



Food Trends

Der Landfrauenverein Fehmarn lädt ein:
Essen ist hip und trendy geworden. Es ist gut, dass immer mehr Menschen darauf schauen, was ihnen gut tut und sich so um ihr **Wohlbefinden** kümmern. Dazu verzichten einige Menschen auf bestimmte

Lebensmittel. Steckt aber hinter allem immer gleich eine Lebensmittelunverträglichkeit oder sogar Allergie? Die **Fachfrauen** des Ernährungsstammtisches nehmen am **Freitag, den 10. Februar** um 16.00 Uhr im Dörfergemeinschaftshaus Meeschendorf zu aktuellen Fragen Stellung: wann sollte man **gluten-, lactose- oder fructosefrei** essen? Tut **vegan und rohköstlich** gesundheitlich immer gut? Kann man mit **low-carb** abnehmen? Grundlage bilden die Empfehlungen der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung). Verkostung 8 €/Person, **Anmeldungen bitte bis zum 7. Februar** bei Doris Weiland, Tel. 04371-2936 oder per Mail: jochim.weiland@gmx.de

Richtig essen als Mittel zur Gesunderhaltung von Leib und Seele.

Gäste sind herzlich willkommen.