



**Verbraucherzentrale**  
Niedersachsen

# Blicken Sie noch durch?

**Unsere Angebote zum Thema  
Lebensmittel und Ernährung**





## Durchblick auf dem Teller

Sie möchten sich ausgewogen ernähren, Werbeversprechen besser einschätzen oder mehr über Kennzeichnung und Qualität von Lebensmitteln erfahren?

Die Verbraucherzentrale Niedersachsen informiert Sie unabhängig, verständlich und praxisnah rund um das Thema Ernährung.

### Im Mittelpunkt stehen in diesem Jahr:

- Gesunde und ausgewogene **Lebensmittelauswahl** – welche Rolle spielen **Hülsenfrüchte**?
- Digitale Kompetenzen auf **Social Media** stärken – im Umgang mit **Werbung und Trends** für Lebensmittel
- **Lebensmittelabfall zu Hause** vermeiden



## Wir bieten:

- **Vorträge und Seminare:** lebendig, verständlich und aktuell rund um Ernährung und Gesundheit – online oder in Präsenz.
- **Infostände, Ausstellungen und Mitmach-Aktionen:** bei Ihrer Veranstaltung unterstützt Sie unser Ernährungsteam mit fachlicher Begleitung.
- **Workshops** in verschiedenen Settings: praxisnahe Einblicke zu Ernährungsthemen – flexibel in Umfang und Dauer.
- **Materialien** wie Flyer, Broschüren oder Infotexte zu aktuellen Marktchecks finden Sie auf unserer Website.



# **Sie haben Interesse? Wir freuen uns auf Ihre Anfrage:**

## **Region Wolfsburg/Braunschweig:**

Antje Warlich  
[a.warlich@vzniedersachsen.de](mailto:a.warlich@vzniedersachsen.de)  
T 05361 609981

## **Region Stade, Lüneburg:**

Sandy Kanzenbach  
[s.kanzenbach@vzniedersachsen.de](mailto:s.kanzenbach@vzniedersachsen.de)  
T 0511 91196-102

## **Regionen Oldenburg, Osnabrück, Ostfriesland und Emsland:**

Dorothee Seelhorst  
[d.seelhorst@vzniedersachsen.de](mailto:d.seelhorst@vzniedersachsen.de)  
T 0441 2480503

## **Region Göttingen:**

Constanze Rubach  
[c.rubach@vzniedersachsen.de](mailto:c.rubach@vzniedersachsen.de)  
T 0551 82071480

## **Impressum**

### **Herausgegeben von:**

Verbraucherzentrale Niedersachsen e. V.  
Landschaftstraße 3, 30159 Hannover  
T 0511 91196-0  
[info@vzniedersachsen.de](mailto:info@vzniedersachsen.de)  
[verbraucherzentrale-niedersachsen.de](http://verbraucherzentrale-niedersachsen.de)

### **Bildnachweise:**

Titel: © samael334 - Adobe Stock  
S. 2: © pbd Studio - Adobe Stock  
S. 3: © Yevhen - Adobe Stock

### **Stand:** Januar 2026

### **Gestaltung:**

Thomas Daug, [daug-design.de](http://daug-design.de)

Gedruckt auf

100 % Recyclingpapier.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Landwirtschaft, Ernährung  
und Heimat