

Vortrag "Die neue Lebensmittelpyramide - Änderungen und Bedeutung für mich" "

Hotel Walhalla, Poststrasse, St. Gallen, 27.11.2024, 18:00 - 19:30 Uhr
diabetesostschweiz

Gabriella Eberle, Ernährungsberaterin SVDE, wird in ihrem Referat die wichtigsten Neuerungen der Schweizer Lebensmittelpyramide vorstellen. Diese wurde zuletzt 2011 überarbeitet und nun vom Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) gemeinsam mit der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE) auf den neuesten wissenschaftlichen Stand gebracht. Die neuen Empfehlungen berücksichtigen vier zentrale Dimensionen: eine bedarfsgerechte Nährstoffzufuhr, die Gesundheitsförderung, Aspekte der Nachhaltigkeit und das traditionelle Essverhalten in der Schweiz.

Der Vortrag richtet sich an alle, die sich für eine ausgewogene und gesunde Ernährung interessieren, sowie an Fachpersonen und Betroffene. Die Referentin wird erklären, wie sich die Änderungen auf den Alltag auswirken und welche Bedeutung die Anpassungen für die persönliche Ernährung haben. Darüber hinaus wird sie auf die Zusammenhänge zwischen Ernährung und nichtübertragbaren Krankheiten eingehen und erläutern, wie die neue Lebensmittelpyramide dabei helfen kann, Gesundheitsrisiken zu minimieren. Im Anschluss an den Vortrag besteht auch die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Für Mitglieder von Diabetesostschweiz ist die Teilnahme kostenlos, Nicht-Mitglieder zahlen CHF 20.- (bar vor Ort).

Wir freuen uns über Ihr Interesse und Ihre Anmeldung.

[Einladung Vortrag](#)

[Alle Aktivitäten anzeigen](#)

[Als iCal zum Kalender hinzufügen](#)

[Veranstaltung als PDF runterladen](#)