

## GMO – Hotet mot vår framtid!

Förespråkare säger att syftet med GMO (genmanipulerade organismer) är att få fram bättre mat, hållbarare jordbruk och framförallt att föda världens hungriga. Detta har man ännu inte kunnat visa. Istället har kemikalieberoendet ökat och bönder blivit beroende av multinationella företag. De som idag vinner på gentekniken är storföretagen, inte världens svältande.

Kemiföretag som Monsanto tar patent på liv (i första hand växter) och gör dem resistent mot deras egna växtgifter. Detta leder naturligtvis inte till hållbar matproduktion, men ökar giftspridningen.

Man har inte heller kunnat påvisa ökning av produktionen och forskning visar dessutom på sjukdomar och sterilitet hos försöksdjur som ätit GMO-grödor. Växtförädling sker vertikalt inom en art, men genmanipulering för över gener mellan olika arter utan kontroll över vad som händer.

Följ debatten om GMO på [www.kostdemokrati.se](http://www.kostdemokrati.se)



Monsantoland

## Kostdemokrati

Välkommen till platsen för nyheter, tips, forskning, projekt och aktiviteter som berör kost och hälsa.

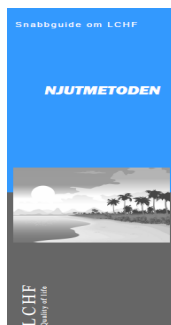
Vi påverkar makthavare genom att vi informerar på ett sakligt sätt och genom opinionsbildning.

Vi utvecklar naturliga koncept (som fungerar) för prestationsförmåga, hälsa och viktkontroll. Just nu är barn, ungdomar och skolmaten i fokus, men också diabetes, viktoperationer och miljö. Våra koncept blir viktiga bidrag när det gäller att på ett avgörande sätt förbättra folkhälsan och samtidigt lösa sjukvårdskrisen.

Man kan bli medlem hos oss gratis.

Här kan du läsa bloggar, diskutera på forumet om kost, om hälsa och om makthavare, eller bara läsa fakta.

Besökare kan också skriva tips och kommentarer i vår gästbok.



Njutmetoden

Vi kallar ett av våra koncept för NJUTMETODEN (LCHF).

Välj Njutmetoden för hälsa och välbefinnande!

Ladda hem broshyren från vår hemsida [www.kostdemokrati.se](http://www.kostdemokrati.se)

# Kostdemokrati

## upproret mot lättprodukter

## Kost-hälsa-miljö-demokrati



[www.kostdemokrati.se](http://www.kostdemokrati.se)

## Områden vi prioriterar

### Viktopperationer

Sjukvården erbjuder två metoder för att komma tillrätta med övervikt och fetma. Dels erbjuder man svältmetoder på överviktsklinikerna och dels viktopperationer. Ingen överviktsklinik kan redovisa positiva resultat. Svältmetoder fungerar inte!

Misslyckandet med svältmetoder har lett fram till att man istället (utan vetenskaplig grund) genomför s.k. Gastric Bypass-operationer. Några patienter får här ett anständigt liv men för många innebär operationen ett ödelagt liv med livslånga komplikationer och tidig död.

Vi erbjuder en naturlig och biverkningsfri metod – Njutmetoden (LCHF), där man lär sig att äta för oss god, naturlig mat och som på ett naturligt sätt reglerar vikten, utan att man behöver svälta sig



Viktopperationer

Det fantastiska är att man inte bara får en viktreglering, utan man kan på köpet återvinna sin hälsa och bli av med en mängd kostrelaterade sjukdomar, som till exempel diabetes och olika magproblem,

Ladda hem broshyren från vår hemsida [www.kostdemokrati.se](http://www.kostdemokrati.se)

### Skolupproret mot lightprodukter

”SKOLUPPRORET MOT LIGHTPRODUKTER” har fokus på att barnen skall serveras ett alternativ till lättmjölk och lättmargarin. Vi kallar det valfrihet och demokrati, att vi själva får välja vad vi och våra barn skall äta.

De kostchefer som förespråkar ”kostdiktatur” överskrider sina befogenheter. De har missuppfattat sitt mandat. Det är föräldrarna som bestämmer vad deras barn skall äta och i skolan är det rektorn som ytterst ansvarar för att barnens hälsa främjas.

I Livsmedelsverkets personalhandbok ”Mat för spädbarn och småbarn” står det: ”Föräldrarna bestämmer vad som ska serveras och barnet om, och hur mycket, det vill äta av den mat som serveras”.



Rädda våra barns hjärnor!

Det är därför omöjligt för vare sig politiker eller kostchefer att besluta vad barnen serveras i skola och barnomsorg. Det är föräldrarna som bestämmer i samråd med rektor.

Ladda hem broshyren från vår hemsida [www.kostdemokrati.se](http://www.kostdemokrati.se)

### Diabetes

Typ 1 diabetes - det som tidigare kallades **barndiabetes** - beror på att kroppen inte längre kan producera tillräckligt av hormonet insulin.

Typ 1 diabetes behandlas med injektioner av det insulin kroppen saknar.

Typ 2 diabetes - kallades tidigare **äldersdiabetes** - beror istället på att kroppens celler har minskad känslighet för insulin. Typ 2 diabetes är den överlägset vanligaste formen av diabetes. Den är mycket starkt kopplad till **övervikt i form av bukfetma**.

Typ 2 diabetes bör behandlas i första hand med kost och gärna också motion. Viktnedgång är mycket positivt..

[Sockersjuk?](#)

[Sockersjuk?](#)

Det viktigaste är att man minskar intaget av kolhydrater. Många typ 2-diabetiker blir medicinfria på lågkolhydratkost (LCHF).

Även typ 1 diabetes förbättras med lågkolhydratkost.

Ladda hem broshyren från vår hemsida [www.kostdemokrati.se](http://www.kostdemokrati.se)