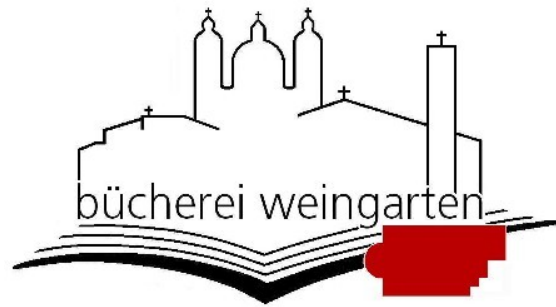


**Thema des Monats**



## **Gesund und nachhaltig ernähren**



Nachhaltig essen ist nicht nur gesund, sondern es schont auch die Umwelt. Regionales und saisonales Einkaufen auf dem Wochenmarkt und das Augenmerk auf artgerechte Tierhaltung tragen einen großen Teil dazu bei, den Umweltschutz und auch die Gesundheit zu unterstützen. Die Lebensmittelindustrie ist da nicht immer hilfreich.

Tolle und informative Bücher dazu gibt es bei uns.