

# Zucker und seine Bedeutung für unseren Körper



## Ernährungssprechstunde im Rahmen des Gesundheitscafés der WALI:

Erfahren Sie diesmal mehr über die süße Realität des Zuckers und welche Auswirkungen Zucker auf unsere Gesundheit hat.

Wir stellen uns die Frage: *Auf Zucker ganz verzichten - muss das sein?*

Zusätzlich erkunden wir Alternativen zum Zucker, insbesondere Zuckeraustauschstoffe und andere Optionen. Lassen Sie sich erklären, was diese in unserem Körper bewirken und wie sie sich auf unsere Gesundheit auswirken können.



- **Kostenlos ohne Anmeldung**
- **Veranstaltungstag und -zeitraum:**  
Am Dienstag, den 30.01.2024,  
von 09:30-11:20 Uhr
- **Treffpunkt:**  
Nachbarschaftszentrum Westend  
Horst-Scheibert-Straße 2 in  
Wetzlar

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

