

Mieten Sie unser Kochstudio

Essen ist Ihre Leidenschaft? Bei uns sind Sie richtig! Wir bieten Kochabende für Sie, Ihre Freunde und Kollegen an. Mieten Sie unser modernes Kochstudio, mit oder ohne eine unserer Referentinnen und genießen Sie kulinarische Stunden in netter Gesellschaft. Wir informieren Sie gerne über unsere Konditionen.

**VerbraucherService
Bayern im KDFB e.V.
Roter Bau
Theaterstr. 23
97070 Würzburg**



Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 9-12 Uhr
Montag, Dienstag 14-16 Uhr
Donnerstag 14-17 Uhr

Eine Anmeldung ist für alle Kurse erforderlich!

Anmeldungen unter:

Tel.: 0931/30 50 8-0

Mail: wuerzburg@verbraucherservice-bayern.de

Internet: www.verbraucherservice-bayern.de

www.facebook.com/VerbraucherServiceBayern

Rücktritt:

Abmeldungen müssen bis spätestens zwei Werktage vor Kursbeginn beim VerbraucherService Bayern vorliegen. Ansonsten müssen wir den vollen Kursbeitrag in Rechnung stellen. Bei späteren Abmeldungen oder Kursabbruch können die Beiträge nicht zurückerstattet werden.

Bildnachweis:

© rohapp - Fotolia.com, © StefanieB. - Fotolia.com, © Ienets_tan - Fotolia.com

**VerbraucherService Bayern
Beratungsstelle Würzburg
Tel. 0931/30508-0**



Wir bieten Beratung und Information in den Bereichen Verbraucherrecht, Ernährung, Finanzen und Umwelt.

Verbraucherrecht:

- Kaufrecht / Gewährleistung / Garantie
- Widerrufsmöglichkeiten
- Telekommunikationsrecht
- Internetabzocke
- Unlauterer Wettbewerb
- Datenschutz
- Mietrecht / Nebenkostenabrechnungen
- Reiserecht

Ernährung:

- Gesunde und vollwertige Ernährung
- Einkauf, Kennzeichnung und Zubereitung
- Ernährung – vom Säugling bis ins Alter
- Essen im Berufsalltag
- Ernährung und Sport
- Ernährung – Klima -- Nachhaltigkeit
- Beratung bei Stoffwechselerkrankungen, Lebensmittelunverträglichkeiten und Übergewicht

Finanzen:

- Geldanlage
- Altersvorsorge
- Pflegeabsicherung

Umwelt:

- Umweltbewusst leben z.B. Kleidung, Kunststoff, Mobilität, Energie, Lebensmittel
- Gesundheitsgefahren erkennen z.B. Schimmel, Schadstoffe

Beratungsgebühren:

Kurzberatungen ab 10 Euro
Rechts-/Finanzberatung 10-60 Euro
Ernährungsberatung nach Zeitaufwand
(Ermäßigung für Mitglieder des KDFB 30%, mind. 5 €)



Gefördert durch die Bayerischen Staatsministerien
Umwelt und Verbraucherschutz
Ernährung, Landwirtschaft und Forsten



**Verbraucher
Service
Bayern**
im Katholischen
Deutschen Frauenbund e.V.

**Kochstudio
im Roten Bau
Gemeinsam kochen
und genießen**



**Kochkurse
September – Februar 2018/19**

Anmeldungen unter:

0931/30 50 8-0

wuerzburg@verbraucherservice-bayern.de

www.verbraucherservice-bayern.de

www.facebook.com/VerbraucherServiceBayern

Kindergeburtstag im Kochstudio

Riechen, schmecken, ausprobieren – unser Kochstudio mit tollem Ausblick garantiert eine ganz besondere Feier. Den Festschmaus bereiten wir gemeinsam zu! Pfannkuchen, Spieße, süße oder pikante Leckereien – das Geburtstagskind bestimmt das Thema!



Terminabsprache bitte mind. 4 Wochen vorher.
Für 5-10-Jährige. Dauer: 2 ½ Stunden
Kursgebühr: 18,00 € pro Kind incl. Lebensmittel und Getränke (Mindestbetrag 120,- €)

Kochevent im Kochstudio Junggesellen/-innen – Abschied

**Gemeinsam kreativ sein
und feiern!**



Junggesellinnenabschied und noch keine Idee? Wir bieten ein ganz besonderes Erlebnis. Gemeinsam mit ihren Freunden schwingt die zukünftige Braut bzw. der Bräutigam den Kochlöffel, um in geselliger Runde ein Wunschmenü auf den Tisch zu zaubern. Ob Italienisch, Sushi, Frühstücksbrunch oder klassisch Deutsch - wir kochen gemeinsam kleine und große Leckereien. Ganz nach Ihren Vorstellungen.

Terminabsprache bitte mind. 4 Wochen vorher.
Gebühr: 60,- € pro Person incl. Lebensmittel und Wasser/Kaffee (mindestens 6 Personen)

**Alle Kursgebühren sind inklusive
Lebensmittelkosten!**

Kürbis satt: Der Bischof gesellt sich zu Spaghetti

Kürbisse -- von klein, rund über groß, in der Form eines Footballs, aussehend wie ein Ufo oder wie eine Bischofsmütze. Von gelb bis grün über orange mit weiß. Ein solch vielfältiges Aussehen hat keine andere Gemüseart und auch in Sachen Konsistenz kann kein anderes Gemüse mithalten.

Donnerstag, 18.10.2018, 17:00 -- 20:00 Uhr

Kursleitung: Iris Graus, Meisterin der Hauswirtsch.
Kursgebühr: 25,00

Für Kopf und Bauch Superfood gibt's auch aus Bayern!

Wir stellen Ihnen bayerische Nährstoffbomben genauer vor und vergleichen sie mit den importierten Trends wie Chia, Goji und Co. Beeren, Gemüse, Samen und Öle aus der Region bringen uns gestärkt durch den Winter – wir haben tolle Rezepte und geben Ihnen Küchentipps.

Donnerstag, 22.11.2018, 17:00 – 20:30 Uhr

Kursleitung: Annegret Hager, Dipl.-Ökotrophologin
Kursgebühr: 30,00 €

Vortrag mit Praxisworkshop für Angehörige Lecker Essen bei Kau- und Schluck- beschwerden

Bei der Pflege eines Angehörigen, der Probleme mit der Aufnahme fester Nahrung hat, gibt es viele Möglichkeiten. Wir zeigen schmackhafte Rezepte und praktische Umsetzungstipps für Zuhause, die sowohl ernährungsphysiologischen Ansprüchen gerecht werden als auch ein sinnliches Erlebnis darstellen. Damit genießen Ihre Angehörigen ihr Essen wieder.

Freitag, 30.11.2018, 16:30 – 20:00 Uhr

Kursleitung: Bianca Schürger, Diätassistentin
Annegret Hager, Dipl.-Ökotrophologin
Kursgebühr: 40,00 €

Sushi – selber machen Rezepte und Erfahrungen aus Japan

Sushi-Restaurants gibt es in Deutschland heute an jeder Ecke. Vielleicht möchten Sie aber auch einmal selber Sushi zubereiten und leckere Originalrezepte Schritt für Schritt kennenlernen. Auch neue Varianten wie frittiertes Sushi erfreuen sich großer Beliebtheit. Zudem erhalten Sie von der Referentin Insidertipps von ihrem Japan-Aufenthalt.

Freitag, 07.12.2018, 17:00 – 20:30 Uhr

Kursleitung: Bianca Schürger, Diätassistentin und Köchin
Kursgebühr: 30,00 €

Es muss nicht immer Wurst aufs Brot! Darf es auch mal Erbse sein?

Genießen Sie Erbse, Linse oder Süßkartoffel auf dem Brot. Wir zeigen Ihnen herzhaft und süße Brotaufstriche, die schnell gemacht sind. Wir testen proteinreiche Alternativen, die auf den ersten Blick nicht als Brot-Belag wahrgenommen werden.

Donnerstag: 14.02.2019 17:00 -- 20:00

Kursleitung: Iris Graus, Meisterin der Hauswirtsch.
Kursgebühr: 25,00 €

Neu!

Verbraucherfrühstück

Morgens ist der Kopf noch frei! Stellen Sie Fragen an unsere Fachberaterinnen bei einem Frühstück mit regionalen Zutaten.

Ernährungsgespräch:	Di, 20.11.2018
Umweltgespräch:	Do, 29.11.2018
Finanzgespräch:	Do, 17.01.2019
Verbraucherrecht-Gespräch:	Di, 05.02.2019

Dauer: jeweils 9 – 11 Uhr; Anmeldung erforderlich!
Gebühr incl. Frühstück: 8,00 €