

» Veranstaltungen 2025 «

KLIMAGOURMET

WOCHEN





Bildung in Touch – Gelebte Nachhaltigkeit

Montag, 29.09.2025, 09.00 Uhr

Tagesexkursion mit dem Bus zum NABU-Lehmdorf Steinfurt und zum Gemeinschaftsgarten Wettringen

Kommen Sie mit auf unsere Tagesexkursion in Kooperation mit dem BNE-Regionalzentrum des Kreises Steinfurt, bei der Sie bemerkenswerte soziale und ökologische Orte kennenlernen, in denen Nachhaltigkeit in Gemeinschaft und Natur gelebt wird. Vormittags besuchen Sie das NABU-Lehmdorf Steinfurt, einen Natur-Erlebnisort, der die Möglichkeit bietet, mit allen Sinnen die Natur zu entdecken und ökologische Zusammenhänge zu erkennen. Erfahren Sie bei einer Führung mehr über den Bildungsort und erleben Sie das Leben inmitten der Natur hautnah. Im selbstgebauten Lehmofen werden Sie Pizza backen, so dass für einen kleinen Mittagssnack gesorgt ist. Am Nachmittag erwartet Sie ein Besuch des Gemeinschaftsgartens in Wettringen. Gemeinschaftlich zu gärtnern, mit Jung und Alt sowie verschiedenen kulturellen Hintergründen, ist das Anliegen dieses Projektes. In den letzten Generationen verloren gegangenes Wissen über den Anbau und die Verarbeitung von Gemüse und Obst, über Saisonalität und Regionalität werden hier erlernt und weitergegeben. Erfahren Sie mehr über die Möglichkeiten der gemeinschaftlichen, regionalen Lebensmittelproduktion. Die Tagesexkursion wird gefördert durch das Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes NRW im Rahmen des regionalen Bildungsnetzwerks „Bildung – In Touch“.

VOLKSHOCHSCHULE LENGERICH (WESTF.)

Bushaltestelle Kath. Kirche

Veranstalter:
Volkshochschule Lengerich &
BNE-Regionalzentrum
Kreis Steinfurt

Anmeldung:
05481 93880
info@vhs-lengerich.de
www.vhs-lengerich.de



Jahreszeitenküche – Herbst

Mittwoch, 01.10.2025, 18.30 – 21.30 Uhr

FBS STEINFURT-BORGHORST

Schulstraße 3,
48565 Steinfurt

Veranstalter:
Kneipp-Verein Steinfurt

Kursleitung:
Heidi Möllers

Gebühr:
14,50 € | 10,50 € (Kneipp-Mitglieder)

Anmeldung:
www.kneipp-verein-steinfurt.de



Faire Woche Steinfurt

Freitag, 03.10.2025,
ab 10.00 Uhr

Internationales Erntedankfest

Mit Livemusik,
Kinderprogramm und
Spezialitäten aus aller Welt.

FBS STEINFURT-BORGHORST

Schulstraße 3,
48565 Steinfurt





Vegetarische Küche

Montag, 06.10.2025, 17.30 – 20.30 Uhr

Haben Sie Lust, auf eine kulinarische Entdeckungsreise zu gehen und sich inspirieren zu lassen? Egal ob Sie Kochanfängerin oder Kochanfänger sind, leidenschaftlich vegetarisch oder einfach neugierig - Gemüse, Hülsenfrüchte und Co. lassen sich vielfältig zubereiten, sind gesund, reichhaltig und richtig lecker. Erleben Sie kulinarische Vielfalt für alle Sinne und bereiten Sie ein raffiniertes Menü zu!

GESAMTSCHULE TECKLENBURG

Schulküche
Howesträßchen 18,
49545 Tecklenburg

Veranstalter:
Volkshochschule Lengerich (Westf.)

Kursleitung:
Lisa Althoff

Gebühr:
33,50 €

Anmeldung:
05481 93880
info@vhs-lengerich
www.vhs-lengerich.de



Vegane Vielfalt

Montag, 06.10.2025, 18.00 – 21.45 Uhr

Rezeptideen für jeden Tag

Versuch es vegan! An diesem Kochabend gibt Borja Baragano, selbst Veganer, Ideen für eine alltagstaugliche, vegane Küche weiter: Lasst euch inspirieren und lernt Produkte kennen, die eure Mahlzeit auch ohne tierische Produkte zu einem leckeren Gericht werden lassen.

FBS RHEINE

FBS | Lehrküche | Etage 1A
Mühlenstr. 29,
48431 Rheine

Veranstalter:
Familienbildungsstätte Rheine

Kursleitung:
Borja Baragaño Prieto

Gebühr:
17,50 €

Anmeldung:
05971 98820
www.fbs-rheine.de





Die ganzheitliche Kraft des Ayurveda

Dienstag, 07.10.2025, 18.30 – 20.45 Uhr

Einblicke in die Grundprinzipien der ayurvedischen Ernährung & eine aromatische Reise in die Welt der Gewürze

Bei verschiedenen kulinarischen Kostproben aus der Ayurveda-Genussküche erhältst Du Einblicke in die Basis-Empfehlungen der ayurvedischen Ernährung. Du entdeckst eine Auswahl kostbarer Gewürzjuwelen und erfährst, wie Du sie sowohl als schmackhaftes Würzmittel als auch zur präventiven Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele verwenden kannst. Freue Dich auf einen genussvollen Abend mit zahlreichen wertvollen Tipps und neuen Inspirationen, die Dir im Einklang mit den Jahreszeiten frische Lebensenergie und Vitalität schenken werden. Die Teilnahmegebühr beinhaltet kulinarische ayurvedische Kostproben, ayurvedischen Tee sowie ein Handout mit Rezepten.

FBS RHEINE

FBS | Loslöse-Gruppen | Etage 1
Mühlenstr. 29,
48431 Rheine

Veranstalter:
Familienbildungsstätte Rheine

Kursleitung:
Andrea Christine Kaiser

Gebühr:
37,50 €

Anmeldung:
05971 98820
www.fbs-rheine.de



Kürbis – kochen mit Gruselfaktor

Mittwoch, 08.10.2025, 19.00 – 22.00 Uhr

Ob Hokkaido, Spaghettikürbis oder Butternut... Freuen Sie sich auf leckere Rezepte und besondere Geschmackserlebnisse.

FBS STEINFURT-BORGHORST

Raum 3 (Kochstudio)
Schulstraße 3,
48565 Steinfurt-Borghorst

Veranstalter:
Familienbildungsstätte
Steinfurt-Borghorst

Kursleitung:
Ulrike Wanink

Gebühr:
14,50 €
zzgl. Lebensmittelumlage

Anmeldung:
02552 9355-0
www.fbs-steinfurt.de





Die Heilkraft der Wurzeln

Freitag, 10.10.2025, 15.00 – 18.00 Uhr

Im Herbst ziehen die Pflanzen ihre Heilkräfte in die Wurzeln zurück. Wurzeln sind die Ausgangspunkte jeden Wachstums, sie enthalten wichtige Nährstoffe und sie sind reich an wertvollen Inhaltsstoffen. Wurzeln sind wirksame Heilmitteln bei verschiedenen Beschwerden, hierzu gehören Beinwellwurzel bei Verletzungen, Angelikawurzel bei Erkältungen oder die Blutwurz als gerbstoffreichste Heilpflanze. Während dieser Heilpflanzenwanderung erfahren sie Wissenswertes über die vorhandenen Heilpflanzen und deren Wurzeln, wie man aus Wurzeln Heilmittel herstellt und was bei der Ernte beachtet werden muss. In der Praxiseinheit stellen wir eine Tinktur her und einen schmerzlindernden Balsam. Mit Teemischungen zum Thema, Brotaufstrichen und selbstgebackenem Brot lassen wir den Nachmittag ausklingen.

NATURSCHUTZZENTRUM SÄGEMÜHLE ANTL E. V.

Bahnhofstraße 73,
49545 Tecklenburg

Veranstalter:
ANTL e. V.

Kursleitung:
Brigitte Schürkamp

Gebühr:
13,00 € (Teilnahmebetrag)
zzgl. 13,00 € (Skript, Materialkosten,
Verkostigung)

Anmeldung:
05482 929295
umweltbildung@antl-ev.de
www.antl-ev.de

weiter Informationen:
Bitte eine Salbendose mitbringen.



Die Magie ayurvedischer Gewürze

Freitag, 10.10.2025, 18.30 – 21.30 Uhr

Kreiere sanft beruhigende sowie vitalisierende Gewürzkompositionen und Kräuterelexiere für Dein Wohlbefinden

Mit gleichgesinnten Kochliebhaberinnen und Kochliebhaber erkundest Du beim achtsamen Anrösten, Mörsern, Köcheln die feinen Aromen der edlen BIO-Gewürz- und Kräutergewürze und erlebst die harmonische Balance der sechs Geschmäcker. Eine kleine Theorieeinführung der Wirkweisen verschiedener Gewürze aus der ayurvedischen Küche unterstützt Dich, die passende Auswahl zu treffen, um diese in eine kraftvolle Masala-Gewürzmischung zu vereinen. Hübsch verpackt nimmst Du Deine kostbaren Gewürzschätze mit nach Hause und genießt sie in aromatischem Frühstücksporridge, duftenden Backwaren, herzhaften Gemüse- und Suppenvariationen und im abendlichen Schlummertrunk – ein kulinarisches Geschenk für Dich und Deine Lieblingsmenschen. Die Teilnahmegebühr beinhaltet BIO-Gewürze und Kräuter, originelle Gewürzverpackungen, ein Workshop-Script mit Rezepten und Theorie im pdf-Format sowie leckeren Chaitee zur Stärkung während des Workshops.



FBS RHEINE

FBS | Lehrküche | Etage 1A
Mühlenstr. 29,
48431 Rheine

Veranstalter:
Familienbildungsstätte
Rheine

Kursleitung:
Andrea Christine Kaiser

Gebühr:
62,50 €

Anmeldung:
05971 98820
www.fbs-rheine.de



Herbstliche Genüsse aus der Küche

Samstag, 11.10.2025,
16.00 – 20.30 Uhr

Ein Kochabend zum Wohlfühlen

Mit netten Leuten zu kochen ist eine Auszeit vom Alltag: Ein Kochabend zum Wohlfühlen! Wir bereiten ein leckeres Menü mit saisonalen Zutaten zu, das wir beim gemeinsamen Essen und Austausch genießen.

FBS RHEINE

FBS | Lehrküche | Etage 1A
Mühlenstr. 29,
48431 Rheine

Veranstalter:
Familienbildungsstätte
Rheine

Kursleitung:
Gerlinde Hauschild

Gebühr:
20,50 €
zzgl. Lebensmittelumlage

Anmeldung:
05971 98820
www.fbs-rheine.de



Picknick im Park – Genießen im Grünen

Hofkulinarik im Picknickkorb bei Wurzeln & Hörner am Haus Hülshoff

Unser Hof lädt zum Verweilen ein – und wir finden: zum Pause machen und Landwirtschaft erleben gehört auch ein ordentliches Picknick! Sucht Euch mit den von uns liebevoll gestalteten Picknickkörben ein schattiges Plätzchen auf unserem weitläufigen Gelände, beobachtet unsere Ziegen beim Grasens und genießt die Lebensmittel an dem Ort, an dem sie produziert wurden!

WURZELN & HÖNER

Haus Hülshoff 1,
49545 Tecklenburg

Preis:
31 – 36 € für 2 Personen je
nach Picknickkorb

Vorbestellung unter:
0151 26133 937
info@wurzeln-hoerner.de

Anmeldung:
bis Ende September
Picknickkörbe auf Vorbestellung
bis 18.00 Uhr des Vortrages

weitere Informationen:
www.haushuelshoff.net



Klimateller der Josefskids

Montag, 29.09. – 10.10.2025,
08.00 – 13.00 Uhr

Die St. Josefschule gestaltet mit allen Klassen ein Rezeptbuch mit Gerichten aus klimafreundlichen, saisonalen und regionalen Zutaten. Alles wird von den Kindern in der Schule selber gekocht und zubereitet. Folgende Aktionen werden in den Klassen durchgeführt: faires Frühstück, Müsli selber herstellen, Marmelade und Apfelmus kochen, Kartoffelaktionen, Wochenmarktbesuch mit anschließender Kochaktion etc. Das Rezeptbuch wird als Wettbewerbsbeitrag bei der „Fliege Stiftung“ zum Thema „Klimahelden“ eingereicht.

ST. JOSEF GRUNDSCHULE

Greven

Veranstalter:
Lehrkräfte der St. Josefschule

Gebühr:
1,00 €

weitere Informationen:
Die Aktion wird schulintern in den
jeweiligen Klassen durchgeführt.

» schulinterne Veranstaltung«



Impressum

Herausgeber

Kreis Steinfurt | Der Landrat
Amt für Klimaschutz
und Nachhaltigkeit
Tecklenburger Str. 10
48565 Steinfurt
Tel. 02551 69-0
www.kreis-steinfurt.de

Dagmar Fischer-Möltgen
BNE-Regionalzentrum
Tel. 02551 69-2138
dagmar.fischer-moeltgen@
kreis-steinfurt.de

Wilhelm Hiemstra
Tel. 02551 69-2129
wilhelm.hiemstra@
kreis-steinfurt.de

Bilder

©unsplash.com

Stand: August 2025



Ministerium für Umwelt,
Naturschutz und Verkehr
des Landes Nordrhein-Westfalen



Alle Angaben sind ohne Gewähr und basieren auf Informationen, welche uns vom Anbieter zur Verfügung gestellt wurden. Wir übernehmen keine Gewähr für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität.