

🕒 1 min.

## Tag der gesunden Ernährung

**AURICH.** - Seit 1998 veranstaltet der Verband für Ernährung und Diätetik e.V. jährlich am 7. März den „Tag der gesunden Ernährung“. „Ziel des Aktionstages ist es, auf die Bedeutung von richtiger Ernährung aufmerksam zu machen und diese langfristig in den Alltag der Menschen zu integrieren“, weiß Torsten Zufall, Einrichtungsleiter der Alloheim Seniorenresidenzen in Aurich.

In diesem Jahr steht der 7. März unter dem Motto „Ernährung bei gastrointestinalen Erkrankungen – Therapie und Prävention“. „Tatsächlich wurden auch Zusammenhänge zwischen der Art der Ernährung und beispielsweise der Vorbeugung vor dementiellen Erkrankungen nachgewiesen“, so Zufall, „nicht nur bei Darm- oder Magen-Problemen kann man mit der richtigen Ernährung vor Krankheiten schützen oder mit den richtigen Lebensmitteln therapierend unterstützen.“

In der Alloheim Seniorenresidenz „Knoop’s Huus“ wird daher auch täglich der „Tag der gesunden Ernährung“ gelebt.