



ALLGEMEINE KURSE

Verschiedenes für den Alltag

Auf dem Weg in die Gesellschaft/Hilfe im Alltag

Integration ist mehr als Sprache. Kombinieren Sie den Sprachkurs mit weiteren wichtigen Informationen, die Ihnen den Weg in die Gesellschaft erleichtern. Wir erklären z. B., welche Verträge für Mieter sinnvoll oder nicht sinnvoll sind, wo man schnell und unbürokratisch Hilfe bei Problemen bekommt.

- Termin: nach Absprache je 2 Stunden (Vortrag)
- Dozent: L. Fleck
- Kurs ab 7 Abmeldungen
- Kosten: 1 Euro je Termin pro Person

Gesundheit: Gemüse kontra Fleisch

Vegetarisch, vegan, Fleisch aus konventioneller Haltung oder Wildfleisch ... Das Angebot ist riesig und Ernährung ist ein wichtiges Thema unserer Zeit geworden.

Viele Menschen ernähren sich z. B. nur von pflanzlichen Lebensmitteln, die aber dem Körper nicht genügend Eiweiß geben. Fleisch aus der Massentierhaltung stößt viele Menschen ab und sie meinen, dass Wildbret gesünder ist. Was ist richtig? Was ist falsch?

Wir suchen gemeinsam mit Ihnen den richtigen Ernährungsweg, tauschen Ideen für eine gesunde Ernährung und auch Zubereitungsideen aus.

- Termin: nach Absprache
- Dozent: in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung
- Kurs ab 7 Abmeldungen
- Kosten: 10 Euro pro Person

Omas Rezepte und Tinkturen

Ob Hausarbeit, Heimwerken oder Gartenarbeit – die Statistik der Versicherer beweist, dass es zu Hause am gefährlichsten ist. Viele kleine Verletzungen oder Erkrankungen behandeln wir nach Omas Rezepten, Tinkturen und Methoden. Gemeinsam beleuchten wir, welche Hausmittel in und out sind.

- Termin: nach Absprache
- Dozent: in Zusammenarbeit mit medizinischer Beratung
- Kurs ab 7 Abmeldungen
- Kosten: 10 Euro pro Person

Kontakt

Europäisches Bildungswerk für Beruf und Gesellschaft
Magdeburger Kommunikations- und Erwachsenenbildungszentrum

Maxim-Gorki-Straße 14, 1.Etage
39108 Magdeburg

Tel.: 03 91. 5 41 98 29

Fax: 03 91. 5 41 98 31

Heike Schlicht, Leiterin
ebz@ebg.de