

Mi, 15.11.2023, 18 Uhr

Vortrag: Brainfood: Glücklich durch gesunde Ernährung

Vortragende: Assoz.-Prof. Dr. **Sandra Holasek**, Leiterin der Forschungseinheit „Ernährung und Stoffwechsel“, Lehrstuhl für Immunologie, Medizinische Universität Graz

Zum Vortrag: Nicht nur Schokolade macht uns glücklich! Unsere Ernährungsweise gibt den Takt des Alltags vor. Die Zeit für eine Mahlzeit fehlt immer öfter und drängt uns in den Konsum von Fast Food. Das Glückspotential gesunder Lebensmittel und guter Esskultur gilt es wieder neu zu entdecken – durch bewusstes Einkaufen, Kochen und Genießen.

Ort: Krankenhaus der Elisabethinen, Vortragssaal, Elisabethnergasse 14/1. Stock, 8020 Graz;

Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Buslinie 31, 32, 33, 40 (Elisabethnergasse), Straßenbahnlinie 1, 4, 6, 7 (Roseggerhaus)

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldung bis Mo, 13.11.2023: Stefan Magerl, Tel: 0316/7063-6456 oder kommunikation@elisabethinen.at



unitogether.uni-graz.at

Stand: 25.9.23 / cw



die
elisabethinen
lernen & leben



LebensGroß

VinziWerke
EIN VINZIGES STÜCK HOFFNUNG

