Aufgetischt: Ernährungsmythen und Küchenweisheiten - wahr oder falsch?

Ist mehr Protein wirklich immer besser? Hilft Vitamin C bei Erkältungen? Brauchen wir alle zusätzlich Vitamin D und Omega-3? Macht Gluten tatsächlich Bauchweh? Macht Kollagen noch schöner? Muss man vor Saatenölen wirklich Angst haben? Und hat Alufolie tatsächlich eine Koch- und eine Grillseite? Zwischen viralen Ernährungstrends, hartnäckigen Küchenweisheiten und viralen Social-Media-Hacks kursieren unzählige Behauptungen rund ums Essen und Kochen. Doch was ist Fakt und was Fake? Zeit für den Faktencheck! Entdecken Sie, welche Trends und Mythen wissenschaftlich fundiert sind und welche getrost in der Gerüchteküche bleiben können.

Gemeinsam tauchen wir in die Welt der Ernährung und regionaler Lebensmittel ein. Neben den interessanten Vorträgen, Workshops und Stationen besteht die Möglichkeit des intensiven Austausches unter Kolleginnen und Kollegen und wertvollem Networking.

Natürlich wieder mit dabei: das beliebte Info-Snacken mit den Seminarbäuerinnen, Schule am Bauernhof, den Esserwissern und vielen anderen spannenden Organisationen und Betrieben!

Zielgruppe: Pädagog:innen der Sekundarstufe Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule OÖ, der Bildungsdirektion und dem LFI OÖ statt und wird im Rahmen der Ländlichen Entwicklung 23-27 gefördert.

Hinweis zur Veranstaltung:
Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel und Verpflegung wird vor Ort in bar eingehoben.

Änderungen vorbehalten.

© 2026 - lfi.at

Ländliches Fortbildungs Institut

Oberösterreich

Information

Kursdauer:	7 Einheiten
Kursbeitrag:	Kursbeitrag ohne Förderung Kursbeitrag gefördert
Fachbereich:	Dienstleistungen
Zielgruppe:	Lehrer/innen aus HS/NMS und AHS, Pädagoginnen und Pädagogen

Verfügbare Termine

17.03.2027 09:00, Linz

Ort	Linz
Beginn	17.03.2027 09:00
Ende	17.03.2027 16:00
Örtlichkeit	Seminarhaus auf der Gugl, Auf der Gugl 3, 4021 Linz
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	1818/2
Trainer:in	Romana Schneider-Lenz Katrin Fischer, MSc

© 2026 - lfi.at