Pressemitteilung
Cura Seniorencentrum Bad Sassendorf

Verliebte Gaumen
Expertenvorträge und gesunde Kostproben beim „Tag der Ernährung“

Bad Sassendorf, 11.05.2012. Den Gaumen verliebt machen, ohne dem Körper zu schaden, das ist die hohe Küchenkunst, die besonders leidenschaftliche Köche und speziell ausgebildete Diätköche beherrschen.

Für den 25. Mai, dem „Tag der Ernährung“ im Cura Seniorencentrum Bad Sassendorf, hat Einrichtungsleiterin Britta Jeschke als Referenten den Apotheker Hubertus Mues von der Kur-Apotheke gewonnen. Um 14.30 Uhr und 16.30 Uhr wird der Experte im Wintergarten des Cura-Hauses in der Wasserstraße 8 wertvolle Hinweise und Erklärungen zu einer bedarfsgerechten und gesunden Ernährung geben.
Dazu hat der Fachmann „die zehn Gebote einer gesunden Ernährung“ zusammengestellt und wird darüber hinaus auch Tipps zur zusätzlichen Versorgung mit Vitaminen, Mineralstoffen und Kohlenhydraten geben.
So werde Hubertus Mues in den unterhaltsamen Vorträgen nicht nur die wichtigsten durch den Alterungsprozess vorkommenden Veränderungen des Organismus erläutern, sondern auch wie in diesem Fall einer Unterversorgung des Körpers mit notwendigen Nährstoffen begegnet werden könne.
Dafür seien Mahlzeiten aus Zutaten erforderlich, die den Körper mit jenen Notwendigkeiten versorgen, die Krankheiten vermeiden und die Leistungsfähigkeit stärken und bei Bedarf aufbauen.

Wichtige Informationen hat er auch für Menschen mit Diabetes vorgesehen, um auch bei ihnen wieder die Lust am ausgewogenen und sinnvollen Essen zu wecken.

Zwar ließe sich das Altern nicht vermeiden, durch eine gesundheitsbewusste Lebensführung und Ernährung allerdings manche damit verbundene Unannehmlichkeit zumindest hinauszögern, erklärt die Einrichtungsleiterin. Daher wird die Cura-Küche Snacks aus frischem Gemüse mit verschiedenen Dips reichen und interessierte Besucher mit Informationen über ihren aktuellen Blutdruck und Blutzuckergehalt ausstatten.

Pressevertreter sind zum Tag der Ernährung herzlich willkommen.

Ihr Ansprechpartner:
Britta Jeschke, Einrichtungsleitung
Cura Seniorencentrum Bad Sassendorf
Wasserstraße 8
59505 Bad Sassendorf
Tel.: 02921 . 506- 0
bad-sassendorf.einrichtung@cura-ag.com
www.cura-ag.com