Gebruik voor het beantwoorden van de onderstaande opdrachten:

*Tekstbron 2.14 Voedingsgewoonten*

1. Noteer de religieuze en culturele voedingsgewoonten in de onderstaande schema’s

|  |
| --- |
| **religieuze voedingsgewoonten** |
| Geloof | Wat wordt **NIET** gegeten? | Andere gewoontes |
| Jodendom |  |  |
| Islam |  |  |
| Hindoeïsme |  |  |
| Boeddhisme  |  |  |
| Christendom  |  |  |

2. Verschillen **vegetarisme en veganist**

Wat eten vegetariërs en veganisten wel en niet?

Zet kruisjes op de juiste plek.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **vegetariër**  | **veganist**  |
|  | **wel**  | **niet** | **wel**  | **niet** |
| kaas |  |  |  |  |
| sojamelk  |  |  |  |  |
| roomboter  |  |  |  |  |
| ei |  |  |  |  |
| zalm |  |  |  |  |
| tofu |  |  |  |  |
| gehakt |  |  |  |  |
| groente burger |  |  |  |  |
| melk |  |  |  |  |
| halvarine |  |  |  |  |

3. Noteer drie overtuigingen waarom mensen kiezen om vegetariër of veganist te worden.

1. .............................................................................................................................
2. .............................................................................................................................
3. .............................................................................................................................

4. Vanuit welke overtuiging eten mensen biologisch? Geef meerdere voorbeelden hoe ze dit doen.

.................................................................................................................................

.................................................................................................................................

5. Wat betekent dit keurmerk

………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………………………

6. Wanneer voedingsgewoonten verstoort raken kan er een eetstoornis ontstaan.

 Zet meerdere kenmerken aan van anorexia en boulimia in de onderstaande tabel.

|  |  |
| --- | --- |
| **Anorexia​** | **Boulimia ​** |
|  |  |