

FOKUS PÅ FEDE FISK TIL FORSKNINGENS DØGN I KATTEGATCENTRET



Der var fokus på fede fisk og sundhed, da Kattegatcentret inviterede til Forskningens Døgn fredag d. 28. april.

PRESSEMEDDELELSE

28. april 2017

KATTEGATCENTRET
Færgevej 4
8500 Grenaa
www.kattegatcentret.dk

side 1/1

Pressekontakt:

Hans Jakob K. Nielsen
+45 61 71 89 74
hjkn@kattegatcentret.dk

I forbindelse med den landsdækkende begivenhed Forskningens Døgn, inviterede Kattegatcentret og Københavns Universitet fredag d. 28. april fjerde klasser fra Vestre Skole i Grenaa og studerende fra Social- og Sundhedsskolen i Grenaa til aktiviteter med fokus på fede fisk og sundhed.

Eleverne blev både klogere på hvor meget fisk, Fødevarestyrelsen anbefaler danskerne at spise, hvilken slags fisk der er sundest og ikke mindst på, hvordan det at spise fede fisk påvirker både hjerne, hjerte, koncentrationsevne og stressrobusthed.

DET ER SUNDT AT SPISE MEGET FISK - OG DET SMAGER GODT

Et er at vide, at det er sundt at spise meget fisk og ikke mindst af den fede slags. Noget andet er, hvordan man skal tilberede det og hvordan det smager.

Derfor skulle eleverne selvfølgelig også prøve at lave deres egen fiskesmagsprøve i form af fed laks garneret med pesto, rødløg og cornflakes og tilberedt på grill. Langt de fleste fik også spist den færdige fisk og Brita og Louise, studerende på fra Social- og Sundhedsskolen, fortalte, at "Det virkede lidt som et wakeup call at få at vide, hvor meget fisk man bør spise, og hvorfor det er sundt".

For underviserne Rikke Læssøe Schmidt og Sidse Krog havde det stor værdi, at arrangementet også handlede om elevernes egen sundhed, fordi det er noget skolen har meget fokus på. "Det er også rigtig værdifuldt, at eleverne får viden fra andre end deres sædvanlige undervisere," fortalte Rikke Læssøe Schmidt. Eleverne fra Social- og Sundhedsskolen startede nemlig med et oplæg om fed fisk, omega-3 fedtsyrer og sundhed fra forsker Lotte Lauritzen fra Institut for Idræt og Ernæring på Københavns Universitet.

FOKUS PÅ FED FISK OG SUNDHED

Arrangementet i Kattegatcentret blev afholdt som en del af forsknings og formidlingsarbejdet Projekt FiSK, hvor Kattegatcentret arbejder sammen med Københavns Universitet og tre andre danske akvarier om at forske i og formidle om, hvordan det påvirker vores sundhed at spise fisk og ikke mindst fed fisk.

FOR MERE INFORMATION KONTAKT: Lone Thybo Mouritsen - leder for forskning,
Mail: lm@kattegatcentret.dk, Mobil: +45 2027 6553