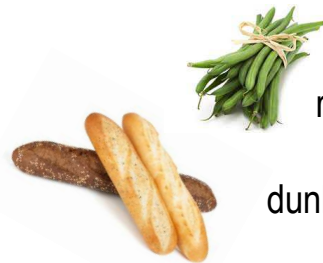


# Irrglauben zu Lebensmittel & Ernährung

## ... überwiegend für wahr gehaltene Aussagen



rohes Gemüse ist besonders gesund

dunkles Brot ist gesünder als helles Brot

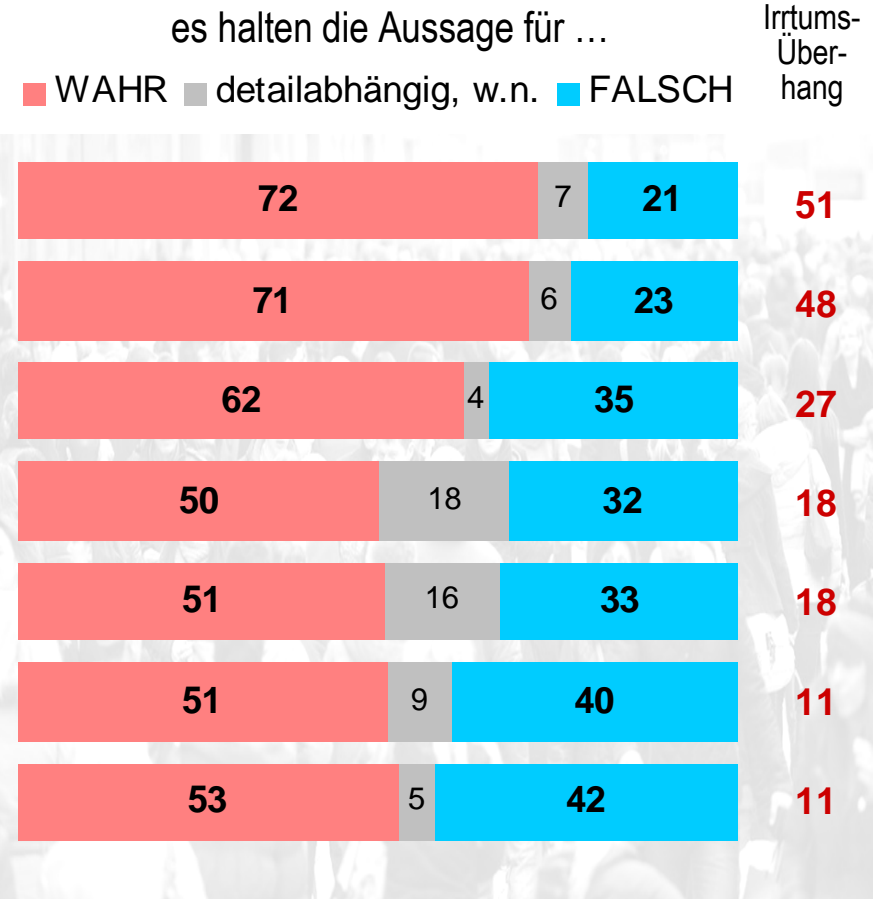
mind. 1 warme Mahlzeit/Tag ist für die Gesundheit wichtig

genveränd. Maispflanzen sind größer als konventionelle

Gemüse v. kleinbäuerlichen Landwirt ist weniger schadstoffbelastet als Gemüse v. landwirtschaftl. Großbetrieben

Margarine hat weniger Kalorien als Butter

spät auf die Nacht hin essen macht dick



# Irrglauben zu Lebensmittel & Ernährung

## ... überwiegend als falsch erkannte Aussagen



Eier erhöhen den Cholesterinspiegel



Spinat enthält sehr viel Eisen

wer gesundheits- und figurbewusst ist und auf Cola nicht verzichten will, sollte zu Cola light wechseln



Kaffee entzieht dem Körper Wasser

Gemüse vom Wochenmarkt enthält mehr Nährstoffe als tiefgefrorenes Gemüse

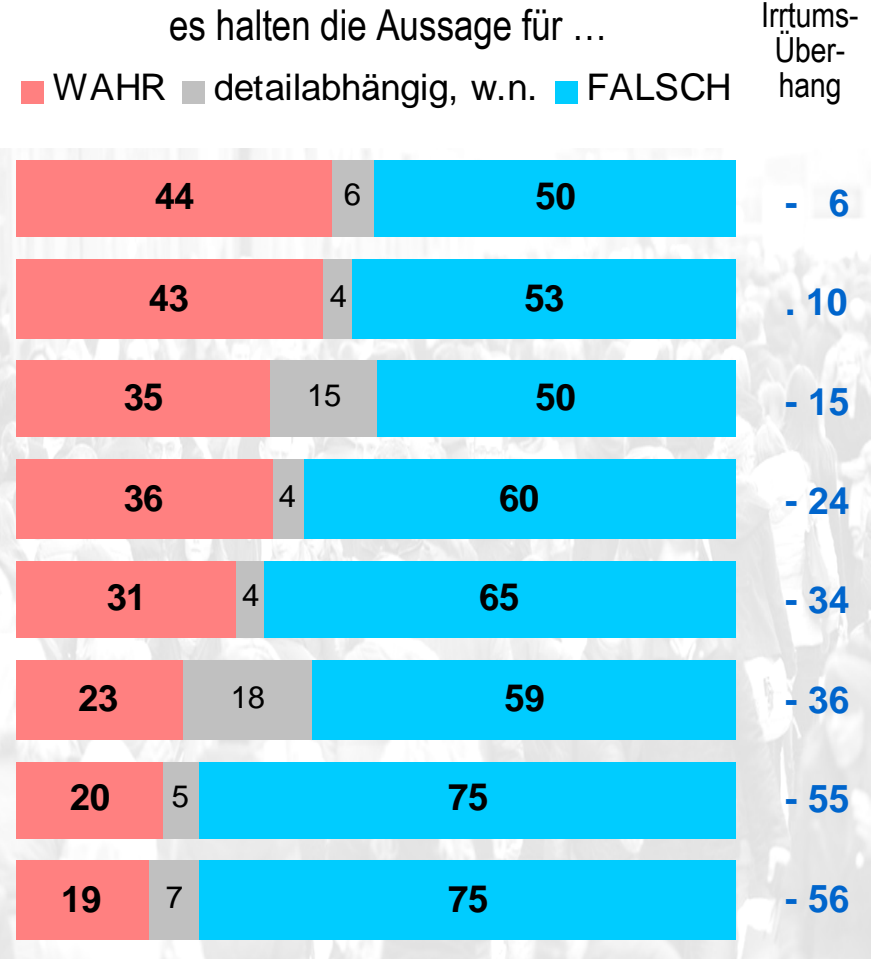
vegetarische Ernährung ist gesünder als eine Ernährung, die auch auf Fleisch basiert



nach dem Verzehr von Steinobst, z.B. von Kirschen, soll man kein Wasser trinken



Schokolade verursacht Pickel



# Die getesteten Aussagen

erhoben in  
2012 2015  
Juni Juni

Auf die Frage, ob diese  
Aussage wahr oder falsch  
ist, ist die richtige Antwort

◆	Margarine hat weniger Kalorien als Butter	„falsch“
◆	rohes Gemüse ist besonders gesund	„falsch“
◆	wer gesundheits- u. figurbewusst ist u. auf Cola nicht verzichten will, sollte zu <i>Cola light</i> wechseln	„falsch“
□ ◆	dunkles Brot ist gesünder als helles Brot	„falsch“
□ ◆	Eier erhöhen den Cholesterinspiegel	„falsch“
□ ◆	Spinat enthält sehr viel Eisen	„falsch“
□ ◆	Gemüse vom kleinbäuerlichen Landwirt ist weniger schadstoffbelastet als Gemüse von landwirtschaftlichen Großbetrieben	„falsch“
□ ◆	genveränderte Maispflanzen sind größer als konventionelle	„falsch“
□ ◆	vegetarische Ernährung ist gesünder als eine Ernährung, die auch auf Fleisch basiert	„falsch“
□ ◆	mindestens 1 warme Mahlzeit am Tag ist für die Gesundheit wichtig	„falsch“
□ ◆	spät auf die Nacht hin essen macht dick	„falsch“
□	Kaffee entzieht dem Körper Wasser	„falsch“
□	Gemüse vom Wochenmarkt enthält mehr Nährstoffe als tiefgefrorenes Gemüse	„falsch“
□	nach dem Verzehr von Steinobst, z.B. von Kirschen, soll man kein Wasser trinken	„falsch“
□	Schokolade verursacht Pickel	„falsch“

