

LQB-Seminar: Gesund am Bauernhof – Ernährung und Gesundheit im Alltag

Gesund bleiben - Ernährungstrends im Check -

Unser Körper leistet jeden Tag viel – besonders in einem fordernden Alltag. Mit der richtigen Ernährung können wir den Körper gezielt unterstützen. Dieses Seminar zeigt, wie Darm, Stress und Ernährung zusammenhängen und wie kleine Veränderungen große Wirkung haben können. Ernährung verstehen – einfach und klar.

Ernährungstrends, Supplementierung und Superfoods – was tut uns im Alltag wirklich gut? Die erfahrene Ernährungswissenschaftlerin vermittelt ihr Wissen über bäuerliche Lebensmittel und räumt mit vielen Mythen über Milch, Fleisch und Eier auf. Einfach erklärt und praktisch umgesetzt. Das Seminar richtet sich an Bäuerinnen und Bauern, interessierte Personen am Thema Gesundheit und Ernährung.

Termin:

Mi. 17.6.2026

8:30 – 11:30 Uhr Landwirtschaftskammer Niederösterreich St. Pölten

Teilnahmebeitrag: Teilnahmebeitrag pro Person, ggf. gefördert € 15 p.P. / ungefördert € 30 p.P.

Anmeldung: [LQB-Seminar: Gesund am Bauernhof | LFI Niederösterreich](#)