



<https://blz.li/3x5n>

VORTRAG ÜBER ERNÄHRUNGSMYTHEN IM STADTHAUS

Veröffentlicht am 19.10.2015 um 12:24 von Redaktion LeineBlitz

Am Montag, 26. Oktober, klärt die Ernährungsberaterin Claudia Kusch ab 19 Uhr im Stadthaus Laatzen, Marktplatz 2, über Ernährungsmythen auf. In Büchern und Medien können wir immer wieder lesen, dass Nüsse und Kartoffeln dick machen, Süßstoff gesünder ist als Zucker, Kaffeegenuss als Risiko bei Herz-Kreislauferkrankungen gilt oder dass man mit Ananas abnehmen kann. Aber stimmt das wirklich? Hilft Hühnersuppe wirklich bei grippalen Infekten? Sind probiotische Joghurts tatsächlich gut für das Immunsystem? All diese Fragen wird Claudia Kusch genauer betrachten und erläutern. Selbstverständlich werden auch die Fragen der Gäste behandelt. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

