

Öffentliche Bibliothek Zeltweg
+43 3577 22521 222
bibliothek.zeltweg@zeltweg.at

In Zeltweg ernährt man sich ab sofort gesünder!

Am Donnerstag, 16.Mai 2024, fand in Zeltweg der dritte und letzte Teil der WKO Reihe "Gesunde Impulse für Gemeinden" statt. Diätologin Birgit Kogler BSc informierte darüber, wie wichtig es ist, gesunde Ernährung in seinen Alltag zu integrieren und wie oftmals psychische Erkrankungen mit falscher Ernährung in Zusammenhang stehen können. Weiters wurde mit Ernährungsmythen aufgeräumt und der Sinn der richtigen "Tellermodelle" besprochen. Im Anschluss an den Vortrag konnten Fragen gestellt werden und es wurde sich rege miteinander ausgetauscht.

Fototext v.l.nr.: Bibliotheksleiterin Kerstin Neuherz, Diätologin Birgit Kogler und Bürgermeister Günter Reichhold