

LEBENSART

DAS MAGAZIN FÜR NACHHALTIGE LEBENSKULTUR

APRIL/MAI 12

bio-erdbeerjoghurt im test

Welches schmeckt wirklich?

gefinkelte pflanzen

Mit welchen Tricks sie überleben

glückskinder

Cooler Essen für kleine Racker

Papastunde: Tipps für richtige Männer

Windel: Es geht auch ohne Plastik



DIÄT MIT CHILI ODER LAVENDEL?

BIOAKTIVE AROMASTOFFE UNTER DER LUPE

Chilischoten und Lavendelblüten sollen sättigend wirken. Können demnach Pflanzen mit hohen Aromastoffkonzentrationen auch zur Gewichtsreduktion beitragen? Daran forscht Veronika Somoza, Leiterin des neuen Christian Doppler Labors für Bioaktive Aromastoffe an der Universität Wien. „Aromastoffe in Lebensmitteln sind nicht grundsätzlich negativ zu sehen und können nicht pauschal als gesund oder ungesund bewertet werden. Ausschlaggebend ist die jeweilige Struktur und Wirkung des Stoffs“, so Veronika Somoza. Die rote Chilischote enthält zum Beispiel den Stoff Capsaicin, der nachweislich sättigend wirkt. Mit Zellkultur-Screenings will das Team um Somoza der Sättigungswirkung von weiteren Aromastoffen auf den Grund gehen.

Infos: <http://npc.univie.ac.at/home/cdl-fuer-bioaktive-aromastoffe/>

Nachhaltig leben?
www.lebensart.at
Klicken
Sie sich rein!

TOURISMUS

WEGWEISER DURCH DEN LABELDSCHUNDEL

„Faires Reisen“ wird nachgefragt – doch was macht eine Reise „fair“? Im weltweiten Tourismus gibt es mittlerweile mehr als hundert Gütesiegel. Die kleinen Kleber mit grünen Blättern, leuchtenden Sonnen oder blauen Fahnen prangen an Hoteleingängen, in Reisebüros oder am Tor zum Campingplatz. Anbieter, Strände, Naturschutzgebiete, ja ganze Regionen werden nach unterschiedlichsten Gesichtspunkten ausgezeichnet. Allerdings führt diese Vielfalt an Gütesiegeln in der Öffentlichkeit oft zu Verwirrung. Diesem Problem haben sich Tourismusexperten der Organisationen **arbeitskreis tourismus & entwicklung (akte)**, **ECOTRANS e.V.**, **Evangelischer Entwicklungsdienst (EED)**, **Tourism Watch** und **Naturfreunde Internationale (NFI)** angenommen und eine handliche Übersicht erstellt.

Download unter www.nf-int.org



LERNEN IM JAHRESKREISLAUF

ZWEISPRACHIGE WALDORFSCHULE IN PAMHAGEN

Das Weingut Michlits im burgenländischen Pamhagen wirtschaftet seit vielen Jahren nach biodynamischen Richtlinien. Weil „Waldorfpädagogik und biodynamischer Anbau zusammengehören“ – wie Angela Michlits sagt, initiiert die Winzerfamilie ab Herbst eine ungarisch-österreichische Waldorf-Volksschule. „Unsere Kinder, die schon bisher einen ungarischen Kindergarten besucht haben, sollen ihre Zweisprachigkeit weiterentwickeln und nach anthroposophischen Werten lernen können“, wünscht sich Angela Michlits. Dies ist auch das Anliegen der Elterngruppe, die sich zum Trägerverein zusammenschließt. Die neue Schule wird im ungarischen Grenzgebiet angesiedelt und soll in die österreichische Regelschule eingegliedert werden.

Infos: www.meinklang.at