

EARTH DAY 2015

„CRADLE TO CRADLE“- REVOLUTION IM WIRTSCHAFTSKREISLAUF- EINE WELT OHNE ABFALL

Am Mittwoch, 22. April 2015 von 10 bis 14 Uhr startet Earth Day Deutschland mit einem Jahresprogramm zum Thema EARTH DAY 2015 „CRADLE TO CRADLE“- REVOLUTION IM WIRTSCHAFTSKREISLAUF- EINE WELT OHNE ABFALL. Die erste Veranstaltung ist zunächst in der IHK Frankfurt am Main und dann am 23.4. im Institut Dr. Flad in Stuttgart von 11 Uhr bis 13 Uhr. Anmeldungen für die kostenlosen Veranstaltungen bitte an Earth Day per E-Mail senden: praesident@earthday.de.

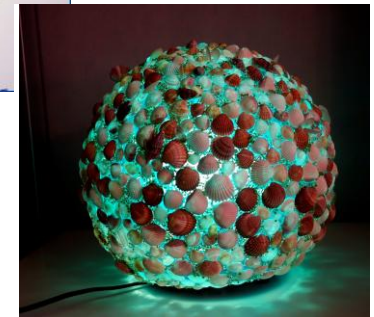
Fabriken, deren „Abwässer“ Trinkwasser-Qualität haben, Produkte, die an den Händler zurückgegeben werden können, um zu einem fabrikneuen Möbel, Laptop oder Fernseher zu werden. Kleidung, die kompostierbar ist oder zur Nahrung für Pflanzen und Tiere wird. „Cradle to Cradle“ will das möglich machen. Die Lösung klingt so einfach: schon vorher an nachher denken. Der bekannte amerikanische Architekt William McDonough und der deutsche Chemiker Professor Dr. Michael Baumgart haben das Cradle to Cradle®-Design-Konzept („Von der Wiege bis zur Wiege“) entwickelt. Zentrale Idee ist, „Nie mehr Müll!“ - von Anfang an in kompletten Produktkreisläufen zu denken und auf diese Art erst gar keinen Müll im herkömmlichen Sinn entstehen zu lassen. Produkte sollen so hergestellt werden, dass von Beginn an ihr Ende mitgedacht wird. Sämtliche Güter bewegen sich in technischen oder biologischen Kreisläufen.

"Cradle to Cradle - Nie wieder Müll. Heute Abfall, morgen Nährstoff."

Intelligent produzieren, verbrauchen, nutzen, zurückgeben, wiederverwenden. Es soll nur noch Nährstoffe geben. Technische und biologische Verbrauchsgüter sollten so umweltfreundlich hergestellt werden, dass man sie bedenkenlos in den Kompost werfen kann. Gebrauchsgüter hingegen sollten so produziert werden, dass sie nach der Benutzung wieder und wieder recycelt werden. Dass ihre technischen Nährstoffe wieder in Produktionskreisläufe zurückgeführt werden können, ohne an Materialwert oder Intelligenz zu verlieren. Produkte, die nur genutzt und nicht verbraucht werden – so wie Waschmaschinen, Fernseher oder Bauelemente, Türen, Fenster, ganze Häuser, Autos, Fahrräder, – werden so hergestellt, dass sie in technische Systeme zurückgehen.



Das Plakatmotiv von Earth Day 2015 „Cradle to Cradle,“ wird meistbietend versteigert: Die abgebildete Kugellampe – ein Unikat, mit Muscheln verziert, stammt von der Künstlerin Sibel Sahin. Der Erlös kommt Earth Day Projekten zugute.



Earth Day Plakat Motiv 2015 wirbt für „Nie wieder Müll“

Die wunderschöne Kugellampe mit Muscheln für Earth Day 2015 als Motiv: "Cradle to Cradle- Nie mehr Müll" - ist jetzt meistbietend zu erwerben. Das Gebot liegt bisher bei 215 Euro. Angebote bitte an praesident@earthday.de.

„Nie wieder Müll“, ist das engagierte Thema des diesjährigen 45 jährigen internationalen Earth Day am 22. April 2105. Das Eco- Art Motiv, „Meere- erleben und überleben“, der Künstlerin Sibel Ayan Sahin erhielt den Zuschlag für die Gestaltung des internationalen Earth Day-Jahres Plakat 2015. Mit dem Motto, „Nie wieder Müll“, wirbt die internationale Umweltbewegung Earth Day für mehr Bewusstsein, dass die Dinge, die wir tagtäglich benutzen, so beschaffen sein müssen, damit sie nie zu Müll werden Das Konzept ist angelehnt an den Nährstoffzyklus der Natur, in dem "Abfälle" eines Organismus immer noch und immer wieder einen hohen Nutzen haben. Die Künstlerin treffe mit ihren Eco-Art Objekten den Sinn des Jahresmottos, entschied die Umweltorganisation. Das Plakat wirbt im Rahmen der Earth Day Aktionen 2015 in Schulen, Unternehmen, Vereinen und für Veranstaltungen in ganz Europa. Die große blau-grün leuchtende Kugelleuchte wurde kunstvoll gestaltet mit gesammelten Meeresmuscheln aus verschiedenen Weltmeeren. „Ich möchte damit auf die weltweite Meeresverschmutzung aufmerksam machen“, erklärt die Künstlerin Sibel Ayan. Das Eco-Art Objekt kann meistbietend erworben werden.

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, April 2015

Earth Day 2015 Veranstaltungen "Cradle to Cradle", faszinierende Welt der Bienen, einmal Bio immer Bio

Batterien speichern wertvollen Strom

„Dezentrale Batterien tragen künftig zu einem stabilen Stromnetz bei. Sie ergänzen den Wind- und Solarstrom und helfen konventionelle Must-run Kraftwerke abzulösen“, so Earth Day Präsident Thomas Dannenmann. Nach einer in Berlin vorgestellten Kurzstudie der Forschungsstelle für Energienetze und Energiespeicher (FENES) unterstreicht dieses Ergebnis den positiven Beitrag dezentraler Batteriespeicher zur Integration Erneuerbarer Energie in das Stromsystem. Schon jetzt nutzen mehr als 15.000 Haushalte in Deutschland mit Hilfe intelligenter Speicher Solarstrom auch bei Dunkelheit.

Bessere Rahmenbedingungen gefordert

„Batteriekraftwerke stellen bereits heute Regelleistung bereit, die bisher maßgeblich von konventionellen Kraftwerken erbracht wurde. Auch dezentrale Batteriespeicher sind in Kürze soweit und können einzeln oder im Verbund Verantwortung für einen stabilen Netzbetrieb übernehmen. Um das vorhandene Potenzial vollständig zu erschließen, sind die Rahmenbedingungen entsprechend anzupassen“, betont der Autor der Studie, Prof. Dr.-Ing. Michael Sterner, Professor an der Ostbayerischen Technischen Hochschule Regensburg (OTH Regensburg).

Engpässe vorbeugen

Batteriespeicher helfen, Spannung und Netzfrequenz konstant zu halten, Engpässen vorzubeugen und eine Abregelung Erneuerbarer Energie zu verhindern. Für den künftigen Strommarkt sollten dezentrale Batteriespeicher daher als wichtige Flexibilitätsoption noch stärker als bisher auf Systemdienlichkeit ausgelegt werden. Damit können die dezentralen Batteriespeicher auch einen wichtigen Beitrag zur gesicherten Leistung erbringen. Besonders auf dem Gebiet der intelligenten Steuerung von dezentraler Erzeugung samt Wetterprognosen, Eigenverbrauch und Optimierung des Gesamtsystems gewinnt das Batteriesystem als integraler Bestandteil der Gebäudetechnik an Bedeutung.

Fallende Preise

Die stark fallenden Preise von modernen Batteriespeichern machen Hausbatteriespeicher für viele Photovoltaik-Anlagenbetreiber zunehmend interessant. Seit Mai 2013 werden kleine Batteriespeicheranlagen durch ein Programm der KfW-Bank gefördert, das bereits Anreize zur Netzdienlichkeit enthält. Dadurch ist die Nachfrage nach Speichern sprunghaft gestiegen. Mit Unterstützung der Bundesregierung informiert das Infoportal Verbraucher rund um das Thema Solarstromspeicher: www.die-sonne-speichern.de.

Bundesverband erneuerbare Energie begrüßt Klimaschutzabgabe

Klimaschutz und Braunkohle schließen sich gegenseitig aus. Wir begrüßen daher ausdrücklich die Pläne der Bundesregierung, dass alte Braunkohlekraftwerke einen höheren Teil ihrer Klimaschutzkosten tragen müssen. Gabriels Vorschlag ist sowohl klimapolitisch als auch ordnungspolitisch richtig und notwendig, sagt Dr. Hermann Falk, Geschäftsführer des Bundesverbands Erneuerbare Energie. Bundeswirtschaftsminister Sigmar Gabriel hatte zuvor in einem Eckpunktepapier vorgeschlagen, den CO₂-Ausstoß alter Kohlekraftwerke durch eine Klimaschutzabgabe um insgesamt 22 Millionen Tonnen CO₂ bis 2020 zu drosseln, um die Klimaschutzziele zu erreichen..

Kohle verhindert den Umbau zu neuen Energien

Braunkohlekraftwerke schaden dem Klima, stoßen giftiges Quecksilber aus und behindern den notwendigen Umbau der Energieversorgung. Unter Wettbewerbsgesichtspunkten ist es unerlässlich, dass die Preise stärker die Kosten der Energieversorgung abbilden als bislang. Dabei liegen die vorgesehenen CO₂-Preise noch immer unter den eigentlichen CO₂-Kosten.

Flexible Partner gefragt

„Erneuerbare Energien brauchen flexible Partner. Alte Braunkohlekraftwerke sind ein Hemmschuh. Die Abschaltung der alten und besonders schmutzigen Braunkohlekraftwerke ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg in eine zukunftsfähige Energieversorgung. Gerade die ältesten und ineffizientesten Kohleverschmutzer passen schlecht zu der neuen Energiewelt“, erklärt auch Earth Day Präsident

Genügend Energie durch Erneuerbare

Durch eine Abschaltung der schmutzigsten Kohlekraftwerke würden die seit Jahren fallenden Börsenstrompreise stabilisiert, was zu einer Senkung der EEG-Umlage für Ökostrom beitragen würde. Für die Versorungssicherheit sind wir nicht auf Kohle angewiesen, betonen die Experten(pm/td)

Kommission verklagt Slowenien

Versäumnisse bei der Reinigung einer Deponie

Die Europäische Kommission verklagt Slowenien wegen Nichteinhaltung des EU-Abfallrechts. Dabei geht es um eine illegale Abfalldeponie in der Gemeinde Lovrenc na Dravskem polju, wo seit 2006 mehr als 40 000 Tonnen leicht entzündlicher Altreifen gelagert werden. In den Jahren 2007 und 2008 brachen auf der Deponie Großfeuer aus.

Abfalldeponien, die entgegen den Vorschriften des EU-Abfallrechts betrieben werden, können zu einer Gefahr für die menschliche Gesundheit und die Umwelt werden. Von der beanstandeten Deponie geht nicht nur eine hohe Brandgefahr aus, der Standort ist auch für Deponien denkbar ungeeignet, weil er in unmittelbarer Nähe zu einer Hochspannungsleitung liegt und sich in dem Gebiet einer der größten Süßwasserbestände des Landes befindet. (pm/ td).

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, April 2015

Earth Day 2015 Veranstaltungen "Cradle to Cradle", faszinierende Welt der Bienen, einmal Bio immer Bio

Veranstaltungen zum Earth Day 2015:



Mittwoch, 22. April 2015
10:00 - 14:00 Uhr
IHK Gebäude,
Frankfurt/Main

Ausbildung mit
Markenzeichen



Donnerstag, 23. April
2015
11:00 - 12:30 Uhr
Institut Dr. Flad,
Stuttgart

Cradle to Cradle - Erfolgreiche Transformation in die Praxis

Wie kann dieses Konzept unser Wirtschaftssystem revolutionieren? Mit Innovation, Positivität, Qualität und Kreativität sind bereits mehrere hundert Produkte auf der Welt nach diesem Prinzip entwickelt worden. In welchen Sektoren hat die „Cradle to Cradle“-Transformation bereits erfolgreich angefangen und welche öko-effektiven Chancen für heute und morgen bietet die Anwendung des „Cradle to Cradle“-Konzepts? Welche wirtschaftlichen Einfluss-Faktoren wirken sich auf den Unternehmenserfolg von Morgen aus? Angefangen von der Reduzierung der Kosten für die „reine Müllentsorgung“ bis hin zur dauerhaften Wertschöpfung durch die Transformation von Sekundärrohstoffen: indem Rohstoffe anstatt, dass sie vernichtet werden in den Produktionskreislauf zurückfließen. Dadurch öffnen sich ganz neue Chancen für die Entwicklung neuer Absatzmärkte, Produkte und Verfahren.

Themen und Referenten:

Changing the Way We Make Things: How "Cradle-to-Cradle" Works in Practice (Vortrag in englischer Sprache)



Ken Alston, CEO und Präsident von Consulting & Educational Services bei McDonough Braungart Design Chemistry (MBDC) in Charlottesville, Virginia

Ken Alston ist CEO und Präsident von Consulting & Educational Services bei McDonough Braungart Design Chemistry (MBDC) in Charlottesville, Virginia, einem von dem Amerikaner William McDonough und dem Deutschen Dr. Michael Braungart 1995 gegründeten Unternehmen, das eine Pionierrolle bei der Entwicklung und Anwendung des "Cradle-to-Cradle"-Systems im Wirtschaftskreislauf spielt. Als gelernter Chemiker und Betriebswirt half Alston Unternehmen unterschiedlicher Branchen, z.B. Dow Chemical, Procter & Gambler und FedEx, bei der praktischen Umstellung auf das "Cradle-to-Cradle"-System.

Das Cradle to Cradle®-Design-Konzept- Wegbereiter für ein neues Wirtschaftssystem mit unendlichen Möglichkeiten für heute und morgen. (Vortrag in deutscher Sprache)



Prof. Dr. Michael Braungart, Lehrstuhl für Cradle to Cradle Innovation und Qualität, Rotterdam School of Management (Erasmus Universität), Universität Twente und Lüneburg, EPEA Hamburg

Prof. Dr. Michael Braungart ist Gründer und wissenschaftlicher Geschäftsführer von EPEA Internationale Umweltforschung GmbH in Hamburg. Zudem ist er Mitbegründer und wissenschaftlicher Leiter von McDonough Braungart Design Chemistry (MBDC) in Charlottesville, Virginia (USA), und Gründer und wissenschaftlicher Leiter des Hamburger Umweltinstituts e.V. (HUI). Diese Institute teilen einen gemeinsamen Wertekanon, der intelligentes, ästhetisches und öko-effektives Design umfasst. Zurzeit hat er eine Lehrtätigkeit an der Rotterdam School of Management der Erasmus Universität und Professortätigkeiten an der Leuphana Universität Lüneburg, der Universität Twente in Enschede sowie an der TU Delft. Zudem ist er im Rahmen der Exzellenzinitiative Ehrenprofessor der TU München. 2013 wurde ihm die Ehrendoktorwürde der Universität Hasselt in Belgien übertragen.

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, April 2015

Earth Day 2015 Veranstaltungen "Cradle to Cradle", faszinierende Welt der Bienen, einmal Bio immer Bio

Einmal Bio immer Bio

Bio-Genuss liegt im Trend. Bio-Zeichen sollen den Verbraucher lotsen. Doch welche Bio-Siegel überzeugen?

Bio-Produkte sind qualitativ besser als konventionelle Lebensmittel. Das ist jetzt amtlich! Nach Ergebnissen von einem mehr als zehnjährigen Öko-Monitoring in verschiedenen Bundesländern weisen vor allem Obst und Gemüse aus Öko-Anbau deutlich weniger Pestizidrückstände, Schimmelpilzgifte und Gentech-Spuren auf als konventionelle Lebensmittel. Die Qualität heimischer Bio-Produkte stimmt. Doch immer wieder haben Betrugsskandale mit Biosiegeln die Verbraucher verunsichert. Mit einem neuen Kontrollsystem will die EU künftig Etikettenschwindel stärker überwachen.

Earth Day Pionier Siebenkorn setzt Standards

Earth Day Pionier Siebenkorn aus Marburg hat Bio-Standards gesetzt. Die Bio-Bäckerei Siebenkorn erregte mit dem Start im Jahr 1986 mit einem selbstverwalteten, reinen Bio-Backbetrieb erhebliches Aufsehen. Heute steht der Name Siebenkorn in Marburg, Gießen, Wetzlar und auf den Wochenmärkten in Regionen Hessens für beste Bio-Qualität. „Uns gelang relativ schnell unbegründete Vorurteile gegen Vollkorn und Bio zu widerlegen,“ freut sich Siebenkornchef Meinhard Rediske.

Gesunder Bio-Genuss ist gefragt.

Die Supermärkte umwerben den Kunden mit zum Teil hauseigenen Bio-Zeichen. Der engagierte Bio-Käufer wünscht sich aber neben Qualität und geringer Schadstoffe auch die artgerechte Tierhaltung, regionale Herkunft, Umwelt- und Sozialstandards. Zahlreiche Qualitätssiegel versprechen Bio-Qualität nachhaltig und transparent.

Sechseckiges Bio-Siegel ist vertrauenswürdig



Bekannt als Orientierung ist das seit über zehn Jahren eingeführte sechseckige deutsche Bio-Siegel. Dieses tragen inzwischen über 60 000 Bioprodukte. Keine Konkurrenz ist das neue europäische Bio-Siegel mit den 12 Sternen in Blattform. Es muss seit Juli 2012 verbindlich auf allen Bioprodukten EU-weit abgedruckt sein und soll für Transparenz sorgen. Schwarzen Schafen soll das Handwerk gelegt werden. „Zu aufgeweicht, „Bio“ ist nicht gleich „Bio“, kritisiert Bio-Experte Rediske vom Bio Bäcker Siebenkorn aus Marburg. Der EU-Versuch mehr Marktoffenheit zu schaffen sei nicht richtungsweisend. Dies biete niedrige Einstiegsschwellen für alle. „Der Verbraucher wünscht sich gesunden Bio Genuss, aber auch ökologischen Einfluss auf seine Einkäufe.“

Bioland und demeter- Warenzeichen mit Seele

Kompetenz verspricht das „Bioland“-Warenzeichen der Ökoanbauverbände. Das 1971 als Gegenbewegung zur konventionellen Landwirtschaft gegründete „Bioland“-Siegel ist die Kennzeichnung des flächenmäßig größten Ökoverbandes mit rund 300 landwirtschaftlichen Betrieben in Hessen. Siebenkorn engagiert sich für Lebensmittel aus der traditionellen „Demeter“- Agrar-Kultur. „Das entspricht unseren Zielen,“ sagt Rediske. Höchster Reifegrad, Geschmacksvielfalt durch regional angepasste Sorten, Bekömmlichkeit, Saatgut als Kulturgut stehen für die Öko-Pioniere in der Verantwortung der Bauern. „Bio ist für uns Leidenschaft“, betont Meinhard Rediske, „wir verstehen uns als Lokomotive. Andere springen auf den fahrenden Zug auf!“

Schön und gepflegt mit zertifizierter Naturkosmetik

Naturkosmetik gibt es das wirklich? Earth Day besuchte die Naturkosmetik Fachfrau Peggy Engel in ihrem Natur- Kosmetik- Laden und Studio in Marburg.

„Klangvolle Namen können täuschen“, betont Fachkosmetikerin Peggy Engel-Veldkamp von Naturkosmetik Engel in Marburgs Oberstadt. Die Siegel von Nature, BDIH, Ecocert, demeter garantieren, dass es sich um echte Naturkosmetik handelt. Sie setzen auf natürliche und biologische Inhaltsstoffe, die sanft und umweltschonend verarbeitet wurden.

Dr.Hauschka, Logona, Lavera- Marken mit Vertrauen

Regale voller zertifizierter Naturkosmetik namhafter Marken wie Dr.Hauschka, Logona, Santa Verde, Primavera, Lavera und viele andere laden zum ausgiebigen probieren, aussuchen und shoppen ein. Eine Augenweide ist die übersichtliche Ladenarchitektur. Auf rund 120 qm sind mehr als 30 namhafte Naturkosmetikfirmen vertreten. Peggy und Heiko Engel-Veldkamp beraten fachkundig, schulen sich ständig weiter. Die Fachkosmetikerin ist zusätzlich zertifiziert in Naturkosmetik, Mit einem umfangreichen Angebot an kosmetischen Behandlungen mit Naturprodukten ist Engel einzigartig in der Region.

Tipps für Frühjahr/ Sommer

Auf was sollten Kunden jetzt im Frühjahr- Sommer besonders achten? „Ökotec empfiehlt Sonnenschutzmittel mit mineralischen UV-Filtern. Diese können den körpereigenen Hautschutz aktivieren. Unser Sonnenschutz-Sortiment bietet diesen hohen mineralischen Lichtschutz“, erklärt die Naturkosmetikerin Für modischen Haarlook empfiehlt die Fachfrau Pflanzen-Haarfarben beispielsweise von Khadi oder Logona. „Die natürlichen Farbpigmente leuchten wunderschön und schonen das Haar.“ Ziel der Pflege mit Naturkosmetik sei es das natürliche Gleichgewicht der Haut wieder herzustellen oder zu erhalten. Es werden dabei die Selbstregulierungskräfte der Haut angeregt und ihre natürliche Funktion unterstützt.

Natürliche Herrenpflege liegt im Trend

„Dies gilt im übrigen auch für die Herrenpflege“, sagt Fachfrau Peggy Veldkamp. Rasiercreme mit dem Duft des Sandelholzes, After Shave mit Gingko und Koffein-solche Naturprodukte sind für die sensible Männerhaut wie geschaffen. „Aber auch Anti Aging Produkte, Feuchtigkeits- und Augencremes aus unseren Serien der Naturkosmetik stärken die Zellstruktur.“ Mit dem hauseigenen Online-Shop, www.naturkosmetik-engel.de, können Kunden im Umkreis Marburg ihre Naturkosmetik bequem nachhause bestellen. Ladenkunden können sich die Ware nach Hause liefern lassen. Earth Day sagt, „super, weiter so, Sie setzen Trends!“

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, April 2015

Earth Day 2015 Veranstaltungen „Cradle to Cradle“, faszinierende Welt der Bienen, einmal Bio immer Bio

Genuss ohne Reue

Beim Thema „gesunde Ernährung“ findet man bei einer Suche im Internet über 40 000 Ergebnisse. Gibt es überhaupt die allgemeingültige gesunde Ernährung? Für die Diplom Ökotrophologin Elke Horner steht an erster Stelle der Genuss mit allen Sinnen. Unsere Sinne (wieder) auf den natürlichen Geschmack und die natürlichen Inhalte der Lebensmittel zu schärfen. „Sehen, Riechen, Schmecken, vom Herzen Genießen“, sagt sie. Diätassistentin Julia Laucht ergänzt: „das Essen muss die volle Aufmerksamkeit unserer Sinne erfahren.“ Elke Horner und Julia Laucht sind Ernährungsberaterinnen im Gesundheitszentrum Marburg.

Vegetarisch wird immer beliebter was spricht dafür?

„Wenn der Anteil an Gemüse und Obst gesteigert wird. Dann ist schon viel erreicht. Damit ist die Versorgung mit Vitaminen, Mineralien und sekundären Pflanzenstoffen sicher gestellt. Vitamine sind organische Verbindungen, die im menschlichen Organismus lebenswichtige Funktionen zu erfüllen haben. Sie können vom Körper nicht oder nur in unzureichenden Mengen gespeichert werden. Deshalb ist die gezielte Zufuhr durch unsere Ernährung so wichtig. Damit hat die vegetarische Küche eindeutig Vorteile.“

Wie steht es dann mit der Eiweißversorgung?

„Milchprodukte wie Joghurt, Kefir, Buttermilch, Käse, Quark und vor allem auch Nüsse und Hülsenfrüchte sind wichtige Eiweißlieferanten.“

Nicht jeder verträgt Milch und andere Lebensmittel von Kuh, Ziege, Schaf?

Hier muss man genau differenzieren, was dahinter steckt. Laktoseintoleranz bedeutet, der mit der Nahrung aufgenommene Milchzucker kann als Folge von fehlender oder verminderter Produktion des Verdauungsenzyms Laktase nicht verdaut werden. Hier bieten die Lebensmittelmärkte und BIO-Läden eine breite Auswahl an Alternativen auf Basis von Soja, Reis, Hirse, Hafer. Bei Siebenkorn sind sowohl die Kaffeespezialitäten als einige Kuchenarten laktosefrei. Das Cranberry -Cookie, das Mandelhörnchen, das Ingwer- Makrönli schmecken dennoch lecker.

Ist Tiefkühlgemüse zu empfehlen?

„Tiefkühlkost bietet für diejenigen, die nicht viel Zeit für die Essenszubereitung haben eine sehr gute Alternative, solange sie sich auf die wenig verarbeiteten Lebensmittel beziehen. Das heißt Gemüse naturbelassen einkaufen. Ohne Soßen und ohne weitere Verarbeitung. Sobald Soßen dabei sind, können diverse Fette zugesetzt sein und das sind oft minderwertige Fette, die preisgünstig sind für die Lebensmittelindustrie. Geschmacksverstärker, Zusatzstoffe, Bindemittel all das sollten wir vermeiden“.

Vom Vegetarier zum Veganer- die Grenzen verlaufen fließend?

„Wer vegan isst, steht vor großen Herausforderungen. Hier muss man wirklich sehr gut kombinieren und man muss sich sehr gut auskennen, dass die Eiweißversorgung gesichert ist. Die Ernährung muss sehr gezielt die Produkte auswählen. So hat die Sojabohne ein sehr hochwertiges Eiweiß. Dann sollte man Hülsenfrüchte mit Getreide wie z.B. Hirse kombinieren.“



Foto:
Ernährungsberaterinnen
„Die vegetarische Küche
hat eindeutig Vorteile“,
Elke Horner,
Diplom Ökotrophologin (I.)
und Diätassistentin
Julia Laucht im Gespräch

Abnehmen mit Smoothies

Gesund und schlank dank Smoothies
Gesunde, schnell gemixte Vitaldrinks – ob grün oder bunt – sind als Diät und Detox-Kur der Trend schlechthin. Zu Recht: Die köstlich-frischen Trinkmahlzeiten stärken das Immunsystem, liefern jede Menge Energie und alle Nährstoffe, die der Körper braucht, um fit und leistungsfähig zu sein. Und: Sie machen satt und unterstützen durch die sorgfältig kombinierten Zutaten optimal die Fettverbrennung. Die superschnell und supereinfach im Mixer pürierten, bunten Obst- und Gemüse Drinks schmecken toll, decken dank der hier verwendeten Superfoods nebenbei den Tagesbedarf an allen wichtigen Vitalstoffen ab und sind reich an natürlichen Fatburnern. Die Trinkmahlzeiten für jeden Diät-Typ entgiften so sanft und nachhaltig, bringen den Stoffwechsel wieder in Balance und sichern einen schnellen und dabei nachhaltigen Abnehmerfolg.



Chantal-Fleur Sandjon
Abnehmen mit Smoothies
Natürlich schlank mit den
Power-Drinks, 128 Seiten
Format: 176,5 x 20 cm,
Klappenbroschur 12,99 €
ISBN 978-3-8338-3684-8
Erschienen: Februar 2014

Earth Day 2015 Veranstaltungen "Cradle to Cradle", faszinierende Welt der Bienen, einmal Bio immer Bio

Die faszinierende Welt der Bienen

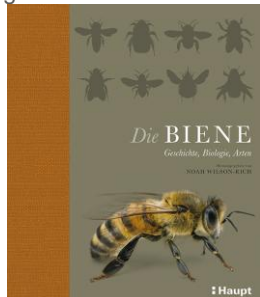
Gratulation an den Haupt Verlag: DIE BIENE ist ein wunderschönes Buch über das Leben und Erleben der Bienen- nicht nur für Bienen- und Naturfans.

Das kleinste Haustier des Menschen: hier erlebt der Leser die spannende, reich bebilderte Entdeckungsreise in die Welt der Bienen. Klar, diese bibliophile Ausgabe ist ein ideales Geschenk für Bienen- und Gartenfreunde. Aber dieses Buch fasziniert mit seiner anschaulichen leicht „verdaulichen“ Lesekost. Und die Fotos sind ein Augenschmaus.

Die Bienen der Welt in ihrer faszinierenden Vielfalt: Vierzig Arten werden ausführlich vorgestellt.

Rund 20 000 Bienenarten summen und brummen auf unserem Planeten. Die Westliche Honigbiene beispielsweise, die bekannteste Vertreterin der Bienen, ist das kleinste Haustier des Menschen und gleichzeitig von unschätzbbarer Bedeutung als Blütenbestäuberin von Nutz- und Wildpflanzen. Seit Jahrtausenden wird sie vom Menschen genutzt und gehalten.

Dieses Buch nimmt uns mit auf eine spannende Entdeckungsreise in die Welt der Bienen, enthüllt ihre erstaunlichen Fähigkeiten, schildert die unterschiedlichen Lebensweisen von Bienen, die alleine hausen, und solchen wie der Honigbiene, die in Staaten leben. Es gibt einen Einblick in Evolution, Biologie und Verhalten der unterschiedlichen Bienenarten und erzählt die lange gemeinsame Geschichte von Mensch und Honigbiene.



Wilson-Rich, Noah (Hrsg.) *Die Biene, Geschichte, Biologie, Arten*
ISBN: 978-3-258-07869-4,

1. Auflage 2015, 224 Seiten, über 180 farbige und 40 sw Abb. gebunden, 19,6 x 23,5 cm, 873 g, Haupt Verlag, EUR 29.90



Lesetipp

Vom kleinen Eselsohr

315 Seiten
13,9 x 21,6 cm
2. Auflage Februar 2015
broschiert
ISBN 978-3-958-37004-3
EUR 14,99
auch als E-Book erhältlich

„Warnung Wenn du glaubst, nur du würdest gleich beginnen zu lesen, dann täuschst du dich. Dein E-Book ist ein Computer. Unterschätze das nicht. Unterschätze nie einen Computer. Bereits in diesem Moment liest dich der Text“.

Mit diesen Zeilen beginnt ein spannender Thriller, den man nicht mehr aus der Hand legen kann. 2014 Kalifornien. Das IT Entwicklungsunternehmen Powell Ltd. hat im Auftrag der NSA den ersten Quantencomputer der Welt gebaut. Das Ziel: jeder Mensch soll bespitzelt werden – jede Aktion, jedes Gespräch. Die 28-jährige Biologin Mary Shelley gehört zwar zum geheimen Entwickler-Team, aber verfolgt ihre ureigene Mission. Getrieben von ihrem eigenen und der ihres Zwillingbruders Frank: die Ermordung ihrer Eltern, die die beiden als Kinder mit- und überlebt haben. Der Computer soll nicht die Bevölkerung ausspionieren, sondern ein eigenständiges „Gewissen“ entwickeln, welches Verbrechen und Gewalt verhindern soll und die „Täter“ bestraft. Doch damit der Computer das moralische Gewissen werden kann, muss sie etwas ermöglichen, das ihn menschenähnlich macht: Lernen. Daran arbeitet sie Tag und Nacht bis an den Rand der Erschöpfung. Und als es ihr endlich gelingt, gerät ihr eigener Plan außer Kontrolle. Der Computer wird zu einem unberechenbaren Jäger und nimmt sogar menschliche Gestalt an. Frankens Monsters Monster emanzipiert sich von seiner Schöpferin und hinterlässt eine Blutspur auf dem Weg in eine neue Welt...

Earth Day vor der Insel Mainau am Bodensee

Energiewende, Erneuerbare-Energien-Gesetz, Ökostrom -Umlage – hinter diesen eher sperrigen Begriffen verbirgt sich eine zentrale Fragestellung: Wie wollen wir in Zukunft leben? Und wie können wir unseren Energiebedarf nachhaltig decken? Zukunftsthemen, die auch im schulischen Unterricht eine große Rolle spielen sollten. Die Insel Mainau beteiligt sich am „Earth Day“, 22. April 2015 mit verschiedenen Aktionen am Eingangsbereich der Insel

Expedition Nachhaltigkeit

Vom 21. – 23. April wird das Aktionsmobil „Expedition N – Nachhaltigkeit für Baden-Württemberg“ der Informations- und Bildungsinitiative der Baden-Württemberg Stiftung zu Gast sein. Das Aktionsmobil ermöglicht es den Zukunftsthemen ganz praktisch auf den Grund zu gehen. www.expedition.de

Film für die Erde

Informieren können sich die Besucher spielerisch und unterhaltsam mit „Story of Stuff“ zum Thema Konsum vom 21. – 23. April. Die Filme zeigen, welche Möglichkeiten es gibt selbst aktiv zu werden und etwas zu ändern. Im Anschluss an den Film diskutiert der Verein „Filme für die Erde“. www.filmfuerdieerde.ch. Alle Aktionen zum Earth Day finden im Eingangsbereich am Festland statt und sind kostenlos. (pm/td).

Impressum

Earth Day Deutsches Komitee e.V.
Earth Day Press, Pressedienst für
Umweltbildung und Gesundheit
Hasselborning 24
35619 Braunfels
www.earthday.de

praesident @earthday.de
Tel.: 0151 - 18615005

Verantwortlich: Tamara Dannenmann
Text /Fotos wenn nicht anders angegeben
Thomas Dannenmann &
Tamara Dannenmann