

Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch

Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität?

(Kopiervorlage)



Verfasser der HA:	Katharina Bauer
Klasse:	WG 13/4
Schule:	Wirtschaftsgymnasium an der kaufmännischen Schule TBB
Fach:	Psychologie
Lehrer:	OSR. Schenck
Abgabetermin:	30.01.2014

Inhaltsverzeichnis

1. Arten des Vegetarismus / Veganismus	3
2. Entwicklung des Vegetarismus in der Antike	5
2.1 Weiterentwicklung zur Zeit der Industrialisierung.....	7
2.2 Die Situation heute.....	9
3. Fleisch - Ja oder nein?	10
3.1 Ethische Gründe und Tiermisshandlung.....	10
3.2 Gesundheitliche Gründe.....	12
3.3 Ökologische Gründe.....	13
4. Mangelerscheinungen – ein Grund zur Sorge?	14
5. Selbstständigkeitserklärung	16

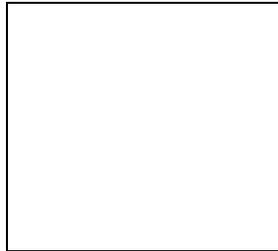
Alle Fotos wurden für das Internet aus urheberrechtlichen Gründen entfernt!

Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)

Katharina Bauer

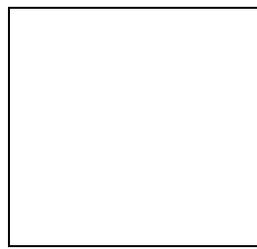
1. Arten des Vegetarismus / Veganismus

Vegetarier ist nicht gleich Vegetarier -> Unterschiedliche Ausprägungsformen

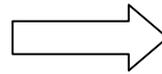


Kein Fleisch

+

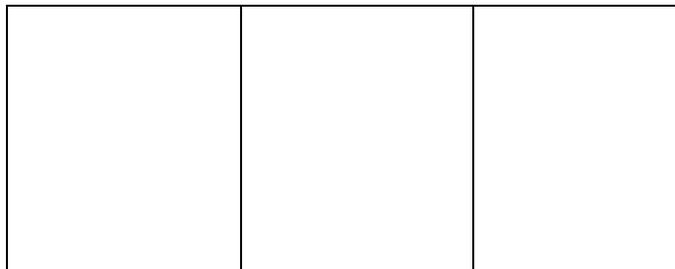


Kein Fisch



Ovo-Lacto-Vegetarier

-> Größte Gruppe der Vegetarier (55%)



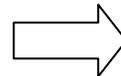
Kein Fleisch

+

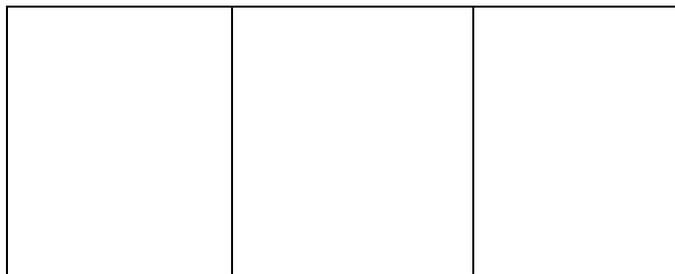
Kein Fisch

+

Kein Ei



Lacto-Vegetarier
(30%)



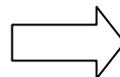
Kein Fleisch

+

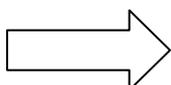
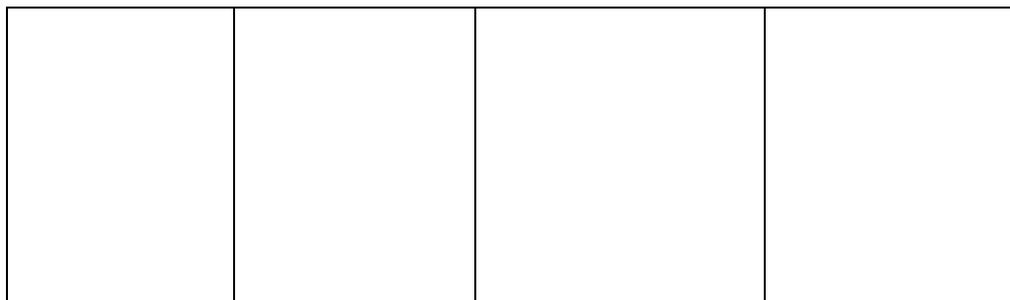
Kein Fisch

+

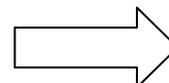
Keine Milch



Ovo-Vegetarier
(5%)



Verzicht auf jegliche tierische Produkte
(Häufig auch: Leder, Schurwolle, Honig)

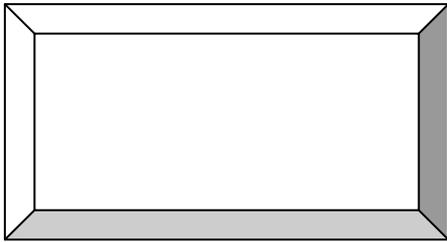


Veganer
(10%)

Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)

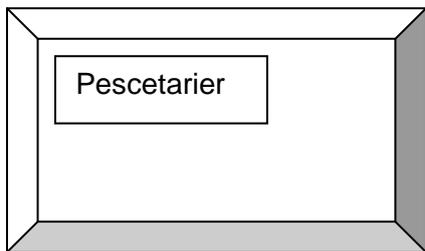
Katharina Bauer

Sonderformen dieser Ausprägungen



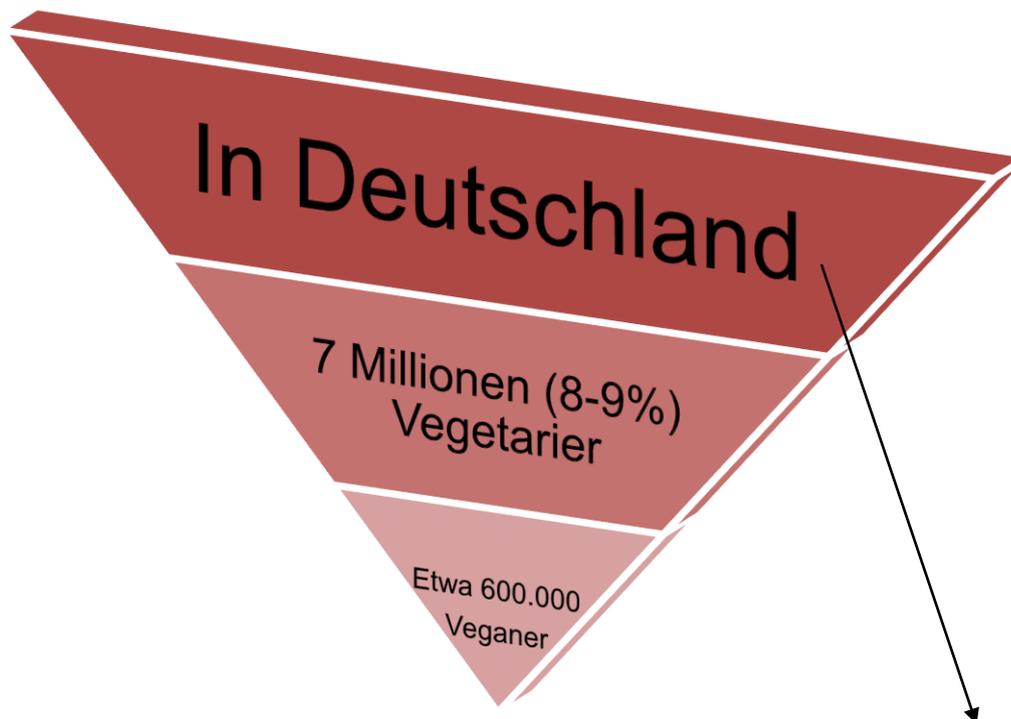
Auf dem Speiseplan

Ernährung wie
Veganer
+
Nur Pflanzen, die
bei der Ernte nicht
„sterben“
-> Nüsse, Fallobst



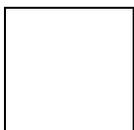
Kein Fleisch

Dafür:
Fisch, Eier,
Milch



Höchste Anzahl Vegetarier weltweit:

Indien -> 40%

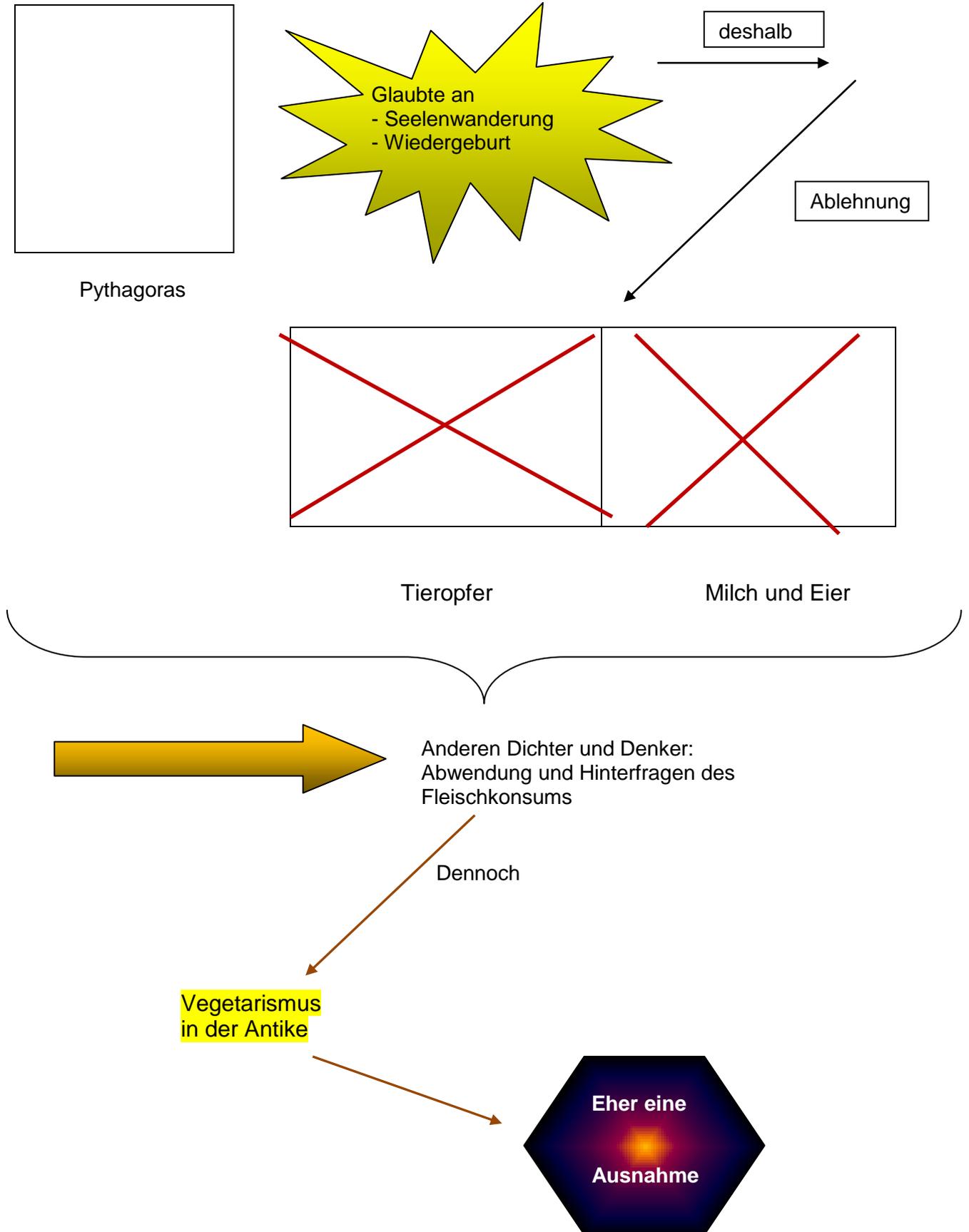


Höchste Anzahl Vegetarier Europa:

Deutschland



2. Entwicklung des Vegetarismus in der Antike



Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)

Katharina Bauer

Gründe

1.

--	--	--

Fleisch → Kraftspender → vor dem Kampf

2.

--

Tieropfer →

Normal:
Zur Besänftigung der
Götter

Griechischer Arzt Hippokrates

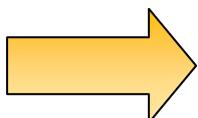
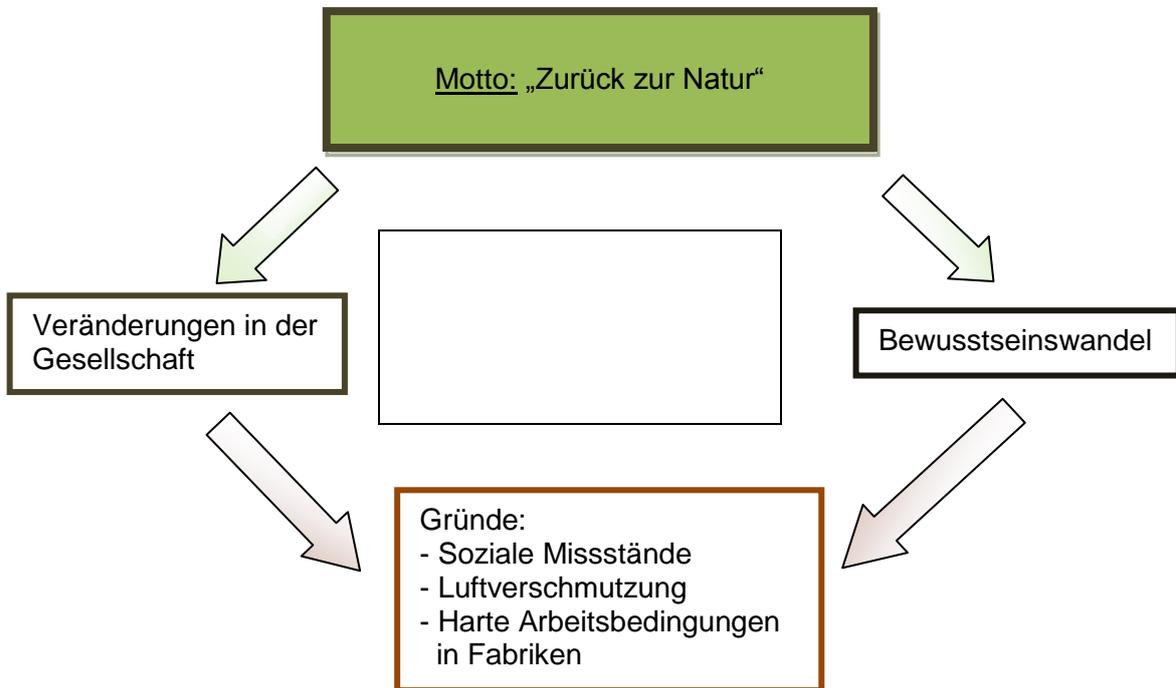
--

Machte auf negative
Folgen des Fleischkonsums
aufmerksam

Verordnete Vollkornbrot,
Obst, rohes Gemüse

Das kommt dem
Ernährungsplan von heute
ziemlich nah

2.1 Weiterentwicklung zur Zeit der Industrialisierung

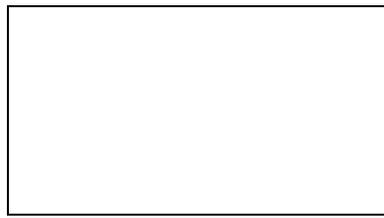


Dadurch:

Entstehung von Zusammenhang zwischen Vegetarismus und Naturheilkunde

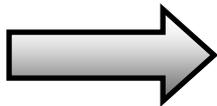
Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)

Katharina Bauer



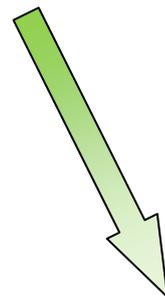
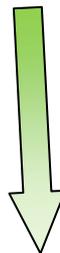
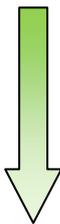
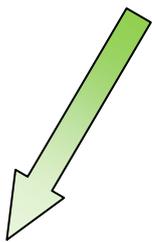
Steigenden
Zivilisationskrankheiten

Steigender Fleischkonsum → führte zu



Entstehung vegetarisch geprägter Ernährungsformen
→ Hauptsächlich gesundheitlich orientiert

Verbreitung des Vegetarismus durch neue Kommunikationsmittel

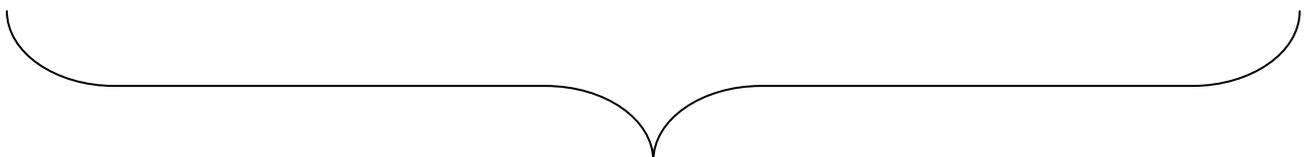


Fernseher

Radio

Flugblätter

Vereine



Europakarte



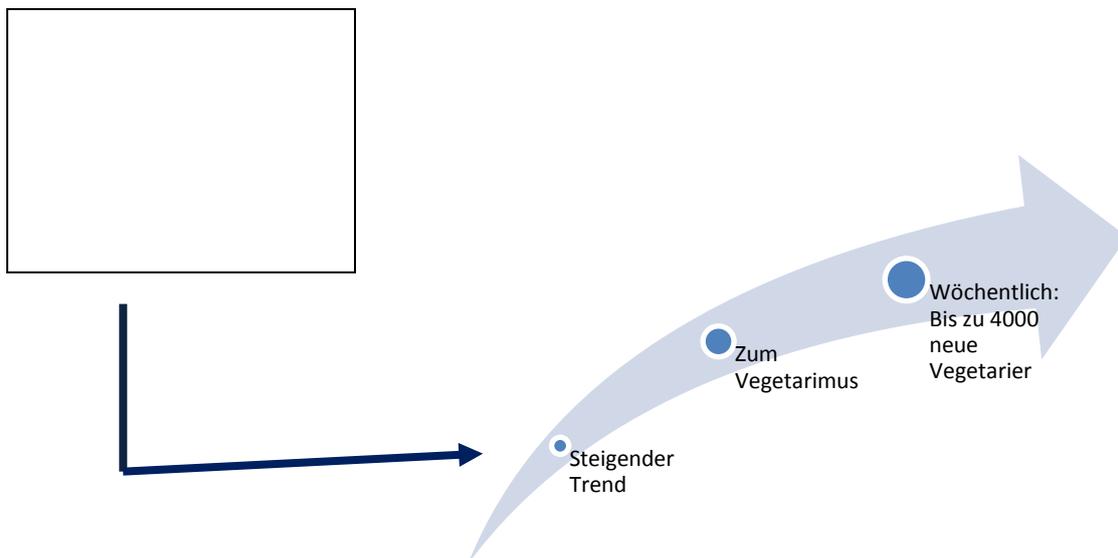
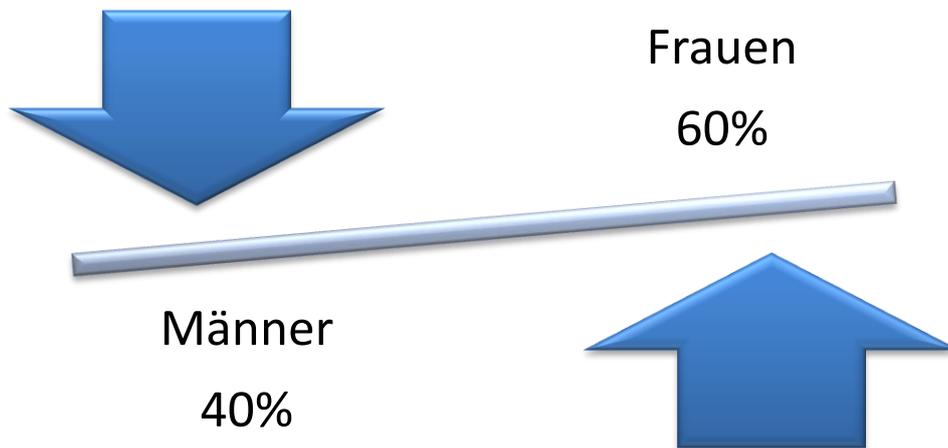
Vegetarismus etablierte sich in Europa

2.2 Die Situation heute

Jenaer Studie:



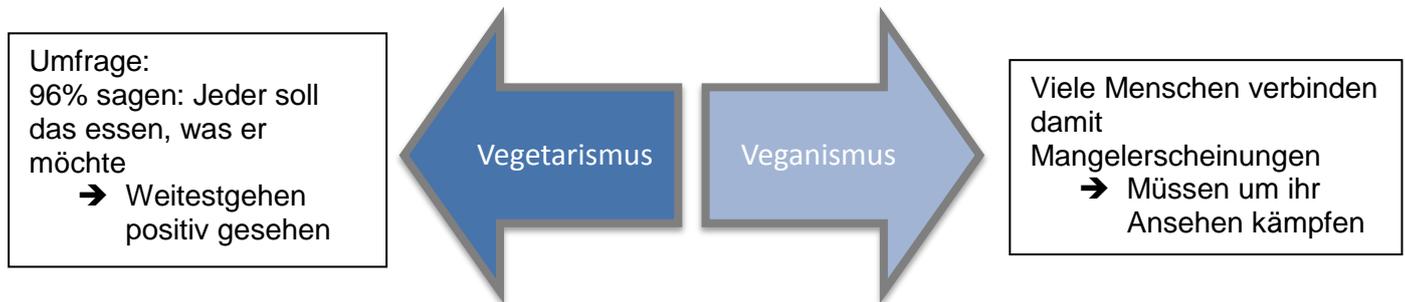
Verhältnis der Vegetarier:



**Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)**

Katharina Bauer

Akzeptanz der Vegetarier und Veganer



3. Fleisch – Ja oder nein?

Beweggründe für Fleischverzicht: Vielfältig

Hauptaspekte:

Etwa 25%: Ethik -> Recht auf Leben für Tiere

Etwa 25%: Gesundheit -> Stärkung der Abwehrkräfte, Therapie von Erkrankungen

Weitere, jeweils gleich gewichtete Aspekte:

Kosmetik: Reine Haut

Ökonomie: Sparen

Philosophie: Menschenbild

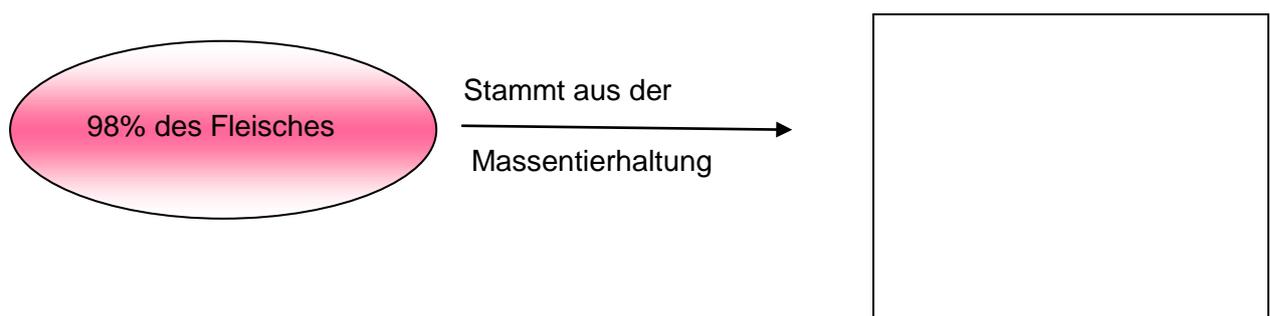
Leistungssteigerung: Bewusster Einsatz von „Wissen“

Religion: Bestimmte Tiere -> Töten als Tabu

Ästhetik: Anblick toter Organismen

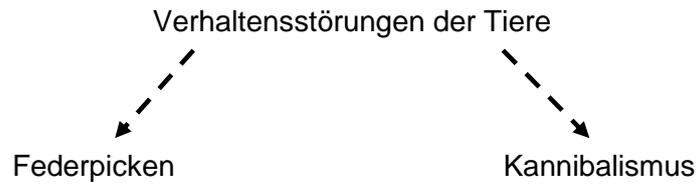
Ökologie: Schonung natürlicher Ressourcen

3.1 Ethische Gründe und Tiermisshandlung

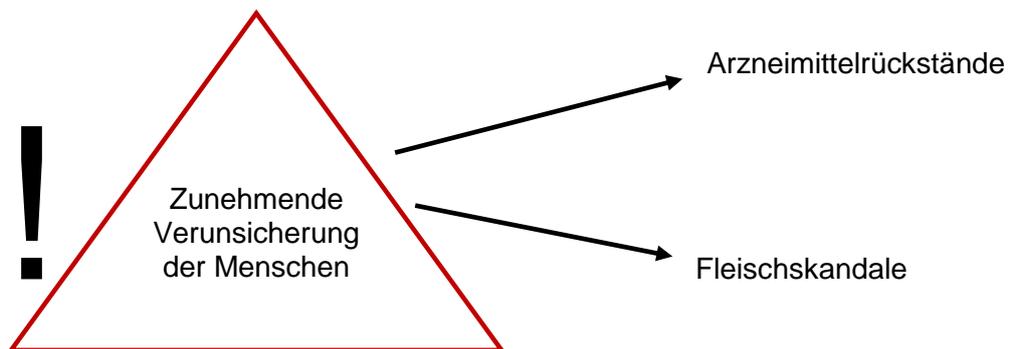
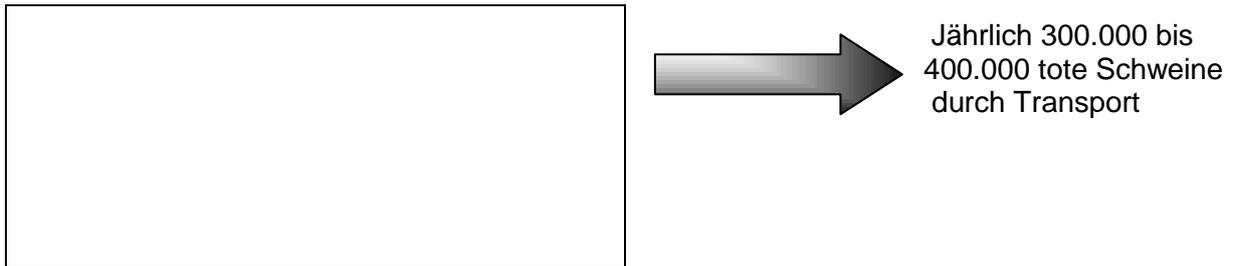


Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)

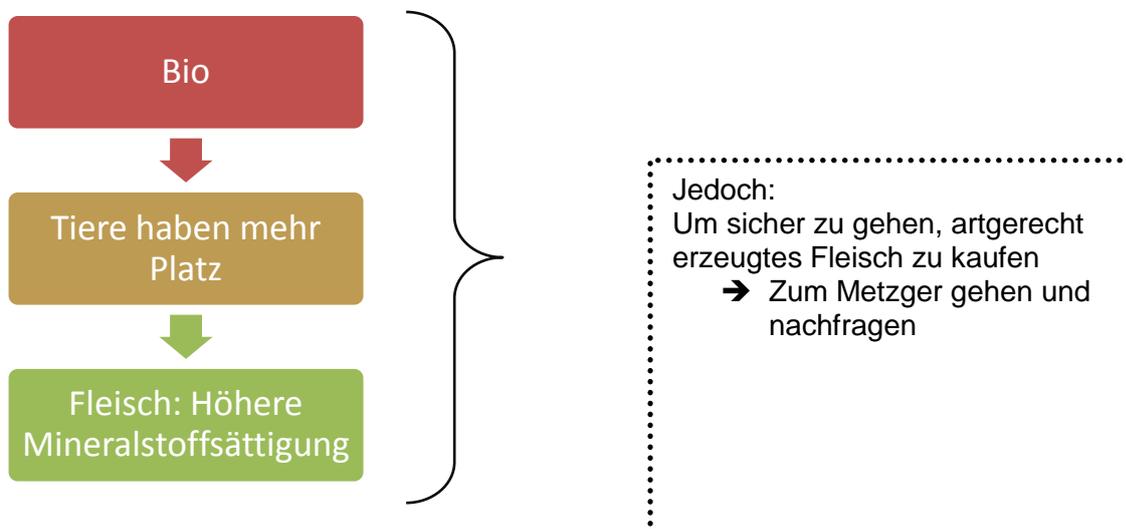
Katharina Bauer



Tiertransporte



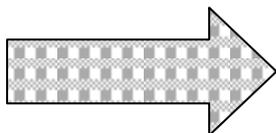
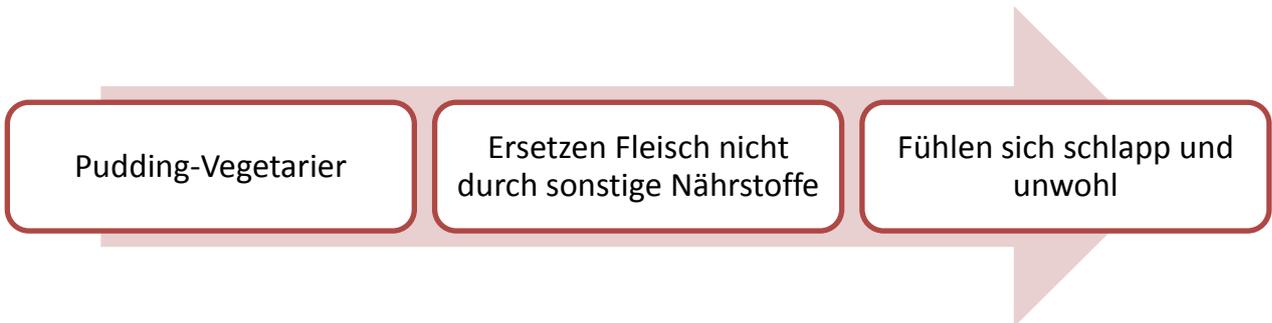
Biofleisch – eine Alternative zur Massentierhaltung?



3.2 Gesundheitliche Gründe



■ Vegetarische / Vegane Ernährung -> Gesund oder nicht?



Deshalb:
Richtige Zusammenstellung der
Nahrung wichtig!

Bei richtiger Zusammenstellung

Vegetarier

Geringste
Krankheitsanfälligkeit,
Infektionsanfälligkeit->
Nicht einmal 20% des
Durchschnittswertes

Besten
Labor- und
Blutdruckwerte

Meist
normales
Körpergewicht

Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)

Katharina Bauer



3.3 Ökologische Gründe

Negativ:

Treibhauseffekt der Herstellung von Nahrungsmitteln: (in km)		
	Konventionell	Bio
1 kg Weizen	3,4 km	1,5 km
1 kg Milch	7,1km	6,6 km
1kg Schweinefleisch	25,8 km	17,4 km
1 kg Käse	71,4 km	65,5 km
1 kg Rindfleisch	70,6 km	113,4 km

Bioprodukte teilweise noch umweltschädlicher als herkömmlich erzeugte Produkte

16 kg Getreide + Soja verfüttert

Mehr Treibhausgase als bei 250 km Auto fahren erzeugt

50 m² Regenwald gerodet

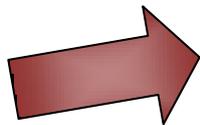
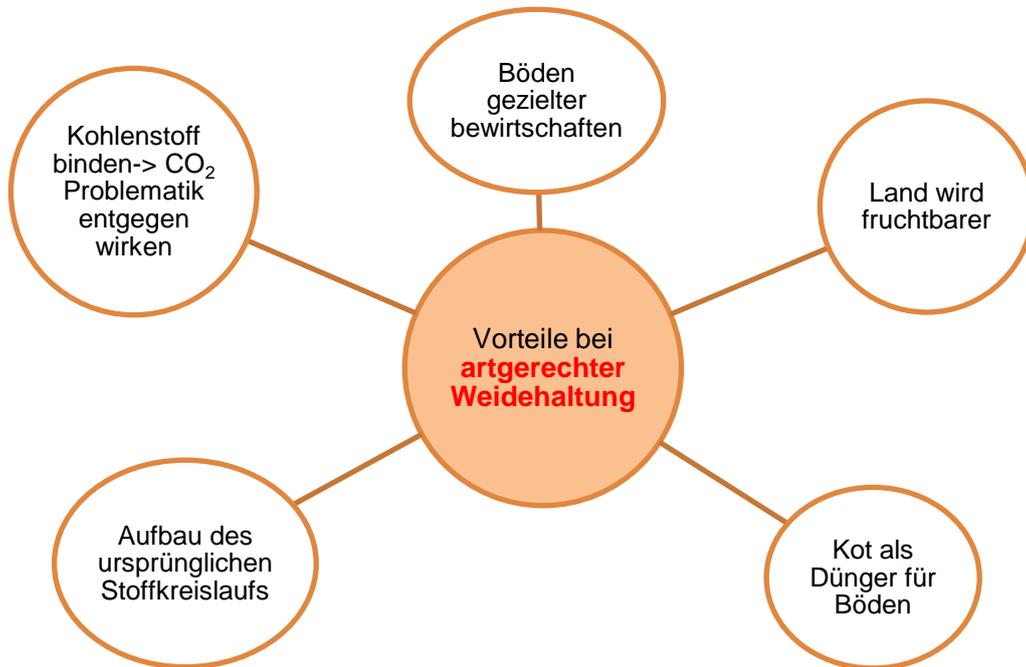
20.000 Liter Trinkwasser verbraucht

Für die Produktion von 1 Kg Rindfleisch werden...

**Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)**

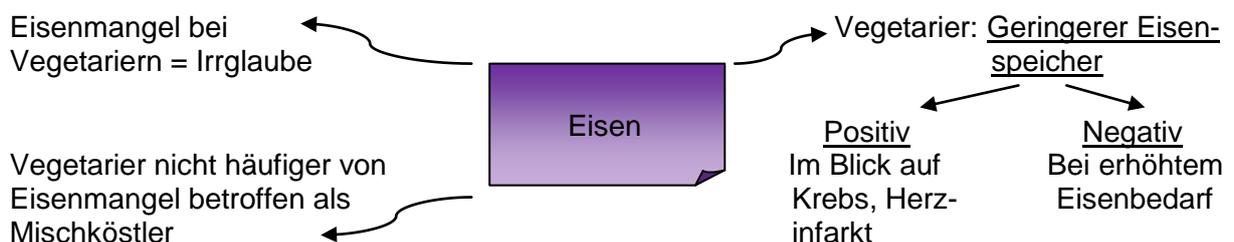
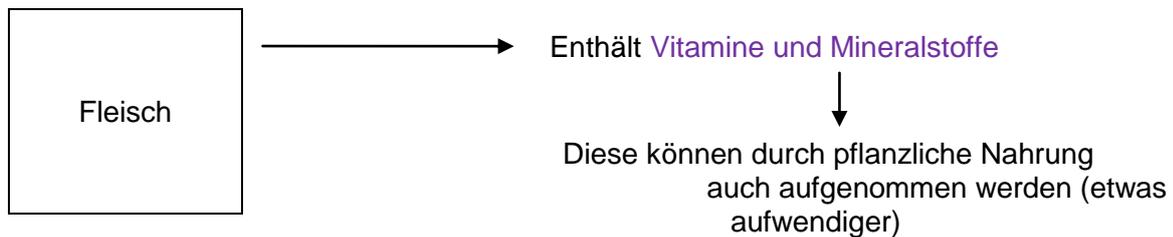
Katharina Bauer

Positiv:



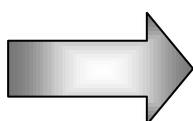
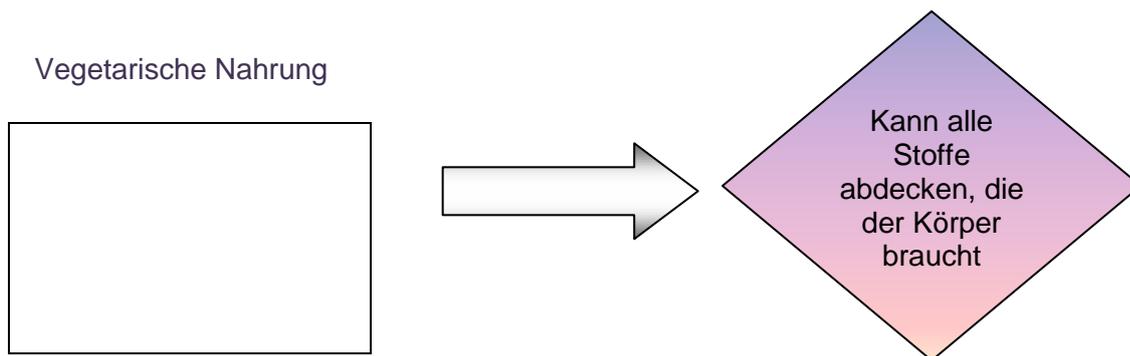
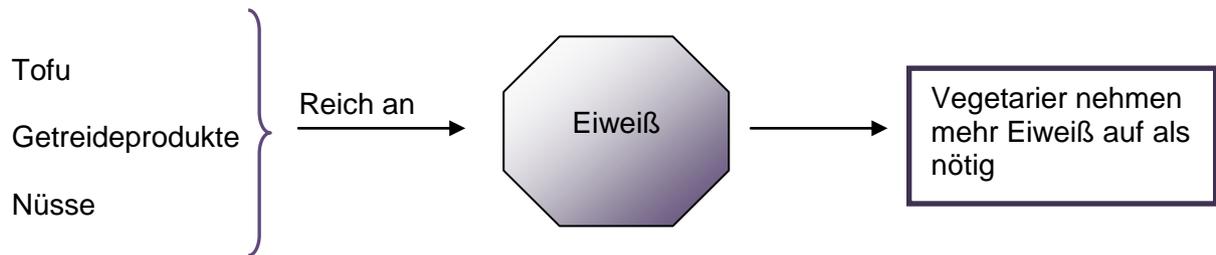
Der Umwelt zuliebe lieber weniger, aber dafür hochwertige Produkt kaufen

4. Mangelerscheinungen – ein Grund zur Sorge? ^{63,64,65,66}



Vegetarismus – Gemüse ist mein Fleisch
Unsinniger Trend oder begrüßenswerte Realität? (KV)

Katharina Bauer



Richtige Nahrungszusammenstellung wichtig
Häufig jedoch: Vitamin B12 Mangel
Deshalb: Nicht unbedenklich für Kinder im Wachstum

5. Selbstständigkeitserklärung

Hiermit bestätige ich, dass ich die vorliegende Hausarbeit selbstständig verfasst und keine anderen, als die im Literaturverzeichnis aufgeführten, Hilfsmittel und Quellen benutzt habe.

Ort, Datum

Unterschrift