



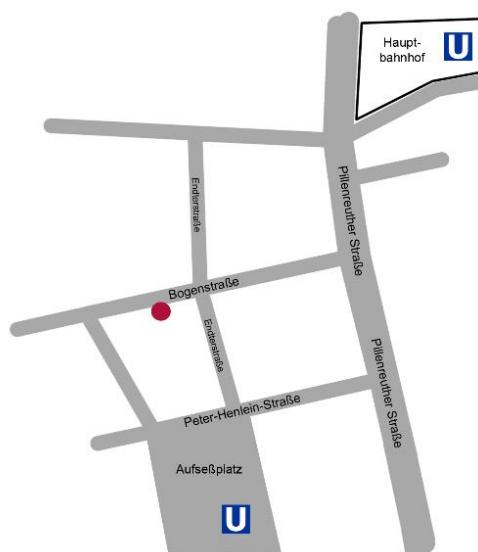
Lilith e.V.  
Drogenhilfe für Frauen und Kinder

**FrauenBeratung, Liliput, FrauenCafé,  
Beschäftigungsprojekte ACTIV + Liliths Laden,  
ZeitRaum**

Wir sind sehr gut zu erreichen. Vom Hauptbahnhof Nürnberg-Südausgang und von der Haltestelle Aufseßplatz (U1) sind es zu Fuß nur drei Minuten.

**Unsere Adresse**

Bogenstraße 30 in 90459 Nürnberg  
Telefon 0911-47 22 18, Fax 0911-47 22 85  
E-Mail [info@lilith-ev.de](mailto:info@lilith-ev.de)



....lädt ein  
**... Frühlingserwachen**



**Frühjahrskochkurs  
mit Waltraud**



**BÜRGERSTIFTUNG  
NÜRNBERG**

Wir bedanken uns herzlich für die Finanzierung bei:  
der Stiftungsverwaltung der Stadt Nürnberg –  
Fritz Hintermayr-Stiftung;  
Lobby für Kinder e.V.;  
Lions-Club Nürnberg-Franken; der Bürgerstiftung Nürnberg, sowie vielen privaten Spender\_innen!

## **Bei diesem Kochkurs ...**

- lernen wir vegetarische Gerichte kennen, die vollwertig, gesund und lecker sind ...
- entdecken wir unsere Fähigkeiten, mit einfachen Mitteln kreativ und mit Spaß zu kochen ...
- erkunden wir Möglichkeiten, wie wir der Jahreszeit entsprechende Produkte aus der Region verwenden können ...
- erfahren wir Tipps und Tricks aus der Profiküche, die uns das eigene Kochen erleichtern ...
- probieren wir Rezepte aus, die Kindern und Erwachsenen schmecken ...



.... und gleichzeitig den Geldbeutel schonen

## **Wann?**

**Freitag, 05.04.19**

**Freitag, 12.04.19**

**Freitag, 26.04.19**

**Freitag, 03.05.19**

**Freitag, 10.05.19**

**jeweils von 16 bis 18 Uhr**

## **Wo?**

im Lilith Frauencafé

## **Kosten?**

Die Teilnahme ist kostenlos.

## **Kinder?**

Können selbstverständlich mitgebracht werden. Entweder spielen sie unter Betreuung im Kinderzimmer oder sie kochen mit. Gegessen wird gemeinsam.

## **Noch Fragen?**

### **Ansprechpartnerinnen:**

Andrea Gerhard, Dipl.-Sozialpädagogin  
Waltraud Seufert, Köchin

## **Anmeldung**

### **Ich nehme am Frühjahrskochkurs teil !**

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ und Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Bitte angeben:  
Nürnberg Pass Ja  Nr. \_\_\_\_\_  
Nein

Ja, ich benötige Kinderbetreuung für \_\_\_\_\_

Name des Kindes \_\_\_\_\_ Alter \_\_\_\_\_

Name des Kindes \_\_\_\_\_ Alter \_\_\_\_\_

Bitte 02.04.19 bei Lilith e.V. abgeben oder an folgende Adresse senden:

Lilith e.V.  
Bogenstraße 30  
90459 Nürnberg