

## Augen auf im Supermarkt

...woran erkenne ich gute Fertigprodukte (Interaktiver Vortrag)

**Ziel: Gesundheitsförderliche Fertigprodukte von weniger gesunden Fertigprodukten unterscheiden können- Bedeutung von Zusatzstoffen kennen und bewerten lernen**

### Inhalte

Die Lebensmittelindustrie passt sich an die Wünsche der Verbraucher an.

Es gibt viele gute „bequeme“ Fertigprodukte. Wie erkenne ich sie?

Worauf achte ich bei den Inhaltsstoffen? Welche Inhaltsstoffe sind weniger gesundheitsförderlich?

Anhand von Lebensmittelattrappen bewerten wir Lebensmittel und lernen gute von weniger guten Fertigprodukten zu unterscheiden.

### Angebot

Gruppenangebot/Interaktiver Vortrag

min. 8 Teilnehmer  
max. 20 TN

### Dozent

Irmtraud Retzlaff  
Zertifizierte Ernährungsberaterin VFED

Einsatzgebiet: Oldenburg und im Umkreis von 60km

### Organisation

wird vom Dozent gestellt: Lebensmittelattrappen, Präsentation

Halbtagesveranstaltung (4,5 Stunden im Block inkl. Pausen)

Gantagesveranstaltung (8 Stunden im Block inkl. Pausen)

