

241-18006 Gesund essen und trinken - gut für das Klima und gut für mich informieren - diskutieren - handeln In Kooperation mit dem Ernährungsrat Rhein-Kreis-Neuss

Beginn	Dienstag, 09.04.2024, 19:00 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	8,00 €
Dauer	1x
Kursleitung	Christine Wilsch
Informationen	Zielgruppe: Die gute Nachricht: wir alle können täglich einen Beitrag zum Wohle unserer Gesundheit und des Klimas leisten. Informationen und Handlungsempfehlungen werden vorgestellt und diskutiert.
Kursort	Kaarst, vhs-Haus, Raum E20, Am Schulzentrum 18, 41564 Kaarst

Täglich essen und trinken müssen wir alle. Unsere Essgewohnheiten, die Auswahl der Lebensmittel, der Einkauf und die Zubereitungsart wirken sich auf unser Wohlbefinden und aber auch auf unseren Planeten, auf das Klima aus. Der Eintrag von Treibhausgasen in der Atmosphäre, besonders bedingt durch einen hohen Fleischkonsum und den Transport der Lebensmittel rund um die Welt, heizt das Klima auf.

Etwa 20% des Treibhausgasausstoßes gehen in Deutschland auf die Ernährung zurück.

Die gute Nachricht: wir alle können täglich einen Beitrag zum Wohle unserer Gesundheit und des Klimas leisten.

Wie dies gelingen kann, dazu gibt es Informationen, Handlungsempfehlungen werden vorgestellt und diskutiert. Wichtig ist es, dass jede und jeder einen für sich passenden, gangbaren Weg findet.

Konkret werden die folgenden Themenfelder behandelt:

- Zusammenhang Essen und Gesundheit
- Zusammenhang Essen und Klima
- Empfehlungen für eine klimagesunde Ernährung
- Mahlzeitenzusammenstellung
- Informationen zu den Aspekten "Region, Saison und ökologische Produktion"
- Lebensmittelverschwendung und Lebensmittelabfälle
- Bürgerrat "Ernährung im Wandel"

Essen und Trinken, also ein nachhaltiges Ernährungssystem erfordert zivilgesellschaftliches Engagement, so dass nicht nur die/der Einzelne profitiert, sondern wir als Gesellschaft zukunftsfähig werden und somit einen notwendigen Beitrag leisten.

Die Referentinnen Christine Wilsch und Ulla Tenberge-Weber vom Ernährungsrat im Rhein-Kreis Neuss referieren und geben einen kurzen Einblick in die Arbeit eines Ernährungsrates.

Voranmeldung oder Abendkasse.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
09.04.2024	19:00 - 21:00 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum E20

[zur Kursdetail-Seite](#)