

Tato diplomová práce se zabývá alternativní výživou. V teoretické části práce jsou objasněny možné důvody vedoucí k rozhodnutí, stravovat se alternativně, dále jsou zde uvedeny formy alternativní výživy a možná rizika z ní plynoucí, je zde charakterizován dětský věk a výživa v jeho jednotlivých obdobích. Praktická část práce, která byla realizována metodou dotazníkového šetření, se snaží zjistit rozsah znalostí o alternativních způsobech stravování u žen a dále řeší otázku preference alternativní výživy

Provedeným výzkumem bylo zjištěno, že alternativní způsoby stravování nejsou mezi respondenty výrazně rozšířeny, tudíž i znalosti o nich nejsou dostatečné a to bohužel ani u respondentů, kteří své děti nějakou z alternativních forem stravování živí.

Na základě zjištěných informací byla uspořádána přednáška na téma Alternativní způsoby stravování, jejímž cílem bylo objasnit základní fakta o alternativním stravování a rozšířit tak i povědomí o něm.