



© pixabay

# Nahrungsergänzungsmittel im Alter

am Donnerstag, den 28. Mai 2026 • 15-16.30 Uhr

Nahrungsergänzungsmittel sind im wahrsten Sinne in aller Munde. Pillen gegen Herzinfarkt, Kapseln gegen das optische Altern und Pulver für eine bessere Konzentration. Die Industrie verspricht wahre Wunder! Doch braucht es diese Präparate wirklich?

Erfahren Sie, was hinter den Kapseln und Co. steckt, wann diese sinnvoll sein können und worauf es bei einer ausgewogenen Ernährung ankommt.

Die Dozentin Frau Jutta Löbert, Dipl. Oecotrophologin, klärt in diesem Vortrag über die Wirkungsweise, Potenziale und gesundheitlichen Risiken gängiger Nahrungsergänzungsmittel auf.

Ihr Gastgeber ist der Seniorenbeirat.



**Alle Angebote kostenfrei für Sie durch die Gemeinde Vaterstetten,  
den Seniorenbeirat Vaterstetten und den Verein aktiver Bürger e.V.**

Senioren Zentrum • Bahnhofplatz 1 • 85598 Baldham