

Kochen – gut und günstig

Bildungsangebot des VHS-Fördervereins ‚Bildung für alle!‘

Rahlstedt (ram/rus). „Heute kochen wir gemeinsam – gesund, lecker und preiswert!“, sagen seit November etwa zwölf Mütter und Väter mit Kindern in Großlohe. Sie nehmen am ersten Bildungsangebot des VHS-Fördervereins ‚Bildung für alle!‘ teil.

Es gibt sie noch, die ‚dunklen Stellen‘ auf der Stadtkarte der Hamburger VHS: Quartiere, in denen es noch kein ausgebautes Bildungsangebot für Menschen gibt, die Interesse haben, etwas Neues zu lernen und an den Bildungs- und Kulturprozessen der Stadt teilzunehmen. Hier möchte der Verein ‚Bildung für alle!‘ Abhilfe schaffen. Mit interessanten Kursen und einer guten Vernetzung im Quartier geht er seit November in Großlohe an den Start.

Zunächst werden zwei Kurse angeboten: Jeweils montags ab 16.30 Uhr findet der ‚Presseclub‘ im ‚Treffpunkt Großlohe‘ statt. Hier können Interessierte gemeinsam mit einem Dozenten die Zeitung lesen und das aktuelle Tages- und Weltgeschehen diskutieren. Vertiefte Deutschkenntnisse und Medienkompetenz zu vermitteln, sind dabei die Ziele.

Ebenfalls seit November bietet der Verein zwei Kochkurse für Familien an. Jeweils montags und dienstags ab 17 Uhr haben Kochbegeisterte die Möglichkeit, in der Schulküche der Grundschule Großlohe neue Rezepte auszuprobieren. Diese sind gesund und lecker, kosten wenig Geld und schmecken wunderbar würzig. Das kommt



Mütter und Väter haben montags und dienstags die Gelegenheit, neue Rezepte auszuprobieren, die gesund und lecker sind sowie wenig Geld kosten.

Foto: Syda Productions/Shutterstock (Symbolfoto)

gut an, bisher haben jeweils etwa zwölf Mütter und Väter mit Kindern daran teilgenommen, berichtet Claudia Cravaack von der VHS. Zu dem Kochkurs können jederzeit neue Teilnehmende dazukommen. Dieses gilt ebenso für das Zeitungslesen. Weitere Kurse sind ab Januar geplant. „Bildung ist Lebenselixier!“, erklärt Dörte

Bauer-Sternberg, die Vorsitzende des Vereins. „Wir wollen die Bildungsangebote vor Ort ergänzen, dort wo die Bildungsangebote der Stadt weit entfernt sind. Wir möchten Menschen über unsere Angebote miteinander in Kontakt bringen, ihr Wissen erweitern und Freude am Lernen vermitteln.“

Volkshochschule oder anderen Trägern angeboten werden. Ein ähnliches Kochprojekt wurde bereits am Osdorfer Born durchgeführt. Hier erweiterten die Teilnehmer neben ihren Kochkenntnissen, auch ihre Schreib- und Lesefähigkeiten. Ein Kochbuch mit den Rezepten zum Kurs hat der Verein im September veröffentlicht.

Stut & Sohn
 seit 120 Jahren
Bestattungsinstitut seit 1894
 • Kompetente Vorsorgeberatung
 • Erd- Feuer- und Seebestattungen
 • Anonym- und Naturwaldbeisetzungen
 Tag + Nacht
 678 11 90
 Meindorfer Strasse 26, 22145 Hamburg - Rahlstedt
 www.stut-hamburg.com

REINHOLDT BESTATTUNGEN
 Tag und Nachruf
 040 603 40 59
 seit 1882 in Volksdorf
 Trauerfeiern auch am Wochenende
 in unserem Bestattungshaus
 Büro: Dorfwinkel 7, 22359 Hamburg
 Bestattungshaus: Im Regestall 47, 22359 Hamburg
 www.reinholdt-bestattungen.de | info@reinholdt-bestattungen.de

Konzerte
 Mit unseren Veranstaltungstipps sind Sie immer in der ersten Reihe und erleben fantastische Ereignisse live vor Ort.

HOLZHOF FRIEDRICHSRUH
TERRASSENÜBERDACHUNGEN
 • INNOVATIVE KONSTRUKTIONEN • DIREKT VOM HERSTELLER
 • MAßANFERTIGUNG • INKL. MONTAGE
 • LEIMHOLZ UNBEHANDELT MIT GLAS Z. B. 3,00 x 5,10 m ab
3.699,- €
 21521 FRIEDRICHSRUH
 TEL. 041 04/24 56
 FAX 041 04/31 82
 WWW.HOLZHOF-FRIEDRICHSRUH.DE
 Mo.-Fr. 8-18 Uhr
 Sa. 8-13 Uhr

Prinz Teppichwäscherei“ eröffnete weitere Filiale in Rahlstedt Frischekur für alle Arten von Teppichen zum Festpreis

Rahlstedt. J. Jalaly liebt Teppiche. Der Hamburger ist zwischen Wandteppichen, Läufern und Brücken groß geworden. Vor 28 Jahren gründete sein Vater „Prinz Teppichwäscherei“ in Hamburg (Wandsbeker Marktstr. 28)

Heute führt Saeed Jalaly das Unternehmen mit 22 Mitarbeitern. Vor wenigen Wochen ließ sich J. Jalaly mit einer Filiale seiner Teppichwäscherei in Rahlstedt (Schweriner Str. 12) nieder.

Die Teppichwäscherei Prinz ist eine offiziell zugelassene Teppichwäscherei und Reparaturwerkstatt. Seriosität und Transparenz werden hier großgeschrieben.

Im Gegensatz zu manchen schwarzen Schafen in der Branche, die in kleinen Ladengeschäften in Innenstädten hohe Summen verlangen, erfolgt bei der Teppichwäscherei Prinz der komplette Service aus einer Hand, ohne Umwege oder Weiterleitung über Drittanbieter.

Ein attraktives Preis-Leistungs-Verhältnis kann daher absolut garantiert werden.

Die jahrelange Erfahrung seiner Mitarbeiter garantiert Top-Qualität, auf Wunsch kann der Kunde auch beim Waschverfahren seines Teppichs dabei sein.

Das Unternehmen von J. Jalaly übernimmt auch Reparaturarbeiten und Restaurierungen von orientteppichen. Zudem bietet das Geschäftshaus handgeknüpfte Teppiche vom Wollteppich bis zum hochwertigen Seidenteppich an, sagt J. Jalaly. Er kauft und verkauft auch Orientteppiche.

Der besondere Service ist in Hamburg und Schleswig Holstein (100 km Entfernung zu allen Filialen) der kostenlose Abhol- und Bringservice. Informieren Sie sich vor Ort oder besuchen Sie die Website unter www.prinz-waescherei.com



Herr Jalaly und seine Mitarbeiter freuen sich auf den Besuch ihrer neuen Kunden

Gönnen Sie Ihrem Teppich jetzt eine Erfrischungskur BIO-HANDWÄSCHE-AKTION

Mo.-Sa.: 9.30-18.00 Uhr www.prinz-waescherei.com

- Fest Preis 9,50 €/m²**
Trockenreinigung (mit weniger Wasser)
- Fest Preis 17,85 €/m²**
Normalwäsche (mind. 20 Liter m²)
- Fest Preis 30,- €/m²**
Spezialwäsche (mind. 40 Liter/m²) mit Mottenschutz u. Rückfettung



Unser Angebot im Januar

1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag	6. Tag
25.01. 2016	26.01. 2016	27.01. 2016	28.01. 2016	29.01. 2016	30.01. 2016

Angebote zur Neueröffnung (keine nachträglichen Zusatzkosten)

6 Tage – 15 % auf alle Reparaturen

Spezialwäsche statt 30,- €/m² nur **25,50 €/m²**

*Alle Preise verstehen sich inkl. der gesetzlichen MwSt.

Reparatur u. Restauration
 An- und Verkauf von Orientteppichen
 Kostenloser Abhol- u. Bringservice

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Filiale in Rahlstedt	Zentrale in Hamburg:	Filiale Bad Segeberg	Filiale Rendsburg:
Tel.: 040-66935016 Mobil: 0171-2082091 Schweriner Str. 12 22143 Hamburg	Tel.: 040-69794481 Mobil: 0176-31385570 Wandsbeker Marktstr. 28 22041 Hamburg	Tel.: 04551-9419233 Mobil: 0176-8224763 Große Seestr. 3 23795 Bad Segeberg	Tel.: 04331-4371808 Mobil: 0160-91044276 An der Schiffbrücke 2 (Schloßplatz) 24768 Rendsburg

