

## Beiblatt 2

### Erklärungen zu den Veranstaltungen des BBV Bildungswerk

#### Online – Vortragsreihe 60plus

Das BBV – Bildungswerk und die BBV – Landfrauengruppe laden **alle interessierten Bürgerinnen und Bürger** zu folgender Online – Vortragsreihe ein.

22.11.2022 Dienstag „Gutes Essen – gesund genießen“

Was kann ich tun, um fit zu bleiben? Muss ich trinken, auch wenn ich keinen Durst habe? Wie peppe ich Fertiggerichte auf, damit sie gesünder werden? Helfen mir Superfood und Nahrungsergänzungsmittel? In diesem Vortrag erhalten Sie die richtigen Zutaten für ein genussvolles Leben, um auch mit 60 plus fit und vital zu bleiben.

29.11.2022 Diestag „Fit für den Einkauf im Supermarkt“

Welche Verkaufstricks gibt es? Wie erkenne ich versteckten Zucker? Was bedeutet „mindestens haltbar“ oder „ohne Zusatzstoffe“? Ist laktosefreier Käse besser? Und was ist mit cholesterinsenkender Margarine? In diesem Vortrag erfahren sie, auf was Sie beim Einkauf im Supermarkt achten sollten, um auch mit 60 plus fit und vital zu bleiben.

Uhrzeit: jeweils 19.30 Uhr

Referentin: Anke Wöbking, Verbraucherzentrale Bayern, Beratungsstelle Nürnberg

Gebühren: jeweils Kostenlos

Hierzu ist **eine Anmeldung erforderlich**, um den Teilnehmern /innen den Zugangslink zum Online-Konferenzraum übermitteln zu können. Interessierte können bei den BBV- Geschäftsstelle unter Tel. 09161 /6642-0 anmelden oder auch online unter [www.bildung-beratung-bayern.de](http://www.bildung-beratung-bayern.de)

#### Gebietsversammlungen

Das BBV – Bildungswerk und die BBV – Landfrauengruppe laden **alle interessierten Bürgerinnen und Bürger** zu folgender Online – Vortragsreihe ein.

09.11.2022 Mittwoch „Natürlich im Wunschkörper – Wie man im stressigen Alltag  
gesund, attraktiv und leistungsfähig wird“ 20:00 Uhr  
Sugenheim  
Referent: Alexander Wunsch Landgasthof „Ehegrund“

13.12.2022 Dienstag Gesundheit wird digital 19:30 Uhr  
Verbraucherberaterin Carina Schütz Sugenheim Landgasthof – „Ehegrund“

09.03.2023 Donnerstag „Homo consumens – ich bin was ich kaufe“ 19:00 Uhr  
Referent: Dr. Maiken Winter Ipsheim Gasthaus „Goldener Hirsch“

Gebühren: jeweils kostenlos

Eine vorherige **Anmeldung ist nicht** erforderlich