



## Treffpunkt Gesundheit

Projekträger: **RESTLOS GLÜCKLICH e. V.**

Laufzeit: 01.06.2019 - 31.12.2021

Fördersumme: € 40.000

### Ein Projekt zur klimafreundlichen und gesunden Ernährung

Essen und Trinken gehören einerseits zu den angenehmsten Seiten des Lebens, andererseits leisten sie auch einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit. Gleichzeitig trägt ein ressourcenstrapazierender Lebensmittelkonsum, bei dem viel Essen im Mülleimer landet und zu viel produziert und verkauft wird, zur globalen Erderwärmung bei. Seit 2019 ist der Verein RESTLOS GLÜCKLICH e.V. mit dem Projekt „Treffpunkt Gesundheit“ in Rixdorf aktiv, um Wissen über den gesunden und klimafreundlichen Umgang mit Lebensmitteln zu vermitteln. Dies erfolgt im Rahmen von Koch- und Backworkshops, Verteilungen und Mittagstischen im Kiez.

### Mitmach-Workshops

Wie ernährt man sich **im Alltag gesund** und klimafreundlich? In unseren kreativen Mitmach-Workshops teilen wir mit euch **nachhaltige Ideen**, wie ihr im Alltag **ohne großen Aufwand gesund und lecker** kochen könnt. Wir bereiten leckere Gerichte aus gesunden Lebensmitteln zu, essen gemeinsam und **tauschen uns zu Tipps und Rezepten aus**. Die **Expert\*innen** stehen euch mit Rat und Tat zur Seite, bringt also gerne all eure Fragen mit. Außerdem haben wir eine Kiez-Broschüre mit Ideen und Rezepten für eine gesunde und klimaverträgliche Ernährung veröffentlicht, die ihr euch gern bei unserer nächsten Aktion abholen könnt! Infos zu bevorstehenden Veranstaltungen findest du unter: <https://www.restlos->

[gluecklich.berlin/neuigkeiten/events](https://gluecklich.berlin/neuigkeiten/events)