



Vortragsangebote für Gruppen

- Gesund genießen in jedem Alter
- „A“ wie Apfel
- „Über den Durst trinken“, bedarfsgerechte Getränkeauswahl
- „Fett bewusst“ essen und genießen
- Fertigprodukte unter der Lupe. Hält der Inhalt was die Verpackung verspricht?
- Klimabewusst essen – Jeder kleine Schritt zählt
- Wie super sind Superfoods?

Referent: Dr. Bernhard Adam

- Was steckt in Lebensmitteln mit den Bezeichnungen light, fettreduziert, zuckerfrei ...
- Getränke - viel mehr als nur Durstlöscher
- Fettbewusst essen - das „gute“ und das „böse“ Fett
- Wunderwaffe aus der Natur - der natürliche Schutz durch Obst und Gemüse
- Ernährung und Bewegung - Die Säulen für ein vitales Leben
- Das Geheimnis des Würzens - Geschmacksvielfalt durch Gewürze, Kräuter und Blüten.
- Gesunde Ernährung – täglich aufs neue umgesetzt.
- Die süße Verführung – Zucker und Co.

Referentin: Dr. Renate Becker

Thema	Sie suchen sich ein Thema aus, rufen im Ernährungszentrum an und erhalten die Kontaktdaten der Referentin oder des Referenten.
Veranstaltungsort	Bei Ihnen vor Ort
Kosten	keine
Anmeldung / Auskunft	Telefonisch: 0721 936-88180 Mail: ernaehrungszentrum@landratsamt-karlsruhe.de
TeilnehmerInnen	An Vorträgen müssen mindestens 15 Personen teilnehmen.