



High Protein

Veranstaltung

High Protein

Spätestens im Supermarkt trifft man auf verpackte Lebensmittel, die sich damit schmücken, besonders viel Eiweiß zu enthalten. Und je öfter man über diese Hervorhebung stolpert, desto eher freundet man sich vielleicht mit der Vorstellung an, dass ein hoher Proteingehalt in Nahrungsmitteln gut, ja sogar wichtig für den eigenen Körper und für die Gesundheit ist. An diesem Themenabend blicken wir hinter die bunten Werbeversprechen und schauen uns genau an, wozu der Körper Protein benötigt, in welchen Mengen, welche Form er bevorzugt und wie er mit einem Überschuss umgeht. Denn wenn wir verstehen, wie der Körper funktioniert und arbeitet, können wir Ernährungstrends leichter einordnen und somit auch die Relevanz, die sie für uns haben. Fragen sind herzlich willkommen und können auch gerne schon vorab eingereicht werden.

Was?

Art des Angebots

Veranstaltung

Kursleitung/Ansprechperson

Frau Knelangen

Alter des Kindes

altersunabhängig

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Kosten des Angebots

kostenlos

Wann?

Termin(e)

13.02.2025 - 13.02.2025, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Tag

Angebotstermin

Von 13.02.2025 (19:00 Uhr) bis 13.02.2025 (20:30 Uhr)

Wo?

DRK Familientreff Gerresheim DRK-Familientreff, Lohbachweg 31

Flinger Broich 203
40591 Düsseldorf

Trägerschaft

DRK Kreisverband Düsseldorf e.V.

Kölner Landstraße 169
40591 Düsseldorf

Art des Trägers

Freier Träger

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)



Durchführende Organisation

DRK Bildung KV Düsseldorf e.V.

Kölner Landstraße 169
40591 Düsseldorf

Name Kontaktperson

Silke Rickert

Telefon

0211-22994711

Email

familientreff.gerresheim@drk-duesseldorf.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)