gelernte Diät- und Vollwertköchin gerne an alle Interessierten weitergeben möchte. Ihr persönliches Motto lautet: Glaub an das, was Du tust und tu das, woran Du glaubst.

Organisatorische Hinweise

Anmeldung

Bitte melden Sie sich **spätestens eine Woche vor Kursbeginn mit vollständigem Namen, Adresse und Telefonnummer und/oder Mailadresse** an:

Tel. 07961 9059-3651 (Sekretariat)

Tel. 07961 9059-3640 (Durchwahl Frau Nitsch)

Mail. Landwirtschaft@ostalbkreis.de

Mit Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine mündliche oder schriftliche Bestätigung. Eine erneute Erinnerung, dass Sie sich angemeldet haben, erfolgt nicht. Sollte ein Kurs entfallen, werden wir Sie in jedem Fall rechtzeitig informieren. Lassen Sie sich bitte auch auf der Warteliste eintragen, dann haben wir die Möglichkeit einen Folgekurs anzubieten.

Bitte bringen Sie zu allen Kochkursen Restebehälter und bei langen Haaren ein Haarband mit.

Für Kurse in Aalen und Schwäbisch Gmünd sollten Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Topflappen und Restebehälter mitbringen.

Teilnehmerzahl bei Gruppen

Die Mindestteilnehmerzahl bei Gruppen, vor allem beim betrieblichen Gesundheitsmanagement, liegt bei 8 Personen. Bitte legen Sie diese **Anmeldelisten bis spätestens zwei Wochen vor dem Kurstermin** vor.

Bezahlung

Die Teilnahmegebühr und evtl. anstehende Material- oder Lebensmittelkosten können am Termin bar bezahlt werden. Bitte bringen Sie den Unkostenbeitrag passend mit. Bei Gruppen besteht die Möglichkeit eine Rechnung zu erhalten.

Studenten, Menschen mit körperlichen Einschränkungen und Ausweis, Familien mit Familienpass und Arbeitslose können eine Ermäßigung der Teilnehmergebühren um 50% (ohne Lebensmittelkosten) beantragen.

Abmeldung

Melden Sie sich nicht **bis zwei Tage** vor der Veranstaltung ab, werden Ihnen die Kursgebühren und die Lebensmittelkosten in Rechnung gestellt. Gerne können Sie persönlich für Ersatz sorgen.

Anmeldung zum Erhalt eines monatlichen Newsletters bei Gabriele.nitsch@ostalbkreis.de.

Veranstaltungsorte

Ellwangen

Landratsamt Ostalbkreis, Landwirtschaft,
Schloss, 73479 Ellwangen

Alamannenmuseum Ellwangen,
Haller Str. 9, 73479 Ellwangen

Aalen

Justus-von-Liebig-Schule (Berufsschulzentrum),
Steinbeisstr. 6, 73430 Aalen
(abgekürzt: JvL-Schule)

Pate e.V. Kindertagespflege im Ostalbkreis,
Bahnhofstr. 64, 73430 Aalen

Schwäbisch Gmünd

Agnes-von-Hohenstaufen-Schule (Berufsschul-
zentrum),
Heidenheimer Str. 1, 73529 Schwäbisch Gmünd
(abgekürzt: AvH-Schule)

Landesanstalt für Entwicklung der Landwirtschaft
und der Ländlichen Räume (LEL),
Oberbettringer Str. 162, 73529 Schwäbisch Gmünd

Pate e.V. Beratungsstelle Schwäbisch Gmünd
Landratsamt Ostalbkreis,
Haußmannstr. 29, 73525 Schwäbisch Gmünd



© Kurhan/fotolia.com

Kochkurse

Beim Kochen verwenden wir grundsätzlich nur frische und hochwertige Produkte - wenn möglich von Anbietern aus unserer Region. Anschließend genießen Sie Ihre zubereiteten Speisen in gemütlicher Runde.

Süße Backstube für Backfans

Donnerstag, 07.02.2019	17:30-20:30 Uhr	Schloss ob Ellwangen
-----------------------------------	------------------------	---------------------------------

Donnerstag, 21.02.2019	16:30-19:30 Uhr	JvL-Schule Aalen
-----------------------------------	------------------------	-----------------------------

Auf einer guten Kaffeetafel darf der klassische Gugelhupf genauso wenig fehlen wie eine gute Torte. Backen mit Lust und guter Laune. Dafür sorgen einfache und unkomplizierte Rezepte aus der Backstube, die sich mit verschiedenen Zutaten und Backformen schnell verändern und verfeinern lassen.



Neben Kleingebäck und Faschingskrapfen backen Sie mit Angelika Dörrich alltägliche Kuchen. Genießen Sie frisches, duftendes Gebäck bei einer guten Tasse Tee oder Kaffee.

Kosten: 22,00 € inkl. Lebensmittel

Bitte mitbringen: Restebehälter, für Aalen zusätzlich: Geschirrhandtuch und Schürze



**Wecke den Genießer in dir ...
speziell für Frauen**



**Freitag,
15.03.2019**

17:30-20:30 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

„Wir haben gelernt schneller zu schlafen, nebenbei zu essen, produktiver zu arbeiten. Aber wir haben verlernt in Balance zu leben“ (Cay von Fournier).



In diesem Kurs kochen Sie gemeinsam mit Michaela Heidenreich einfache und schnelle, aber pffiffige Gerichte, mit denen sich Berufstätige auch ohne viel Zeit etwas Gutes tun können. Denn bewusstes Genießen – gerade auch beim Essen und Trinken – hält Körper und Seele fit. Dieser Workshop findet im Rahmen des internationalen Frauentags in Kooperation mit der Stadt Ellwangen statt.

Kosten: gebührenfrei, zzgl. 8,00 € Lebensmittel

Bitte mitbringen: Restebehälter

Brotzubereitung nach alamannischer Art



**Donnerstag,
11.04.2019**

17:00-20:00 Uhr

**Alamannen-
museum**

Getreide war schon früher ein wichtiges Grundnahrungsmittel. Die Alamannen konnten daraus nicht nur Bier brauen, sondern sie stellten auch Breie und Brot her.



Die Getreidekörner waren eher weniger zerkleinert - wie das Brot wohl schmeckte? Angelika Dörrich und Hariolf Neukamm werden gemeinsam mit Ihnen die alten Rezepturen der Alamannen testen. Anschließend genießen Sie das Brot mit schmackhaften Beilagen.

Kosten: 19,00 € all inklusive

Bitte mitbringen: Restebehälter, Geschirrhandtuch und Schürze

Anmeldung beim Museum unter Tel. 07961 - 969747

Mail alamannenmuseum@ellwangen.de

Natürliche Rezepte aus der Frühjahrs- küche der Alamannen



**Donnerstag,
09.05.2019** **17:00-20:00 Uhr**

**Alamannen-
museum**

Besonders die Naturvölker wussten um die Heilkraft junger Pflanzen im Frühjahr. Nach einem langen Winter sammelten sie Kräuter im Wald und auf Wiesen und verarbeiteten diese zu frischen, gesunden Gerichten. Damit stärkten sie das Immunsystem, lösten die Schlacken und verbesserten das Wohlbefinden. Angelika Dörrich und Hariolf Neukamm verarbeiten gemeinsam mit Ihnen Blüten, Wildkräuter nach alten Rezepturen. Zum Abschluss probieren Sie die frische Küche unserer Vorfahren.



Kosten: 19,00 € all inklusive

Bitte mitbringen: Restebehälter, Geschirrhandtuch und Schürze

Anmeldung beim Museum unter Tel. 07961 - 969747

Mail alamannmuseum@ellwangen.de

Raffinierte Hackfleischküche

**Donnerstag,
16.05.2019** **17:30-20:30 Uhr**

**Schloss ob
Ellwangen**

Kaum eine andere Art Fleisch ist in der Küche vielfältiger einsetzbar als Hackfleisch. Oft sorgt gut gewürztes Hackfleisch für eine Extra-Portion Geschmack und wird daher auch von vielen geliebt. Barbara Stegmeier bereitet mit Ihnen vielfältige Gerichte zu - ob aus der Pfanne, als Füllung oder als Topping. Zum Schluss erwartet Sie ein reichhaltiges Büffet.



© Christine Reck/LEL Schw. Gmünd

Kosten: 22,00 € inkl. Lebensmittel

Bitte mitbringen: Restebehälter

Italienische Küche zum Genießen



**Donnerstag,
16.05.2019**

17:00-20:00 Uhr

**JvL-Schule
Aalen**

**Donnerstag,
23.05.2019**

18:00-21:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Die italienische Küche ist leicht, abwechslungsreich und gesund. Sie verwendet kaltgepresstes Olivenöl, viel frisches Obst, Gemüse und Kräuter. Die Gerichte sind leicht herzustellen und einfach nur lecker. Dazu



© Christine Reck/LEL Schw. Gmünd

passt ein Gläschen Rotwein. Von Antipasti über Pasta, Risotto und Pizza genießen Sie gemeinsam mit Angelika Dörrich das italienische Lebensgefühl und schließen das Menü mit einem typischen Dessert ab.

Kosten: gebührenfrei, zzgl. 10,00 € Lebensmittel

Bitte mitbringen: Restebehälter, für Aalen zusätzlich: Geschirrhandtuch und Schürze



Zucchini Vielfalt

**Donnerstag,
27.06.2019**

17:30-20:30 Uhr

**JvL-Schule
Aalen**

**Donnerstag,
04.07.2019**

17:30-20:30 Uhr

**AvH-Schule
Schw. Gmünd**

Egal ob länglich, rund, grün oder gelb - aus Zucchini lässt sich Tolles zaubern. Probieren Sie gemeinsam mit Ina Nauert neue, raffinierte Rezepte aus und lernen Sie das Sommergemüse von einer anderen Seite kennen.



Kosten: 22,00 € inkl. Lebensmittel

Bitte mitbringen: für beide Kurse Schürze, Geschirrhandtuch und Restebehälter

Powerfrucht Tomate

**Dienstag,
16.07.2019**

17:30-20:30 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Tomaten in tiefem Rot, leuchtendem Gelb, saftig, reif und aromatisch. Tomaten sind das Lieblingsgemüse der Deutschen. Dementsprechend oft kommen sie auf den Tisch - meist als Soße oder Salat. Kreieren sie zusammen mit Carolin Dambacher interessante und raffinierte Varianten rund um die Tomate.

Kosten: 22,00 € inkl. Lebensmittel

Bitte mitbringen: Restebehälter



© Andrej Hänel/MLR Stuttgart



Workshops von Mach's Mahl werden gefördert vom Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz und sind somit gebührenfrei. Auf der Internetseite www.machs-mahl.de können Sie Tipps und Tricks zu gutem Essen und Rezepte abfragen und neue Essenstrends entdecken. Schauen Sie mal rein!



Kochen für Kinder

Hinweis: Bitte bei langen Haaren den Kinder die Haare mit einem Haarband zusammenbinden. Vielen Dank.

Back-Karussell Kinderbackkurs ab 7 Jahren

**Samstag,
26.01.2019** **9:30-12:30 Uhr**

**Schloss ob
Ellwangen**

Hast Du schon einmal einen Rührkuchen gebacken? In diesem Kurs probieren wir Biskuit- und Rührteig aus. Michaela Heidenreich zeigt Dir wie und zaubert mit Euch was Schönes.



Kosten: 12,00 € inkl. Lebensmittel
Bitte mitbringen: Restebehälter

Ruck-Zuck-Bäckerei: süß und salzig Kinderbackkurs ab 7 Jahren

**Samstag,
09.02.2019** **9:30-12:30 Uhr**

**Schloss ob
Ellwangen**

Ein Hefeteig ist zu schwer für dich? Mit Sicherheit nicht! Michaela Heidenreich zeigt Dir, wie ein Hefe- und ein Quarkölteig hergestellt und verarbeitet wird. Probiere es einfach aus und werde zum Profi!



Kosten: 12,00 € inkl. Lebensmittel
Bitte mitbringen: Restebehälter

Heute gibt's Lasagne Kinderkochkurs ab 7 Jahren

**Freitag,
22.03.2019** **15:00-18:00 Uhr**

**Schloss ob
Ellwangen**

Lasagne schmeckt einfach immer! In diesem Kurs kocht ihr die traditionelle Lasagne mit Hackfleisch und Béchamelsoße. Aber Michaela Heidenreich hat auch pfiffige neue Rezepte dabei, die ihr ausprobieren dürft.



Kosten: 12,00 € inkl. Lebensmittel
Bitte mitbringen: Restebehälter

Gefüllte Strudel & Windbeutel Kinderbackkurs ab 7 Jahren

**Samstag,
06.04.2019**

9:30-12:30 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Heute lernt ihr wie man Windbeutel und leckeren Strudel backt. Strudelteig muss man hauchdünn ausrollen und auch Windbeutel sind schon etwas für kleine Profis. So mancher Erwachsene traut sich da nicht ran, aber für euch ist das kein Problem! Gemeinsam mit Michaela Heidenreich schafft ihr das!



Kosten: 12,00 € inkl. Lebensmittel

Bitte mitbringen: Restebehälter

Lustige Hefe-Tiere backen Kinderbackkurs ab 6 Jahren

**Mittwoch,
17.04.2019**

9:30-12:30 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Tiere aus Hefeteig zu formen macht Spaß und sieht witzig aus. Für die festliche Tafel oder das Osternest backen wir Häschen und Schäfchen mit verschiedenen Techniken.



Wenn die Zeit reicht, zeigt euch Michaela Heidenreich außerdem wie aus Teig Schildkröten, Mäuse oder Igel entstehen.

Kosten: 12,00 € inkl. Lebensmittel

Bitte mitbringen: eine **saubere Bastelschere**., größeres Gefäß zum Einpacken deines Gebäcks

Gemüserätsel: Wer bin ich?

- Ich stamme aus Europa
- Ich komme aus Europa
- Ich kann schießen
- Ich bin außen rot, innen weiß, oben grün
- Ich bestehe zu 95% aus Wasser
- Ich werde roh gegessen
- mich gibt es auch als Eisberg
- mit Salz bin ich nicht mehr ganz so scharf
- vor dem Essen bade ich gerne

Lösung: Kopfsalat, Radieschen

Kinder-Picknick am Schloss Kinderkochkurs ab 7 Jahren

**Freitag,
28.06.2019**

15:00-18:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

So ein Picknick ist eine feine Sache. Michaela Heidenreich backt, kocht und zaubert mit euch Leckerer für unterwegs. Wenn das Wetter mitspielt, lasst ihr es euch gemeinsam bei einem Picknick draußen auf der großen Schlosswiese schmecken.



Kosten: 12,00 € inkl. Lebensmittel

Bitte mitbringen: 2 saubere Schraubgläser mit Deckel, einen Plastikteller und -becher und eine kleine Picknickdecke (falls vorhanden), Restebehälter

Lieblings-Burger selbst gemacht Kinderkochkurs ab 7 Jahren

**Freitag,
05.07.2019**

15:00-18:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Du liebst Burger? Heute bereiten wir sie ganz frisch zu: zwei Burger ohne Fleisch mit passenden Saucen. Michaela Heidenreich zeigt dir wie. Auch die Brötchen backen wir wieder selbst und lassen es uns dann gemeinsam schmecken.



Kosten: 12,00 € inkl. Lebensmittel

Bitte mitbringen: Restebehälter

Häkeln und Stricken

Sie haben ein Projekt mit der Häkel- oder Stricknadel im Auge und möchten dieses endlich mal umsetzen? Gerne können Sie als Einzelperson oder Gruppe zu uns kommen und einen Strick- oder Häkeltrefftermin buchen.
Fragen Sie bei uns an.



Nähen und Handarbeiten

Sie haben ganz viele kreative Ideen und möchten diese endlich mal umsetzen?

Gerne können Sie als Gruppe zu uns kommen und einen Näh- oder Handarbeitskurs buchen.

Fragen Sie bei uns an.

Hinweis: Falls Sie keine Nähmaschinen haben, können Ihnen diese auch gestellt werden.

Turnbeutel nähen

Nähkurs von 10 bis 14 Jahren

**Freitag,
22.02.2019**

14:30-18:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Ob zum Bummeln in der Stadt, für den Sport oder einfach als Handtaschenersatz. Der Turnbeutel ist richtig praktisch und voll im Trend.



Das Tolle beim Nähen ist, dass ihr den Rucksack nach euren

Vorstellungen gestalten könnt. Barbara Stegmeier unterstützt euch dabei. Erforderliche Vorkenntnisse: Grundkenntnisse mit der Nähmaschine.

Kosten: 7,00 €

Bitte mitbringen: Nähmaschine (falls vorhanden, wird auch gestellt), 1mx0,4m Stoff (alle festen Stoffe z. B. wie Baumwolle oder leichter Jeansstoff, aber nicht zu dick und zu steif. Alle erforderlichen Nahtzugaben betragen 1 cm und sind bereits in den Zuschnittmaßen berücksichtigt), 3,40m Kordel, Faden nach Wunsch, 1 Schrägband á 20 cm, Nähutensilien (Schere, Stecknadeln, Maßband etc.)

**Henne als Dekoidee für Ostern
Nähkurs von 8 bis 12 Jahren**

**Freitag,
12.04.2019**

14:30-18:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Diese „schnelle“ Henne ist der absolute Renner zur Osterzeit. Sie ist ein echter Hingucker bei eurer Osterdeko oder auch wunderbar als Geschenk geeignet.



Die Henne ist gemeinsam mit Barbara Stegmeier schnell genäht. Erforderliche Vorkenntnisse: Grundkenntnisse mit der Nähmaschine.

Kosten: 7,00 €

Bitte mitbringen: Nähmaschine (falls vorhanden, wird auch gestellt), **zwei** gelb/ gelb gemusterte Baumwollstoffe/Reste mit 30x15 cm, Faden nach Wunsch, Nähutensilien (Schere, Stecknadeln, Maßband etc.)



Handarbeiten für Kinder

Kunterbunte Ostereier Kinderworkshop von 5 bis 12 Jahren

**Montag,
15.04.2019**

9:00-12:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Schon seit mehreren hundert Jahren färben und bemalen Christen auf der ganzen Welt Eier zum Osterfest. In diesem Workshop lernt ihr von Katrin Kienzle verschiedene Techniken zum Färben und Verzieren von Eiern der heimischen Direktvermarkter kennen. So wird das Osterfest ein voller Erfolg!



Kosten: 12,00 € inkl. Material

Bitte mitbringen: Wachsfarben (falls vorhanden), Malerkittel bzw. alte Kleidung, evtl. Haargummi

Filzen - sommerlicher Bastelspaß Kinderworkshop von 5 bis 12 Jahren

**Freitag,
26.07.2019**

15:00-18:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Wolle der heimischen Merinoschafe, Seife und warmes Wasser - mehr brauchen wir nicht für den sommerlichen Bastelspaß im Außenbereich des Ellwanger Schlosses. Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Zusammen mit Michaela Heidenreich könnt ihr Kugeln oder ein Sitzkissenbild ausprobieren. Fortgeschrittene dürfen eine wunderschöne durchscheinende Windlicht-Hülle filzen.



Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Zusammen mit Michaela Heidenreich könnt ihr Kugeln oder ein Sitzkissenbild ausprobieren. Fortgeschrittene dürfen eine wunderschöne durchscheinende Windlicht-Hülle filzen.

Kosten: 12,00 € inkl. Material

Bitte mitbringen: wetterangepasste Kleidung und Sonnenhut, bitte mit Sonnenmilch eingecremt, Haargummi bei langen Haaren, für Fortgeschrittene zusätzlich ein großes Marmeladen-/Einmachglas

Garten

Schnittkurs von Obstgehölzen

Theorie:

**Freitag,
22.02.2019**

18:00-21:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Praxis:

**Samstag,
23.02.2019**

9:00-12:00 Uhr

**Ort wird
bekannt
gegeben**

Der richtige Schnitt von Obstbäumen wird immer noch viel diskutiert. Machen auch Sie sich schlau. Lernen Sie in Theorie und Praxis, wie Sie durch den fachgerechten Schnitt schöne Wuchsformen, üppige Blüte und reichen Fruchtbehang erzielen können. Die Gartenbauingenieurin Christiane Karger vermittelt Ihnen die Grundlagen. Sie stellt Ihnen geeignete Schnittwerkzeuge vor und gibt zahlreiche Tipps zum richtigen Zeitpunkt und der fachgerechten Ausführung des notwendigen Schnittes.



Kosten: 25,00 €

Bitte für die Praxis mitbringen: Baumschere/-säge (falls vorhanden) und entsprechende Kleidung

Vorankündigung: Unser Gartenboden - ein kostbares Gut - Vortrag mit Stationen

**Freitag,
11.10.2019**

16:00-19:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Unser Gartenboden ist ein kostbares Gut und viel mehr als nur „Dreck“. Eine verborgene Welt, in der unzählige Lebewesen arbeiten und dafür sorgen, dass Ihre Pflanzen gut wachsen.



Sie erhalten im Workshop interessante Informationen rund um die Bodenkunde. Was können Sie tun, um den Boden zu verbessern, welche Pflegemaßnahmen fördern die Fruchtbarkeit oder senken die Gefahr von Krankheiten und Schädlingen? Diese und weitere Fragen werden Sie gemeinsam mit Christiane Karger klären. Machen Sie mit und lassen sich überraschen.

Veranstaltungen für Eltern und Tagespflegepersonen im Schuljahr 2018/2019



Gefördert vom Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz und somit gebührenfrei.

Was gibt's zu essen und zu trinken?

Dienstag, 29.01.2019	9:30-11:30 Uhr	Pate e.V. Schwäbisch Gmünd
Donnerstag, 04.04.2019	9:30-11:30 Uhr	Pate e.V. Aalen
Montag, 06.05.2019	9:30-11:30 Uhr	Pate e.V. Schwäbisch Gmünd
Montag, 01.07.2019	9:30-11:30 Uhr	Pate e.V. Aalen

Bei gemeinsamen Mahlzeiten erleben Kinder Freude am Essen, probieren neue Speisen und lernen ganz nebenbei gutes Essverhalten. Eine erfahrene BeKi-Referentin beantwortet die Fragen: Wie prägen sich Essgewohnheiten? Wie kann man als Eltern oder Tagespflegeperson darauf Einfluss nehmen? Was gehört zu einer bewussten Kinderernährung und wie gelingt eine Mahlzeitengestaltung, die Groß und Klein schmeckt?



© Silvie Kühne, Fotostudio SKUB

Fortbildungen für Erzieherinnen und Erzieher im Schuljahr 2018/2019



Gefördert vom Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz und somit gebührenfrei.

Auf Anfrage bieten wir Ihnen alle Seminare auch inhouse oder zu anderen Terminen an.

Hygiene beim Essen in der Kita

**Dienstag,
19.02.2019**

14:00-17:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas, Regeln und eine gute Dokumentation erleichtern Ihren Alltag. Die Fortbildung enthält auch die Folgebelehrung nach dem IfSG und der LMHV EG-VO 852/2004. Kostenfrei ist der Leitfaden „Gute Hygiene-Praxis in der Kita-Küche“.

Fit essen schmeckt - Ernährungsbildung in der Praxis

**Dienstag,
26.03.2019**

14:00-17:00 Uhr

**Schloss ob
Ellwangen**

Ernährungsbildung in der Kita hat einen prägenden Einfluss auf die Kinder. Möchten Sie die Ernährungsbildung aktiv gestalten und im Alltag integrieren? Eine erfahrene BeKi-Referentin zeigt Ihnen wie Sie dies umsetzen können. In der Fortbildung wird geschnippelt, gerührt, gebacken und im Anschluss genussvoll probiert, damit Sie Beispiele für Ihre tägliche Arbeit kennen lernen.



© Silvie Kühne, Fotostudio SKUB

Essen und Trinken in unserer Kita als Teil des pädagogischen Profils

**Donnerstag,
14.03.2019**

14:00-17:00 Uhr

**Landesanstalt
Schwäbisch
Gmünd**

Wodurch wird das Ernährungsverhalten der Kinder geprägt? Wie kann die Kita das beeinflussen? Mit einer erfahrenen BeKi-Referentin erarbeiten Sie Regeln und Standards, die zu Ihrer Einrichtung passen und Ihre Arbeit erleichtern. Lernen Sie die Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung und das BeKi-Zertifikat kennen. Steigern Sie den Stellenwert der Ernährungserziehung in Ihrer Kita.

Essen mit Krippenkindern - eine pädagogische Herausforderung

**Donnerstag,
09.05.2019**

14:00-17:00 Uhr

**Landesanstalt
Schwäbisch
Gmünd**

Der Übergang vom „Gefütterten“ zum „selbstständigen Esser“ erfordert Unterstützung. Wie können Sie dabei den Bedürfnissen der Kinder entsprechend ihres individuellen motorischen und physiologischen Entwicklungsstandes gerecht werden? Welches sind die Schlüsselsituationen im Zusammenhang mit den Mahlzeiten und Esserfahrungen? Eine erfahrene BeKi-Referentin beantwortet die Fragen.

Ihnen ist eine bewusste Ernährung der Kinder in der Kindertagesstätte wichtig?
Machen Sie Ihr Ernährungsprofil sichtbar mit dem BeKi-Zertifikat.

**Informationen zur Landesinitiative BeKi
(Bewusste Kinderernährung) finden Sie unter:**

www.beki.ostalbkreis.de
www.beki-bw.de



Ausbildung

Teilzeitlehrgang Hauswirtschafter/in Vorbereitung auf die staatliche Abschlussprüfung nach § 45.2 BbiG



Zeitraum: Sept. 2019 bis Juli 2020

Der Lehrgang startet ab September. Unterricht ist einmal pro Woche.

Freitag	14:00-18:00 Uhr	JvL-Schule Aalen
Freitag	14:00-18:00 Uhr	AvH-Schule Schw. Gmünd

Der Vorbereitungslehrgang zum/r staatl. anerkannten Hauswirtschafter/-in bietet Interessierten die Möglichkeit, beruflich in die Hauswirtschaft einzusteigen.

Inhalte

- hauswirtschaftliche Versorgungsleistungen
- hauswirtschaftliche Betreuungsleistungen
- Wirtschafts- und Sozialkunde

Voraussetzung

- mind. 4 ½ Jahre Praxiserfahrung im Bereich Hauswirtschaft
- ein Praktikum mit der Dauer von 10 Wochen im Großhaushalt bis zur Anmeldung zur Prüfung

Die Gebühr ist abhängig von der Anzahl der Teilnehmer/innen.

Ansprechpartner für die Durchführung

DHB Netzwerk Haushalt

Ortsverband Aalen Ingrid Janas Galgenweg 7 73457 Essingen Tel. 07365 6954 Ingrid.janas@web.de	Ortsv. Schw. Gmünd Doris Heyd Lenauweg 6 73550 Waldstetten Tel. 07171 189353 dorisheyd@web.de
--	--

Kompetenzzentrum Hauswirtschaft und Ernährung
beim Landratsamt Ostalbkreis
Geschäftsbereich Landwirtschaft
Schloss ob Ellwangen
73479 Ellwangen
Tel. 07961 90 59-3651 (Anmeldung Sekretariat)
Tel. 07961 9059-3640 (Durchwahl)
Fax. 07961 90 59-3654
Mail. landwirtschaft@ostalbkreis.de

www.kompetenzzentrum.ostalbkreis.de



Du findest uns auf



Das Kompetenzzentrum ist eine gemeinsame Initiative
von:

