

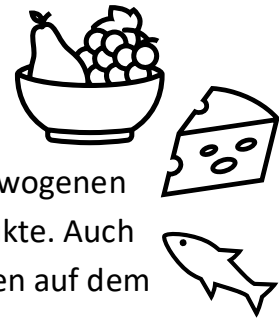
## Umweltschutz – Zivilisation

Mit dem Beginn der Jagd kam Fleisch auf den Speiseplan der Menschen. Im Laufe der Jahrhunderte begannen die Menschen, Tiere zu züchten, um deren Fleisch und andere Produkte zu nutzen. Heute gibt es viele verschiedene Wege wie sich Menschen ernähren.

**Aufgabe:** Lies den Text über die Ernährungsformen genau durch.

### Ernährungsformen

Eine ausgewogene Ernährung ist wichtig für unsere Gesundheit. Dabei kommt es darauf an, dass unser Körper mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt wird. Zu einer ausgewogenen Ernährung gehören frisches Obst, Gemüse und Vollkornprodukte. Auch tierische Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Milch und Eier können auf dem Speiseplan stehen.

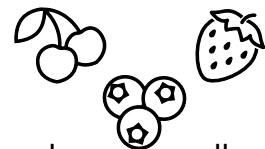


Immer mehr Menschen entscheiden sich dafür, Ernährungsformen zu wählen, bei denen keine tierischen Produkte gegessen werden. Häufig spielt das Wohl der Tiere eine Rolle, denn je nach Haltungform geht es nicht allen Tieren gut. Außerdem schont weniger Tierhaltung auch die Umwelt und das Klima. Der Anbau pflanzlicher Nahrungsmittel verursacht deutlich weniger klimaschädliche Treibhausgase.



Menschen, die kein Fleisch, keine Wurst und keinen Fisch essen, nennt man Vegetarier. Vegetarier essen aber trotzdem tierische Produkte wie zum Beispiel Käse, Butter und Joghurt. Eier und Honig stammen auch von Tieren und sind Bestandteil der vegetarischen Ernährung.

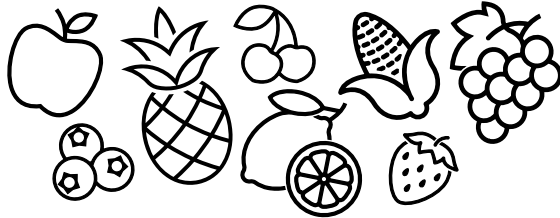
Die vegane Ernährung beschreibt eine weitere Ernährungsform. Ähnlich wie Vegetarier essen auch Veganer keine Tiere. Allerdings nehmen Veganer auch keine anderen tierischen Produkte zu sich. Milch, Eier, Honig, Käse und alle weiteren Produkte, die von Tieren stammen, finden keinen Platz in der veganen Ernährung. Bei der veganen Ernährungsform muss man darauf achten, dass der Körper trotzdem mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt wird.



## Umweltschutz – Zivilisation

**Aufgabe:**

Trage die Ernährungsformen passend zu den Nahrungsmitteln ein.



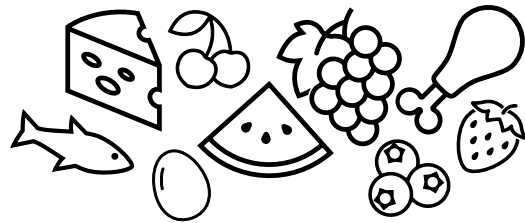
---

---



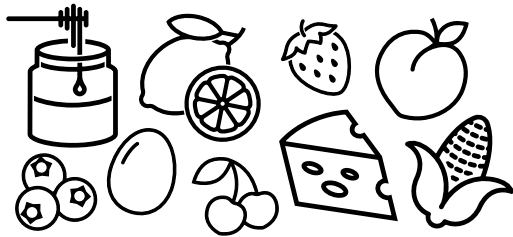
---

---



---

---



**Aufgabe:** Male mindestens drei Sachen, die du gestern gegessen oder getrunken hast.

