

BILDUNG À LA CARTE: mach's einfach!

ein Angebot der keb Rems-Murr

Besondere Ernährungsempfehlungen für die 2. Lebenshälfte

Gerade in der 2. Lebenshälfte machen sich die „Ernährungssünden“ der Vergangenheit bemerkbar. Mit zunehmendem Alter ist es daher umso wichtiger, sich ausgewogen zu ernähren.

Viele Verbraucher sind durch die Vielzahl von veröffentlichtem Ernährungshalbwissen verunsichert und haben den Blick auf das Wesentliche verloren.

Wie machen wir es also richtig?

Dieser Vortrag zeigt keine Verbote auf, sondern gibt vielmehr Tipps, wie Sie sich im Alltag gesünder ernähren können, ohne auf liebgewonnene Speisen verzichten zu müssen.

Eine Kooperation mit dem Ernährungszentrum Mittlerer Neckar



Katholische Erwachsenenbildung
Rems-Murr e. V.
www.keb-remmurr.de



Ernährungszentrum
Mittlerer Neckar
Landratsamt Ludwigsburg

Organisatorisches:

- Format:** Vortrag mit Fragerunde
Zeitbedarf: 1,5 Stunden
Teilnehmer: min. 10
Zielgruppe: alle Interessierten
Technik: Nach Absprache mit der keb Rems-Murr
Beitrag: 8,00 Euro

Ihre Referentin:

Dr. Heike Entenmann

Dipl. Oecotrophologin, vom
Ernährungszentrum Mittlerer Neckar,
Ludwigsburg

Ihr Kooperationspartner:

- Homepage:** www.keb-remmurr.de
Tel: 07151 959 67 21
Mail: keb.rem-murr@drs.de



Auch digital möglich

Stand: 20.07.2021