AB: Ernährungstrends

AES 10

Ernährungstrends

...beziehen sich auf die Art und Weise, wie ein Mensch sich zeitweise ernährt. Die meisten von uns essen nicht mehr nur, weil sie satt werden wollen. Neben persönlichen Vorlieben spielen viele Faktoren eine Rolle: Gesundheit, Ökologie, Ästhetik, soziale und religiöse Aspekte. So entstehen viele Trends in der Ernährung, die für eine Zeit lang angesagt sind. Teilweise entwickeln sich diese sogar zu einem Lifestyle. Die Auseinandersetzung mit unserer Ernährung kann zu einem bewussten Ernährungsverhalten führen, was sehr positiv zu bewerten ist. Trends sind aber auch immer kritisch zu hinterfragen und ihre Wirkung zu überprüfen.

① Recherchiere im Internet nach derzeitigen Ernährungstrends und ordne sie unter den entsprechenden Punkten in der Mindmap ein.

② Wie ernährst du dich zur Zeit? Beschreibe.

③ Sprecht in der Peergroup über eure Ernährung. Folgt ihr auch Trends?

Lizenzhinweise: https://editor.mnweg.org/mnw/dokument/ernaehrungstrends-2