# Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Fan-Mitglieder!

Sie erhalten hiermit den 2. Infoletter von "1fach-kochen.at". Dieser wird ca. 3  $\times$  pro Jahr ausgesandt und informiert Sie über aktuelle Themen rund um "1fach-kochen".

## Das "1fach-kochen"-Gewinnspiel:

Die Gewinnerin vom "1fach-kochen" – Gewinnspiel wurde am 1. Dezember 2013 ermittelt und kommt aus Alpbach in Tirol. Das "1fach-kochen"-Team gratuliert ganz herzlich und wünscht **Anna Schneider** viel Freude mit dem Dampfgarer.





Hier der Link zum Video der Verlosung:

http://www.1fach-kochen.at/neu-die-verlosung-zum-gewinnspiel/

Die richtige Antwort auf die Frage: "Wie viele unterschiedliche Workshops werden bereits bei "1fach-kochen" angeboten?" lautet: 15 Workshops!

## Neu: "1fach-kochen"-Gutscheine:

Sie suchen ein passendes Geschenk für Weihnachten einen Geburtstag oder einen beliebigen anderen Anlass, dann liegen Sie mit der Entscheidung einen "1fach-kochen"-Gutschein zu schenken sicher richtig. Egal ob für die Teilnahme an einem Workshop, oder den Erwerb von Skripten, der Gutschein ist gut investiert und bereitet dem Beschenkten neben Freude auch einen Gesundheitsaspekt.

Jetzt gleich Gutschein(e) online anfordern unter:

http://www.1fach-kochen.at/neu-1fach-kochen-gutscheine/

## Aktuelle Termine 2014:

#### "Workshop für Senioren"

(Seniorenveranstaltung) Kochworkshop am Fr. den 10.1.2014

(S) KBW Kaprun

>> interne Veranstaltung <<

#### "Gesundes Essen leicht gemacht"

Kochworkshop am Di. den 11.2.2014 von 10:00 - 13:30 Uhr HS-Schulküche Alpbach (T) EKIZ Kramsach

#### "Gesundes Essen leicht gemacht"

1. Teil: Vortag am Mi. den 25.2.2014 von 19:30 - 21:30 Uhr

(5) Lungauer Frauentreff Tamsweg

#### "Gesundes Essen leicht gemacht"

2. Teil: Kochworkshop am Mi. den 12.3.2014 Uhrzeit wird beim 1. Termin vereinbart

(S) Lungauer Frauentreff Tamsweg

#### "Miteinander kochen macht Spaß"

(Mutter-Kind-Workshop) am Sa. den 22.3.2014 von 16:30 - 19.30 Uhr (S) KBW Stuhlfelden

### "Vegetarische Köstlichkeiten mit großer Wirkung"

1. Teil: Vortag am Do. den 10.4.2013 von 19:00 - 21:05 Uhr (2,5 UE)

(5) VHS Lamprechtshausen

### "Vegetarische Köstlichkeiten mit großer Wirkung"

2. Teil: Kochworkshop am Fr. den 11.4.2013 von 18:00 - 21:20 Uhr (4 UE)

(S) VHS Lamprechtshausen

### "Ein 4-gängiges Menü für besondere Anlässe"

Kochworkshop am Fr. den 9.5.2013 von 18:00 - 21:20 Uhr (4 UE)

(5) VHS Lamprechtshausen

#### "Mutter-Kind-Kochen"

Eltern-Kind-Kochworkshop am Fr. den 23.5.2014 von 19:00 - 21:00 Uhr

HS-Schulküche Alpbach

(T) EKIZ Kramsach

Wir wünschen auf diesem Wege noch eine schöne und geruhsame Adventzeit, ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2014!

Ihr "1fach-kochen"-Team Karin & Christian