

Välkommen på föredrag med Ann Fernholm

Fejkmaten - Vad är egentligen fejkmat och hur påverkar den kroppen?



Möt Ann Fernholm, vetenskapsjournalist, fil. dr i molekylär bioteknik och författare till boken Fejkmaten, som släpptes för några veckor sedan.

På detta spännande föredrag kommer Ann prata om fejkmaten i vårt samhälle.

Vi har lagt mycket energi på att debattera hur många ägg vi kan äta per dag och hur farligt potatis egentligen är. Samtidigt har maten vi köper i butiken genomgått en fullständig förvandling. Det är som att en plastikkirurg har satt kniven i de ursprungliga råvarorna och gett dem ett helt nytt ansikte. De bryts ner till sina minsta beståndsdelar och blandas med aromer, färgämnen och förtjockningsmedel innan de kläs i en säljande förpackning.

Under föredraget Fejkmaten presenterar Ann Fernholm en unik lista över de vanligaste ingredienserna i vår mat, där över hälften utgörs av socker, tillsatser och andra ultraprocessade ämnen. Hon berättar också hur dessa ingredienser – framförallt det tillsatta sockret – påverkar våra kroppar. ”



Ann Fernholm har arbetat som vetenskapsjournalist sedan 2001

Hennes mål som journalist är att granska forskarvärlden på samma vis som politiker granskas. Forskare har makt över vår hälsa och vårt välmående.

Det finns fantastiska forskare som bidrar till mänsklighetens bästa, men en del drar långtgående slutsatser med väldigt bräcklig data som grund. Det gäller framförallt kostområdet.

För mer info om författaren: www.annfernholm.se

Kulturhuset Skagerack, STRÖMSTAD
TISDAG 26 APRIL
KL.14:00 - 15:30