SENIORENBEIRAT
der Stadt Eckernförde

Der Seniorenbeirat bietet Kochkurs für Witwer

Nach dem Tod der Ehefrau stellt sich für manchen hinterbliebenen Ehemann die Frage: Und wer kocht nun für mich?
Eine Antwort bietet der Seniorenbeirat Eckernförde mit dem Angebot „Kochen für Witwer“. Der Kurs richtet sich an diejenigen, die sich nicht nur aus der Dose oder dem Tiefkühlfach ernähren möchten, sondern lernen wollen, mit frischen Zutaten gesund zu kochen. Der Kurs möchte in geselligem Miteinander und entspannter Atmosphäre Grundlagen für eine gesunde Ernährung schaffen; Vorkenntnisse sind nicht nötig. Es sollen Ideen und praktische Anleitungen vermittelt werden, die jeder Teilnehmer dann für sich ausbauen kann. Entsprechend dem Motto „Genuss statt Perfektion“ sollen einfache, wohlschmeckende Gerichte zubereitet werden, die leicht zuhause nachzukochen sind. Es lohnt sich, auch für sich alleine zu kochen, finden die Kursleiter aus dem Seniorenbeirat, denn gutes Essen ist ein Stück Lebensqualität.
In dem angebotenen Kurs soll den Teilnehmern ermöglicht werden, sich bei gemeinsamem Schnippeln, Schmoren und Braten auszutauschen und wieder nach vorne zu schauen. Eine Trauerbegleitung oder gar eine Seelsorge können wir nicht bieten. Hierfür gibt es anderenorts Mensch die helfen.
Der Kurs umfasst zunächst 2 Termine. Eine Verlängerung ist geplant, sofern e angenommen wird. Der Kurs findet in der Bürgerbegegnungsstätte Eckernförde, Rathausmarkt 3, statt. Für die eingesetzten Lebensmittel erfolgt eine Umlage in Höhe von ca. 10,00 - 14,00 Euro pro Teilnehmer.

Neue Termine am 17. und 24. November 2026 jeweils um 10:30 Uhr



Die Teilnehmerzahl ist auf sechs Personen begrenzt, die Mindestteilnehmerzahl beträgt vier.
Die ersten beiden Termine sind am
20. und 27. Oktober 2026, jeweils von 10:30 bis ca. 13:00 Uhr.
Anmeldungen bitte an SBR_Seemann@web.de.