



11. Juni 2026 | 17-20 Uhr

KOCHWORKSHOP

- **Erfrischend kochen & essen**
- **Gesund durch die Hitze**

Erlebnisbad Ossiach

Ossiach 6

9570 Ossiach

Bei Schlechtwetter:

Mehrzweckraum Feuerwehr Ossiach

REICHTUM NATUR

Kostenloser Kochworkshop!

In diesen Workshop erfahren Sie, wie Sie sich mit einfachen Maßnahmen den Alltag bei Hitze angenehmer gestalten zu können.

Im Anschluss zum Impulsvortrag wird gemeinsam gekocht und verkostet - leichte, erfrischende Gerichte, die nicht nur schmecken, sondern auch guttun. Natürlich gibt es alle Rezepte auch zum Mitnehmen

Ein kurzer Impulsvortrag zeigt,

- welche Lebensmittel eine kühlende Wirkung haben,
- wie Sie Ihren Körper durch bewusstes Essen unterstützen können
- und welche kleinen Verhaltensänderungen helfen, besser mit Hitze umzugehen

NUR mit Anmeldung unter: ossiach@ktn.gde.at

**EINTRITT
KOSTENLOS**

 **KLAR! Ossiacher See Gegendtal** | Unterer Platz 10 | 9300 St. Veit/Glan
+43 664/ 12 76 796 | jennifer.ploeschberger@mittelkaernten.at

www.klima-mittelkaernten.at

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Klima- und Energiefonds gefördert und im Rahmen des Programms „KLAR! Klimawandel-Anpassungsmodellregion“ durchgeführt. Projektträger ist die RM Regionalmanagement Mittelkärnten GmbH. Mitgliedsgemeinden: Arriach, Ossiach, Steindorf am Ossiacher See, Treffen am Ossiacher See