

09.08.2016 – Vortragsveranstaltung „Verwirrungen auf dem Teller“ – Nahrungsergänzungsmittel!

Fast 60 LandFrauen freuten sich nach der Sommerpause auf das Wiedersehen in der Gaststätte Bremer Tor „Birr“. Engagiert wurde an diesem Nachmittag Karin Nichter-Wolgast von der Landwirtschaftskammer Oldenburg. „Wir erleben zurzeit einen wahren Ernährungsdschungel. Ein riesiges Angebot an Nahrungsmittel wartet auf uns in den Regalen. Aber sind wir zufrieden?“, fragte sie gleich zu Beginn provokant. „Nach welchen Kriterien kaufen wir ein?“, ist ihre berechnete Frage. „Lassen wir uns von den Ernährungstrends beeinflussen?“ „Gesünder mit Superfoods!“ oder „Vegan to go!“ bzw. „Beef, iss mich!“ sind nur einige Slogans aus der Lebensmittelwerbung. Karin Nichter-Wolgast nahm die Trends gemeinsam mit den Landfrauen unter die Lupe und appellierte abschließend: „Lassen Sie sich nicht von der Werbung irreführen! Nutzen Sie Ihren gesunden Menschenverstand! Lagern Sie die Lebensmittel fachkundig! Essen Sie 5 x täglich eine Handvoll Obst und Gemüse! Kochen Sie schonend regionale, frische Lebensmittel!“ All die bewährten Tipps gelten auch heute noch. Somit sind die LandFrauen Buer gut aufgestellt, denn sie lassen sich nicht so schnell von den Medien verwirren.