



# Ökumenischer Treff 22



Kompass im Caritas Zentrum -  
Hauptstraße 42 - 64711 Erbach

Kompass Ökumenischer Treff 22  
**Heinz Jöst**  
Caritas Zentrum Erbach

Hauptstraße 42 | 64711 Erbach  
Tel. : 06062-9553312  
Fax.: 06062-9553322  
Mobil: 0175-4328059

E-Mail: [h.joest@caritas-erbach.de](mailto:h.joest@caritas-erbach.de)  
[www.kompass-erbach.de](http://www.kompass-erbach.de)

## Pressemitteilung

Montag, 20. Juli 2009



## Futtern wie bei Muttern

### Kompass setzt Hartz IV Kochkurse fort

Auch im Monat Juli veranstaltet Kompass - die Arbeitslosen-Initiative Odenwald - die beliebten Hartz IV Kochkurse „Futtern wie bei Muttern“.

Essen darf kein Luxusgut für eine bestimmte Gesellschaftsschicht sein. Es ist genug für alle da. Den Kochkursen der Arbeitslosen-Initiative Kompass „**Futtern wie bei Muttern**“ liegt diese Philosophie zugrunde. Deshalb wird bewusst mit einfachen aber frischen und gesunden Zutaten gekocht. Die verwendeten Lebensmittel entstammen der jeweiligen Jahreszeit und unserer Region.

Es bestehen immer noch große Wissenslücken was das Kochen betrifft. Männer und Frauen müssen (wieder) selber kochen lernen. Dies bedarf weder viel Zeit noch viel Geld. Wer die Zeit hat, sich eine Stunde vor den Fernseher zu legen und ein tiefgefrorenes Fertigprodukt in den Backofen zu schieben, der hat zuviel Zeit und zuviel Geld. Wer glaubt, dass Fertigprodukte günstig wären, der irrt. Wir haben nicht zu wenig Zeit, sondern wir vergeuden einfach zuviel davon. Ein gutes Essen muss nicht automatisch teuer sein.

Gerhard Koch heißt nicht nur Koch sondern er ist auch gelernter Koch. Mit seinem Kochkurs „**Futtern wie bei Muttern**“ will er Männern und Frauen das Kochen unter Hartz IV Bedingungen, also Kochen mit wenig Geld näher bringen.

Unter seiner Anleitung werden die Gerichte zubereitet und anschließend gemeinsam verzehrt. Dabei ist sowohl der schön gedeckte Tisch und die Raumgestaltung im Blick.

*Arbeitslosen – Initiative Kompass:  
Für Menschen, die nicht alles so lassen wollen, wie es ist!*

Der Hartz IV Kochkurs für Männer findet am Freitag, 31. Juli 2009 von 17.00 – ca. 21.00 Uhr, der Hartz IV Kochkurs für Männer und Frauen am Samstag, 1. August von 10.00 – ca. 14.00 Uhr statt.

An **Kosten** entstehen je Termin 2,-- Euro incl. Speisen und Getränke und ein laminiertes Kochrezept zum Sammeln in einem Ordner. Sie sind bei der Anmeldung zu zahlen.

Anmelden und informieren können Sie sich unter: Caritas Zentrum Erbach, Hauptstraße 42 in Erbach; Tel.: 06062-955330 oder [www.kompass-erbach.de](http://www.kompass-erbach.de).