



Fettbewusst essen - Auf die Qualität kommt es an!: aid-Heft neu aufgelegt

Fettbewusst essen - Auf die Qualität kommt es an!: aid-Heft neu aufgelegt - Ist Fett nun Dickmacher Nr. 1 oder jahrzehntelang zu Unrecht verteufelt worden? In diesem Heft erhalten Sie praktikable Antworten auf diese lange währende Streitfrage. Sie erfahren wie viel Fett Sie Ihrem Körper gönnen dürfen, ohne dass das Gewicht verrückt spielt und welche Fette sich positiv auf Ihre Gesundheit auswirken. Mit den Tipps und Tricks zum Fettsparen und zum Abspecken Ihrer Lieblingsgerichte zeigen wir Ihnen, wie Sie die ungünstigen Fette im Zaum halten, ohne dass der Geschmack auf der Strecke bleibt. Außerdem lernen Sie, wie Sie sich Ihren individuellen, fettbewussten Essensplan - ob für zuhause oder unterwegs - leicht selbst zusammenstellen können.

aid-Heft "Fettbewusst essen - Auf die Qualität kommt es an!" 36 Seiten, 7. veränd. Neuauflage 2012, Bestell-Nr. 61-1359, ISBN 978-3-8308-1033-9, Preis: 2,00 Euro (Rabatte ab 10 Heften), zzgl. einer Versandkostenpauschale von 3,00 EUR gegen Rechnung

aid infodienst e. V., Heilsbachstraße 16, 53123 Bonn
Telefon: 0180 3 849900*, Telefax: 0228 8499-200
*Kosten: 9 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz. Anrufe aus dem Mobilfunknetz maximal 42 Cent pro Minute. Aus dem Ausland können diese Kosten je nach Anbieter höher sein.

E-Mail: Bestellung@aid.de, Internet: <http://www.aid-medienshop.de>
Friedrich-Ebert-Straße 3
53177 Bonn
Deutschland
Telefon: 02 28/ 84 99-0
Telefax: 02 28/ 84 99-177
Mail: aid@aid.de
URL: <http://www.aid.de>

Pressekontakt

aid

53177 Bonn

aid.de
aid@aid.de

Firmenkontakt

aid

53177 Bonn

aid.de
aid@aid.de

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einströmt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren. Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengerecht und praxisorientiert.