



Liebe*r {{ contact.VORNAME }} {{ contact.NACHNAME }},

EINE WOCHE ZEIT...
... mit [weniger Energie in der Küche](#)

Küchengeräte machen das Leben leichter. Schnell wird die Kaffeebohne gemahlen, der Teig geknetet, die Mohrrübe geraspelt. Große Küchengeräte wie Herd und Kühlschrank gehören zu den größten Stromverbrauchern im Haushalt - und sind damit große Stellschrauben, um mit weniger Energie auszukommen.

[Diesmal im 3-Gänge-Menü](#)

Möhrencreme-Suppe mit Frischkäse
Frühlings-Risotto mit Bärlauch und grünem Spargel
Joghurt mit Äpfeln und Haselnüssen



Vielleicht haben Sie Lust unser Menü nachzukochen? Posten Sie doch gerne ein Foto bei Instagram oder Facebook und verlinken uns mit #efbwiesbaden. Wer kein Socialmedia Konto hat, darf die Bilder auch gerne [mailen](#)

Erste Hilfe Kurskurs

Kursstart 20.05.2022

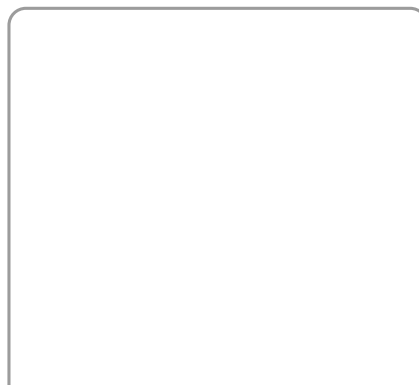
Schnelles Handeln und richtiges Helfen ist im Umgang mit kleinen Kindern oft dringend nötig. Hier können Sie unter fachlicher Anleitung lernen, was in schwierigen Situationen zu tun ist. Melden Sie sich [direkt online](#) an.



Ein Info-Nachmittag "Rund ums Elterngeld"

Kursstart 07.05.2022

[Direkt online anmelden](#) oder rufen Sie uns an 0611.524015





Schlaf Kindchen, schlaf

Kursstart 04.05.2022

USchlafverhalten, Schlafbedarf und die optimale Schlafumgebung von Säuglingen und Kleinkindern im 1. Lebensjahr sind Thema in diesem Seminar. [Direkt online anmelden](#) oder rufen Sie uns an 0611.524015.



Nachhaltig Leben

Das Thema Nachhaltigkeit ist scheinbar so komplex, dass man schwer einen Anfang findet. Unsere Angebote zeigen auf, wie Sie ganz einfach Körperpflege oder Reinigungsmittel umweltfreundlich und nachhaltig herstellen können. Mit kleinen Schritten, Müll und Plastik reduzieren. Mehr Leichtigkeit im Alltag, mehr regional, saisonal rund um Lebensmittel.

Am besten den passenden Kurs für Sie [direkt online buchen](#)



Es grüßt Sie herzlichst Ihre

Evangelische Familienbildung
im Dekanat Wiesbaden
Haus an der Marktkirche
Schlossplatz 4, 4. OG.
65183 Wiesbaden

Telefon: 0611.524015

Telefax: 0611.9590903

[Mail](#) [Homepage](#)

[Datenschutzerklärung](#)

"Diese Nachricht könnte vertrauliche und/oder rechtlich geschützte Inhalte haben. In jedem Fall ist sie nur für diese Adresse bestimmt; anderen ist es also nicht gestattet, sie zu lesen, zu kopieren, zu verbreiten oder zu verwenden. Sollten Sie diese Nachricht irrtümlich erhalten haben, bitten wir Sie, sich umgehend mit uns in Verbindung zu setzen und sie umgehend von ihrem Datenträger zu entfernen."

Die Evangelische Familienbildung ist eine Einrichtung des Dekanats Wiesbaden, vertreten durch Dekan Dr. Martin Mencke und dem Dekanatsynodalvorsitzenden Eberhard Busch.



© 2022 EFB im Dekanat Wiesbaden

Diese E-Mail wurde an {{ contact.EMAIL }} versandt.
[Abmelden](#)

