



PRESSEMITTEILUNG

Überfluss und Gesundheitswahn - gibt es noch Orientierung für eine richtige Ernährung?

Öffentliche Podiumsdiskussion am Samstag, dem 10. September 2016, um 19.30 Uhr, im Lippischen Landesmuseum Detmold

Detmold, 02. September 2016. Essen ist ein Grundbedürfnis. Es dient dem Mensch zum Aufbau seines Körpers und der Aufrechterhaltung seiner Lebensfunktionen. So die Definition. Aber Essen ist auch Lifestyle und Lebenseinstellung. Gerade in der heutigen Zeit gibt es bei uns ein riesiges Angebot an Lebensmitteln, jedes Jahr kommen neue Produkte auf den Markt. Es sind aber nicht nur neue Speisen. Jahr für Jahr kommen gleich neue Trends. Viele haben sich längst etabliert und gehören dem Mainstream an. Vegetarisches und veganes Essen wird vielerorts angeboten. Von der Paleo bzw. Steinzeit-Ernährung hat der eine oder andere mittlerweile sicher auch gehört. Die Roh- und Trennkost-Lehre haben ebenso ihre Anhänger, wie die Ayurveda Küche. Und, es gibt ein neues Bewusstsein, wenn es um die Herkunft der Leckereien geht. Vor Jahren konnte es nicht exotisch genug sein, heute schwören viele wieder auf regionale Produkte. All diese Ansichten haben eines gemeinsam: die Gesundheit. Was auch immer auf unserem Teller landet, es soll nicht nur schmecken, sondern auch unserem Körper Gutes tun.

Wie das in der heutigen Zeit, mit der Vielzahl von Ansichten, Theorien und Lehren über die richtige Ernährung vielleicht funktionieren kann, diskutiert eine interessante Runde:

Die Diplom-Ökotrophologin Dr. Kristina Langnäse, Reinhard Raffenberg, Ökotrophologe und Geschäftsführer von Vera Veggie in Detmold, der Vorstandsvorsitzende von Lippequalität e.V. Günter Puzberg, und der Leiter des Archäologischen Freilichtmuseums Oerlinghausen, Karl Banghard.

Die Veranstaltung ist eine Kooperation mit der VHS Detmold-Lemgo. Moderiert wird die Runde wird von einer bekannten Stimme: Radio Lippe Nachrichtenredakteur Frank Schröder.

Gibt es noch Orientierung für eine richtige Ernährung? Dies wird sich am Samstag, am 10. September, ab 19.30 Uhr zeigen. Eines ist allerdings sicher: Ernährung ist immer Grundlage für eine spannende Diskussion.

Karten für die Veranstaltung sind für 3 Euro im Lippischen Landesmuseum erhältlich. Da die Teilnehmerzahl bei der Podiumsdiskussion begrenzt ist, wird um Voranmeldung gebeten: 05231 99250 oder shop@lippisches-landesmuseum.de.

**„Überfluss und Gesundheitswahn - gibt es noch Orientierung für eine richtige Ernährung?“
Öffentliche Podiumsdiskussion
Samstag, 10. September 2016, 19.30 Uhr
Eintritt: 3 Euro
Da die Teilnehmerzahl bei der Podiumsdiskussion begrenzt ist, wird um Voranmeldung gebeten: 05231 99250 oder shop@lippisches-landesmuseum.de**

Bildunterschrift:

Pressefoto:

Gibt es die richtige Ernährung? / Foto: skeeze