

Essen Sie noch oder schmecken Sie schon?

Eintauchen in die Welt des Geschmackssinns beim 6. Festival der Sinne Graz

Ein großer Teil unserer Geschmackspräferenz wird durch die jeweilige Kultur geprägt, in der wir heranwachsen. Wir erlernen was uns schmeckt und was nicht. Und damit steht auch fest, dass unser Geschmackssinn trainierbar ist, je öfter wir etwas kosten, desto besser schmeckt es uns. Beim 6. Festival der Sinne am 8. und 9. Oktober 2011 im Hotel Novapark, Fischeraustr. 22, 8051 Graz laden wir Sie ein auf einen Ausflug ins Land der Geschmäcker. Der Eintritt ist wie immer frei.

Schmecken wieder lernen – Einladung zur Geschmacksorgie

Gibt es für Geschmacksstörungen relativ wenige Therapieoptionen, können Sie abgestumpfte Geschmacksknospen wieder schulen: Steigen Sie langsam aber sicher auf natürliche Lebensmittel um, nehmen Sie kleine Bissen, um besser kauen zu können – durch das Kauen entwickeln sich die Geschmäcker oft erst richtig. Verzichten Sie auf übermäßig Salz und scharfe Gewürze, unsere Mutter Erde bietet reichlich Kräuter an, die jedes für sich, aber auch in Komposition miteinander für aufregende Geschmackserlebnisse sorgen können. Besonders bei Kindern können wir gut vorbeugen: achten wir darauf, dass in Kindergarten, Schulen und Zuhause nur Speisen angeboten werden, die ohne künstliche Farb- und Aromastoffe zubereitet wurden.

In der Mitte liegt die Kraft

In der Traditionell Chinesischen Medizin (kurz TCM) gibt es 5 Elemente- Feuer, Erde, Metall, Wasser und Holz. Jedem Element ist ein eigener Geschmack zugeordnet. Erfahren Sie mehr über das Element der Mitte- die Erde-, ihr zugehöriges Organ-die Milz-, ihren zugehörigen Geschmack-süß-, und Möglichkeiten zum (Wieder)Finden Ihrer Mitte. Mehr Info dazu beim Stand 42 bei Frau Dr. Astrid Walch-Sautter und Mag. Karin Kruschinski sowie bei den Vorträgen am Sa, 14 Uhr und am So, 13 Uhr.

Honig – Speise der Götter

Schon in der Steinzeit wurde Honig von den Menschen genutzt, wie man an Höhlenzeichnungen sehen kann. Für die alten Ägypter war Honig die Speise der Götter. Die verschiedenen Honigsorten wirken unterschiedlich auf den Körper, je nachdem von welchen Blüten sie stammen, doch haben alle Sorten eines gemeinsam: Sie werden alle wegen ihrer keimtötenden Wirkung geschätzt. Honig als Süßstoff ist dem Zucker vorzuziehen, allerdings nicht für Kleinkinder, da ihnen bestimmte Enzyme im Honig gefährlich werden können. Köstliche Honigvielfalt für Genuss und Gesundheit finden Sie in Graz beim „Bienenlädchen“ auf Stand 27.

Das „Nothelfer-Wasser“ aus Tirol

Diesen Namen bekam das Mehrner Heilwasser nicht von ungefähr: Bei akuten Leiden wie Sodbrennen, Kreislaufstörungen oder Verstopfung ist es seit langem bekannt und geschätzt. 1267 wurde das Heilwasser erstmals erwähnt – eine Quelle, aus der klares, reichhaltiges, wohlschmeckendes Wasser mit vielfältigen Heilkräften sprudelt. Wirklich vielfältige Heilkräfte: Denn auch bei Erkrankungen der Leber, Galle oder Bauchspeicheldrüse, bei Magen-Darm-Beschwerden oder Stoffwechselerkrankungen hat sich das Heilwasser über die Jahrhunderte bewährt – sowohl für Trinkkuren als auch zum dauerhaften Konsum. Kosten Sie dieses „heilige“ Wasser in Graz auf Platz 40.

Rücksprache bei: ARGE Festival der Sinne, Pressesprecherin Eva Laspas, Tel: +43 1 2807627, eva@laspas.at, www.festivaldersinne.info

Wunderschönes, ansprechendes Bildmaterial in druckfertiger Auflösung von Fotografin Ingrid Schmidberger-Terzer zum Download unter:

<http://www.festivaldersinne.info/index.php/pressebereich>