

Superfoods aus aller Welt erfreuen sich großer Beliebtheit. In dem Vortrag erfahren Sie, was eine gesunde Ernährung ausmacht und wie diese durch heimische Lebensmittel erreicht werden kann. Dabei beleuchtet der Vortrag ausgewählte heimische Superfoods und Sie lernen deren gesundheitsförderlichen Inhaltsstoffe sowie deren Wirkung auf bestimmte Körperfunktionen näher kennen. Doch warum in die Ferne schweifen, wenn heimische Superfoods direkt vor unserer Haustüre wachsen? In unserem Vortrag erfahren Sie, was eine gesunde Ernährung ausmacht und wie diese durch heimische Lebensmittel erreicht werden kann. Dabei beleuchtet der Vortrag ausgewählte heimische Superfoods und Sie lernen deren gesundheitsförderlichen Inhaltsstoffe sowie deren Wirkung auf bestimmte Körperfunktionen näher kennen.

Superfoods – aus Bayern für mich und meine Gesundheit

- Termin:** **Mittwoch, 24.05.2023 um 19.30 Uhr**
- Ort:** Gasthaus Fellner „Zur Post“
Dorfstr. 14a, 85653 Großhelfendorf
- Referentin:** Dipl. oec. troph. Jutta Löbert, Ernährungsfachfrau
- Kosten:** 4,00 € werden vor Ort eingesammelt
- Anmeldung unter:** <https://www.bildung-beratung-bayern.de/?tid=19012858>
oder per E-Mail an
Muenchen@BayerischerBauernVerband.de
oder
Telefon 089/55873-450

Alle Mitbürgerinnen und Mitbürger sind bei unseren Veranstaltungen herzlich willkommen. Jung und Alt, Frauen und Männer, Menschen aus Stadt, Land und Landwirtschaft.

Weitere Infos unter:

BBV Bildungswerk im Bezirk Oberbayern
Kreisverband München, Karolinenplatz 2, 80333 München
Telefon: 089/55873-450, E-Mail: Muenchen@BayerischerBauernVerband.de
www.Bildung-Beratung-Bayern.de