

## 18.01.23, LandFrauenverein Esens – Landfrauenfrühstück mit dem Vortrag „Essen ist Genuss – auch im Alter“.

Zur ersten Veranstaltung im Kalenderjahr 2023 trafen sich 56 LandFrauen im Hofcafe Gerdes in Utgast zu einem gemütlichen Frühstück mit anschließendem Vortrag. Frau Dorothee Seelhorst von der Verbraucherzentrale Niedersachsen e. V. berichtete von der Arbeit der Verbraucherzentrale und führte nach einem hervorragenden Frühstück sehr unterhaltsam durch die Powerpoint-Präsentation „Essen ist Balsam für die Seele“. Sie sprach dabei u. a. die Punkte „Wie viel Gemüse und Obst soll ich täglich essen“, „Muss ich trinken, auch wenn ich keinen Durst habe?“ und „Was bedeutet das Kleingedruckte auf Lebensmittelverpackungen?“ an. Dabei stellte sie den LandFrauen immer wieder „Quizfragen“, wobei – zur Freude aller – sowohl die richtigen, als auch die falschen Antworten mit kleinen



Geschenken (Infomaterial, kleine Leselupe, Stifte ...) belohnt wurden.

