

**Wir laden Euch zu einem gemütlichen Kochabend ein und geben bei Bedarf Informationen zum Thema Sucht.**

**„Sterne Kochen“ mit Stephan und Ralf, wir wissen, wovon wir reden**

**Wir möchten mit Euch zusammen kochen und den Abend genießen.**

Der erste Termin ist der 21.03.25, die weiteren sind der 27.06.25, 12.09.25 und der 14.11.25

Es ist jeden Tag wichtig, etwas anderes und besonderes auf den Tisch zu bringen.

Und weil die Zutaten in der Saison frisch am besten schmecken, haben wir uns überlegt, nach den Jahreszeiten zu kochen.

Frischer Genuss im Frühling, Sommer, Herbst und Winter

Die wahre Küche ist eine Kunstform. Ein Geschenk, das man miteinander teilen sollte...

Ein Koch sein, der in allen Bereichen der Kochkunst bewandert ist...

Wir möchten mit euch um 18:00 starten und gegen 22:00 mit dem Abwasch fertig sein.

Der Veranstaltungsort ist das **VHS-Haus, Raum E 11 + E 12, Hermannstr. 32 32105 Bad Salzuflen.**

Der Koch, der mit uns den Abend gestaltet und betreut, ist **Stephan Grewe-Probst.**

Die Anmeldung bitte auf folgender Internetseite der VHS Bad Salzuflen:

<https://www.vhs-badsalzuflen.de/programm/gesundheit-ernaehrung/kurs/Blaues-Kreuz-OWL-kocht-Mit-Genuss-Miteinander/251-30540#inhalt>

Für Rückfragen steht euch Ralf Schröder, gerne zur Verfügung unter +49 1795662513

Wir freuen uns auf Euch

#### **Ein paar Worte zum Veranstalter:**

Blaukreuz-Beratungsstellen bieten Suchtkranken und Angehörigen qualifizierte und konkrete Hilfe an.

Gemeinsam wird mit ihnen individuell ein Weg aus der Sucht gesucht und besprochen.

Hierbei spielt die gesundheitliche und familiäre Situation der Betroffenen sowie ihr soziales Umfeld eine entscheidende Rolle.

Das Blaue Kreuz hat neben den zahlreichen Selbsthilfegruppen bundesweit Beratungsstellen, die bei der Vermittlung in geeignete Einrichtungen behilflich sind.

Teilweise werden auch ambulante oder stationäre Behandlungen direkt beim Blauen Kreuz angeboten.