

informationsdienst

14. Jahrgang
Nr. 3 – November 2004



Seite		Zeichen
2	Fit für den Schultag!	956
2	Gute Kohlenhydrate, schlechte Kohlenhydrate? Der glykämische Index und seine Bedeutung für eine gesunde Ernährung	5.031
4	Fisch: Gesund oder belastet? Plädoyer für „guten“ Fisch	4.209
6	Cholesterinspiegel und Körpergewicht steigen im Winter Viel Bewegung und gesunde Ernährung jetzt besonders wichtig	2.499
7	Hilfe bei Sodbrennen und Refluxerkrankung Kleine, eiweißreiche Mahlzeiten mindern Beschwerden	2.809
8	Kürbis: Gesunder Herbstschmaus Doch Vorsicht bei bitteren Exemplaren!	1.530
8	Marmelade ist nicht Marmelade... Was kommt da eigentlich auf's Frühstücksbrot?	1.500
9	Die süße Alternative: Bratäpfel Der Zipfel und Zapfel...	995
10	SERVICE	

Herausgeber:
DEUTSCHES GRÜNES KREUZ e.V.

Redaktion:
Dipl. oec. troph. Heike Brinkmann-Reitz
– verantwortlich –
Michaela Berg

Abdruck honorarfrei

Beleg erbeten an:

Deutsches Grünes Kreuz e.V.
Redaktion efg
■ im Kilian
Schuhmarkt 4
35037 Marburg

Telefon: (06421) 293-172
Telefax: (06421) 293-772

E-Mail: presseservice@kilian.de
Internet: www.dgk.de

ZsB
1246
ZB MED

Die DGK-Pressedienste finden Sie auch im Internet unter
www.dgk.de im Bereich „Journalisten“.

Eigendruck
DEUTSCHES GRÜNES KREUZ
Förderergesellschaft mbH
35037 Marburg