



Alternative Ernährungsformen - nach wie vor im Trend: Neu auf www.was-wir-essen.de

Alternative Ernährungsformen - nach wie vor im Trend: Neu auf www.was-wir-essen.de - Vegetarisch, vegan, vollwertig oder asiatisch - hinter der Bezeichnung Alternative Ernährungsformen stecken verschiedene Ernährungskonzepte, die von der üblichen "konventionellen" Ernährungsweise in westlichen Kulturkreisen abweichen. Schätzungsweise sechs Millionen Menschen in Deutschland, also etwa sieben bis acht Prozent der Bevölkerung, ernähren sich zum Beispiel vegetarisch. Immer mehr Menschen, vor allem jüngere, verzichten auf Fleisch. Sie möchten vermeiden, dass ihre Tiere getötet werden. Andere alternative Ernährungsformen sind die Vollwert-Ernährung oder die Ernährung im Ayurveda und in der Traditionellen Chinesischen Medizin. Obwohl alternative Ernährungsformen auf unterschiedlichen Begründungen basieren und aus verschiedenen Kulturkreisen stammen, haben sie in der Praxis viele Gemeinsamkeiten: So werden oft pflanzliche und naturbelassene Lebensmittel sowie regional und ökologisch erzeugte Produkte bevorzugt und stark verarbeitete Lebensmittel eher abgelehnt. Im Unterschied zu Diäten ernähren sich Personen, die sich bewusst für eine alternative Kostform entscheiden, über einen langen Zeitraum danach. Diäten werden in der Regel nur vorübergehend und mit einer bestimmten Zielsetzung wie Abnehmen durchgeführt. Worin sich die wichtigsten alternativen Ernährungsformen im Einzelnen bei der Lebensmittelauswahl unterscheiden und worauf bei der Lebensmittelauswahl zu achten ist, erfahren Sie ab sofort auf www.was-wir-essen.de unter http://www.was-wir-essen.de/gesund/alternative_ernaehrungsformen.php.
Friedrich-Ebert-Straße 3
53177 Bonn
Telefon: 02 28/ 84 99-0
Telefax: 02 28/ 84 99-177
Mail: aid@aid.de
URL: <http://www.aid.de>

Pressekontakt

aid

53177 Bonn

aid.de
aid@aid.de

Firmenkontakt

aid

53177 Bonn

aid.de
aid@aid.de

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einströmt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren. Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengerecht und praxisorientiert.