

Inhaltsverzeichnis

Schülerheft "aktuell" Nr. 1/2017 – So is(s)t die Welt

Ernährung heute	Seite 3
<ul style="list-style-type: none">• Was assen die ersten Menschen?• Übergewicht trotz Diäten und Lightprodukten• Neue Erkenntnisse in der Ernährungsforschung – Neue Trends	
Steinzeit-Ernährung oder Paleo	Seite 11
<ul style="list-style-type: none">• Praktizierende Naturvölker• Empfehlungen und Verbote• Versprechen und Wirkung	
Vegetarismus	Seite 15
<ul style="list-style-type: none">• Vegetarismus kennen wir schon lange• Vegetarismus in der Schweiz• Varianten des Vegetarismus• Interviews mit Vegetariern	
Vegan – das Vegetarisch von morgen	Seite 20
<ul style="list-style-type: none">• Vegan ist der Neuste Trend• Vegane Lebensmittel und vegane Ernährung boomen• Interviews mit Veganerinnen	
Weitere Ernährungstrends	Seite 26
<ul style="list-style-type: none">• Low Carb• Ernährung nach den 5 Elementen• Ohne Zucker oder goodbye sugar	
Was wäre eine ideale Ernährung?	Seite 29
<ul style="list-style-type: none">• Alle können einen Beitrag leisten• Gewohnheiten ändern, weniger Fleisch konsumieren• Kaufe nur, was du wirklich brauchst	