

Online-Vortragsreihe: „Fit und vital mit 60+“, Teil 2

Fit für den Einkauf im Supermarkt? Online Vortrag

**Mittwoch, 23. Juni 2021,
Zeit: 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr**



Foto: pixabay.com

Heute schon durch den Dschungel geschlagen? Durchstreifen Sie mit uns den Supermarkt und erfahren Sie, welche verkaufsfördernden Tricks es im Handel gibt.

Antje Wöbking, Fachberaterin Lebensmittel und Ernährung bei der Verbraucherzentrale Bayern, beleuchtet Werbeversprechen der Hersteller und klärt auf, welche Angaben auf dem Etikett bei der Bewertung von Lebensmitteln weiterhelfen.

Was bedeutet „mindestens haltbar bis“ oder „ohne Zusatzstoffe“? Wie erkenne ich versteckten Zucker? Ist laktosefreier Käse besser? Und was ist mit cholesterinsenkender Margarine?

Im Teil 2 steht das genussvolle und gesunde Leben der Generation 60plus im Zentrum. Mit zunehmendem Alter verändert sich der Körper und die Ansprüche an eine ausgewogene Ernährung steigen. Wir durchleuchten Gesundheitsmacher aus dem Einkaufsregal, nehmen Lebensmittel unter die Lupe und geben Tipps zum Lebensmittel-Einkauf.

Zuschaltung zur Online-Veranstaltung mit Zoom:

Zoom-Meeting beitreten:

<https://eu01web.zoom.us/j/96686230929?pwd=bVd2dWlTTkFkeUJHTUswbWh5eFcxUT09>

Meeting-ID: 966 8623 0929, Kenncode: 786453

Die Veranstaltung ist kostenlos. Anmeldung erwünscht.

Die Veranstaltung wird durch das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz im Rahmen seines Programms „Verbraucherbildung Bayern“ gefördert und wird durch den Münchner Standort Digital-Kompass vor Ort, einem gemeinsamen Projekt von BAGSO und Deutschland sicher im Netz e.V., organisiert.



Näheres in der Geschäftsstelle

Deutscher Evangelischer Frauenbund, Landesverband Bayern e.V. (DEF):

DEF.Forum.Bildung

Kufsteiner Platz 1, 81679 München

Tel. 0 89/98 10 57 88

Mail: bildung@def-bayern.de

Internet: www.def-bayern.de