



Filterblase - Anmerkungen zum Ausdruck

Auswertungsfragen (1x)

Arbeitsblatt (4x)

Infomaterial A (2x)

Infomaterial B (2x)

Gefördert durch



und



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**



Filterblase - Auswertungsfragen

1. Vergleicht eure Profilkarten und das zugehörige Infomaterial. Unterscheiden sich die Ergebnisse der Personen? Inwiefern?
2. Warum kommen die beiden Personen von den Profilkarten zu unterschiedlichen Ergebnissen?
3. Hat das eigene Verhalten im Netz Einfluss darauf, was euch im Internet angezeigt wird?
4. Ist euch selbst schon mal aufgefallen, dass euch mal Werbung, Personen oder Posts vorgeschlagen wurden, die etwas mit euren Interessen zu tun haben könnten?
5. Wie ist das im realen Leben: Wollen wir Dinge, die uns in unserer Meinung und Ansicht bestärken eher sehen als andere?
6. Habt ihr während der Übung gemerkt, dass die anderen Gruppen anderes Infomaterial hatten? Falls nein, warum ist es euch nicht aufgefallen? Warum habt ihr euch mit den anderen Gruppen nicht ausgetauscht?

Gefördert durch



und



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**



Filterblase - Arbeitsblatt

Bitte beantwortet die folgenden Fragen. Nehmt dazu euer vorliegendes Informationsmaterial zur Hilfe. Ihr habt 15 Minuten Zeit. Anschließend stellt jede Gruppe ihre Antworten und Argumente im Plenum vor.

1. Welche Ernährung ist für den Körper am gesündesten?

2. Ist Fleischessen ungesund?

3. Ist kein Fleisch zu essen ungesund?

Gefördert durch



und



im Rahmen des Bundesprogramms

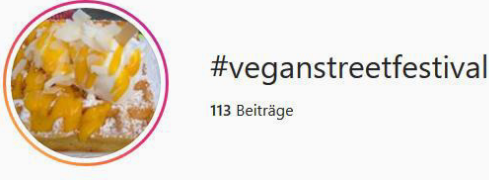
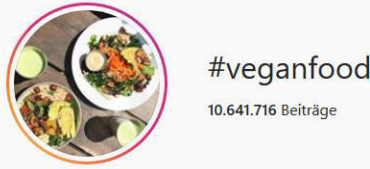
Demokratie **leben!**

Informationsmaterial A zur Übung Filterblase

Dieses Informationsmaterial hat folgende Person für euch zusammengesucht:

Profil: Claudia Jansen

Sucht oft folgende Hashtags bei Instagram:



Folgt auf Instagram unter anderem:



attila_hildmann  [Folgen](#)  

6.728 Beiträge 48k Abonnenten 2.389 abonniert

! **Attila Hildmann** 🍌🌱 Daishō 大小 Bio Energy in deiner Nähe finden 📍
www.daisho-energy.de

(Einem bekannten Veganer-Koch)

Zuletzt gekauft bei Amazon:



VEGAN FOR FIT
Vegan for Fit. Die Attila Hildmann 30-Tage-Challenge. Vegetarisch und cholesterinfrei zu einem neuen Körpergefühl (Vegane Kochbücher von Attila Hildmann) 1. September 2012
von Attila Hildmann und Simon Vollmeyer (Fotografie)

Gebundene Ausgabe
EUR 29,95 ✓prime
Lieferung morgen, 30. Mai
Kostenlose Lieferung möglich.

Andere Angebote
EUR 7,83 (79 gebrauchte und neue Artikel)

Kindle Edition
EUR 9,99

★★★★☆ 992

Hat hier online mitgemacht:



openPetition
Deutschland

PETITION STARTEN | SUCHE | RATGEBER |  HELFEN | DEUTSCH | ANMELDEN



Gegen Qualvolle Massentierhaltung und Tiertransporte!!!

Von: Jonas Ludwig 

An: Deutscher Bundestag Petitionsausschuss

Region: Deutschland  **Kategorie:** Tierschutz 

Status: Die Petition ist bereit zur Übergabe

SAMMLUNG BEENDET

377 UNTERSTÜTZENDE **338** IN DEUTSCHLAND

Sammlung abgeschlossen

Gefördert durch

und

im Rahmen des Bundesprogramms



Studie über 30 Jahre mit 130.000 Teilnehmern: Veganer leben länger als diejenigen, die Fleisch und Eier essen

Wichtigstes Ergebnis: Tierprotein verkürzt die Lebenserwartung und pflanzliches Protein verlängert die Lebenserwartung.

ZEIT ONLINE

Veganer Fußballer

Wurst schießt keine Tore

Fast eine Million Veganer soll es in Deutschland geben. Doch kann man ohne Steaks und Eier sportliche Höchstleistungen bringen? Ein Bundesligaprofi sagt: Klar.

Auch viele Profisportler interessieren sich für diese gesunde Art der Ernährung. Viele Experten zweifelten lange, ob man ohne Fleisch und die darin enthaltenen Eiweiße sportliche Höchstleistungen bringen könnte. Mindestens ein Bundesligaprofi kann das. Marco Sailer, heißt er, spielt für den SV Darmstadt und fällt nicht nur wegen seines Rauschebartes auf. Sailer ernährt sich seit einem Jahr vegan.

Gefördert durch



und



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**



PETA ZWEI 

Warum vegan gesünder ist

Wem Tierrechte als Argument nicht reichen, kann auch einfach an sich selbst denken. Vegan ist nämlich auch für die Menschen gesund.

Studien stellen regelmäßig fest, dass Fleischesser ein höheres Risiko für Herzkrankheiten haben, öfter an Bluthochdruck und hohem Cholesterinspiegel leiden und häufiger an Diabetes und manchen Krebsarten erkranken. Darüber hinaus haben Fleischesser im Durchschnitt einen höheren Body-Mass-Index. Schuld daran sind unter anderem die gesättigten Fette und das Cholesterin, von denen Fleischesser mehr aufnehmen als Vegetarier und vor allem Veganer, die stattdessen mehr Obst, Gemüse, Vollkorn, Nüsse, Sojaprodukte, Ballaststoffe und sekundäre Pflanzenstoffe zu sich nehmen.

Wer Fleisch isst, erhöht sein Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall und läuft eher Gefahr, impotent zu werden. Außerdem sorgt unter anderem die Tierindustrie dafür, dass immer mehr Bakterien Resistenzen gegen Antibiotika ausbilden, indem sie jährlich knapp 1.000 Tonnen Antibiotika einsetzt. Diese antibiotikaresistenten Keime stellen dann auch ein Risiko für Menschen dar. Über die Stallluft und die Gülle, mit der Felder gedüngt werden, verbreiten sich die Keime zudem weit über die Ställe hinaus und landen schließlich auch in Fleisch, Milch und Eiern. Zwei Drittel des jährlichen Verbrauchs an Antibiotika werden für Tierfabriken aufgewendet.

Gefördert durch

und

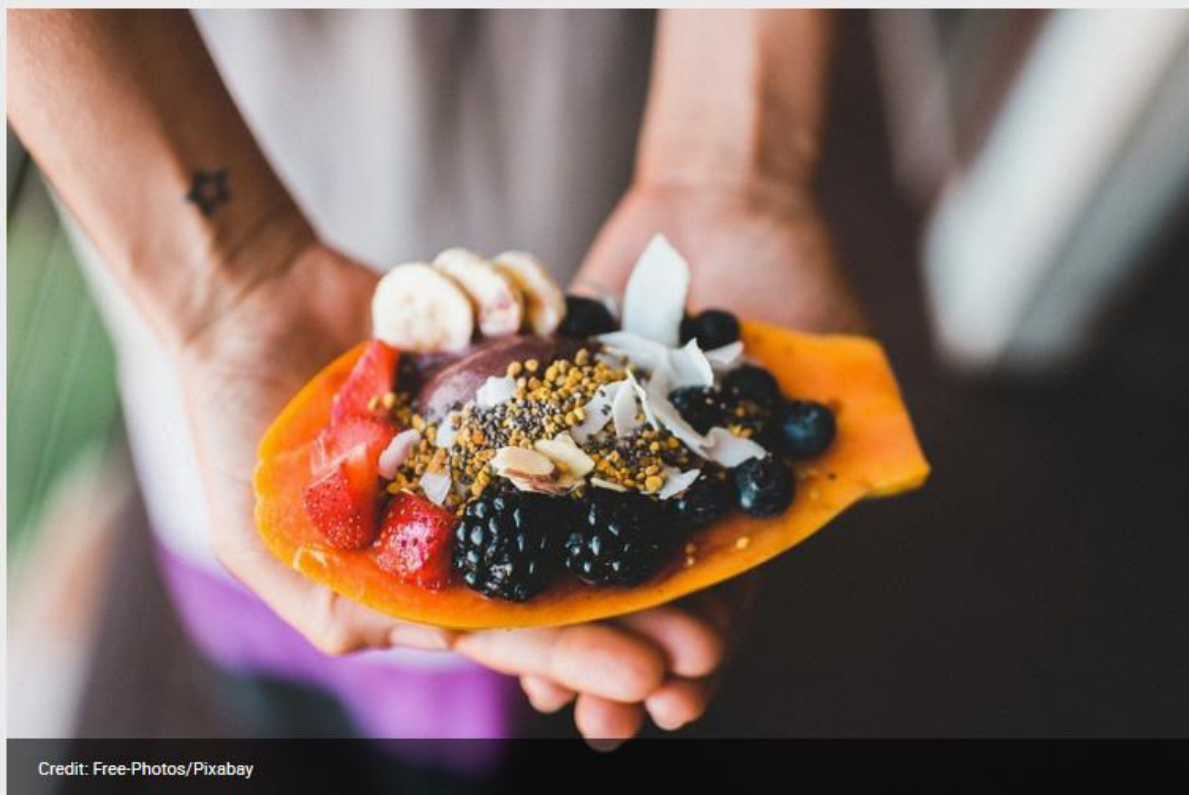
im Rahmen des Bundesprogramms

von bigFM Staff / 02.11.2017 - 14:25



Pflanzliche Proteine sind besser für den Körper

Forscher des "Massachusetts General Hospital" haben herausgefunden, dass Menschen mit veganer Ernährung im Durchschnitt eine höhere Lebenserwartung haben als Personen, die gerne zu Fleisch- und Milchprodukten greifen.



Credit: Free-Photos/Pixabay

Pflanzliche vs. Tierische Proteine

So fanden die Forscher heraus, dass erhöhte Mengen tierischer Proteine in der Ernährung die Möglichkeit, unter einer tödlichen Krankheit zu leiden, um ganze zehn Prozent erhöhen würden. Des Weiteren fanden die Wissenschaftler heraus, dass eine Umstellung der Ernährung einen positiven Effekt auf die Gesundheit der Probanden hatte – Teilnehmer, die Eiweiß gemieden hatten und stattdessen auf pflanzliche Alternativen umgestiegen sind, konnten wiederum das Risiko auf eine tödliche Krankheit um ganze 19 Prozent verringern.

Gefördert durch

und



im Rahmen des Bundesprogramms

Informationsmaterial B zur Übung Filterblase

Dieses Informationsmaterial hat folgende Person für euch zusammengesucht:

Profil: Samuel Reinig

Sucht oft folgende Hashtags bei Instagram:

 <p>#steak 8.732.016 Beiträge</p>	 <p>#fleischistmeingemüse 11.305 Beiträge</p>
--	--

Folgt auf Instagram unter anderem:



kaiseeger Folgen

834 Beiträge 2.567 Abonnenten 1.446 abonniert

Kai Seeger 🇩🇪 1980 Berlin 🏠 DE Duesseldorf 🏋️ IFBB Men's Physique Athlete 📖 Freizeitsportler

(Einem Gewinner der Deutschen Meisterschaften im Bodybuilding)

Zuletzt gekauft bei Amazon:



Fleisch! Rind, Schwein, Lamm & Co (Kochen kreativ!) 16. März 2015
von Valéry Drouet

Gebundene Ausgabe
EUR 9,99 ✓ prime
Kostenlose Lieferung möglich.
Nur noch 13 Stück auf Lager - jetzt bestellen.

Andere Angebote
EUR 3,66 (43 gebrauchte und neue Artikel)

Kindle Edition
EUR 7,99

★★★★☆ 5

Bei facebook geliked:



Grillpaket
21,95€

Cichos
Bestes Fleisch

*** ANGEBOT DER WOCHE ***
Der Sommer in Garkesseln wird endlich nicht aufhören!
Über das gute Steiner zu mahlen. In dem wir für
mehr unser Grillpaket (10 Stk) für ca. 10€
Personen im Angebot.
Schreibt uns bis Mittwoch Mittag eine Nachricht und
wir legen euch das Grillpaket zurück. (Bei solange
der Versandrechtlich). Keine ansonsten. 📧 grill-
hier: Cichos - bestes Fleisch.

Gefördert durch

und

im Rahmen des Bundesprogramms

The screenshot shows a news article from the website 'WELT'. The article is titled 'Veganer bringen ihr Herz in Gefahr' (Vegans put their hearts in danger) and is categorized under 'GESUNDHEIT' (Health) and 'ERNÄHRUNG' (Nutrition). It was published on 07.07.2011 and is 5 minutes long. The author is Jörg Zittlau. The article features a photograph of various fresh vegetables including tomatoes, cucumbers, and radishes. Below the photo, there is a caption: 'Veganer sind verschärfte Vegetarier. Neben Fleisch verzichten sie auf sämtliche tierische Produkte wie z.B. Eier, Milch und Honig. Quelle: picture alliance / dpa/dpa-Zentralbild'. The article header includes navigation links like 'Abonnement', 'Ticker', 'Suche', and a menu icon.

Vegane Ernährung erhöht die Gefahr für Herzkrankheiten

Für die Anhänger dieser Kostform ermittelte Li sogar ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, weil ihr Blut zu viel Homocystein und dafür zu wenig gefäßschützendes HDL-Cholesterin aufweist. Außerdem neigen ihre Adern stärker zu Blutgerinnseln. „Ich kann keinem Menschen empfehlen, sich veganisch zu ernähren“, sagt Li. Es sei denn, dass er sich per Nahrungsergänzung mit Biostoffen versorgen würde, von denen ein Veganer zu wenig zu sich nimmt. Dazu gehören Eisen, Zink, Vitamin B12 und Omega-3-Fettsäuren, die in Fisch vorkommen.

Gefördert durch

und

im Rahmen des Bundesprogramms

EatSmarter! SOMMER-SPECIAL

[HOME](#) • [SOMMER](#) • [REZEPTE](#) • [KOCHBÜCHER](#) • [BLOGS](#) • [ERNÄHRUNG](#) • [ABNEHMEN](#) • [GESUND LEBEN](#) • [VIDEO](#) • [GEWINNE](#)

EatSmarter » Ernährung » News » Fünf Gründe, warum man auf Fleisch nicht verzichten sollte

DIE GROSSE FLEISCH-DISKUSSION TEIL II

Warum man auf Fleisch nicht verzichten sollte

Fleisch enthält viele Nährstoffe. Natürlich gibt es zahlreiche Studien, die nachweisen, dass zu viel Fleischgenuss krank machen kann. Das gilt aber im Prinzip für alle Lebensmittel, die man im Übermaß zu sich nimmt. Tatsache ist auch, dass moderater Fleischkonsum durchaus gesund ist. So enthält Fleisch die wertvollen Mineralstoffe Eisen und Zink. Kein Lebensmittel deckt den Eisenbedarf des Körpers so gut ab wie Fleisch. Eisen sorgt dafür, dass Sauerstoff zu den Zellen transportiert wird. Fleisch ist außerdem ein exzellenter Eiweißlieferant und das wichtige Vitamin B 12 kommt sogar ausschließlich in tierischen Produkten vor.

Gefördert durch

und

im Rahmen des Bundesprogramms

Biologe: Der Mensch braucht Fleisch

Josef Reichholf über den Zusammenhang von Ernährung und Evolution



Schweinekoteletts werden beim Fleischer zubereitet (AP)

Ohne Fleischverzehr hätte sich aus dem Affen kein Mensch entwickeln können, sagt der Naturhistoriker Josef Reichholf. Grund dafür sei vor allem der Protein-Bedarf des menschlichen Gehirns.

Herr Reichholf, der moderne Mensch, braucht der noch Fleisch oder braucht der eigentlich kein Fleisch mehr?

Wir könnten uns theoretisch leisten, ausschließlich auf der Basis von pflanzlichen Proteinen unseren Proteinbedarf zu decken, aber es ist eine gefährliche Angelegenheit, weil die pflanzlichen Proteine der Menge nach in der Nahrung geringer vorhanden sind und in der Zusammensetzung auch nicht so automatisch das Ideal dessen liefern, was der Körper benötigt

Deswegen kann es sein – und bei ausgeprägten Veganerinnen ist das ja auch immer wieder passiert –, dass sie dann nicht in der Lage sind Kinder zu bekommen. Der Körper kann dann nicht die nötigen Überschüsse an Proteinen ansammeln, die er braucht, um ein Baby zur Entwicklung zu bringen. Also wir sind bei wirklich gut ausgestatteter vegetarischer Nahrung an der Grenze des Möglichen und es muss sehr gut kontrolliert werden. Wenn man aber mit etwas zusätzlichem Fleischkonsum tierischer Herkunft, vor allen Dingen mit Fischfleisch sich ernährt, dann ist man auf der sicheren Seite.

Gefördert durch

und

im Rahmen des Bundesprogramms