

Ernährung und Klima

WIR ALLE MÜSSEN ESSEN, DENN ES ZÄHLT ZU UNSEREN GRUNDBEDÜRFNISSEN. WENN MAN DARAUF ACHTET, WELCHE LEBENSMITTEL MAN ISST, KANN MAN SICH SO GANZ EINFACH FÜR UMWELT- UND NATURSCHUTZ EINSETZEN.

WISSEN

Bis unser Essen auf dem Tisch landet, hat es schon einen weiten Weg hinter sich: es wird angebaut und geerntet, gelagert und verarbeitet. Dazu braucht es große Flächen an Land und auch viel Wasser. Außerdem entstehen Treibhausgase.

Das Treibhausgas Methan entsteht zum Beispiel während der Verdauung im Magen der Rinder. Es gibt auch noch andere Treibhausgase, wie Kohlendioxid (CO₂). Es entsteht bei der Verbrennung von Kohle, Erdgas oder Erdöl. Durch den Transport von Lebensmitteln über oft weite Strecken und die Herstellung von Düngemitteln, damit die Pflanzen besser wachsen, entsteht sehr viel CO₂.

Was ist denn das Problem mit den Treibhausgasen?

Durch das viele Autofahren, Transportieren von Waren mit Lastwägen, Schiffen und Flugzeugen und unser Einkaufsverhalten gibt es derzeit zu viele Treibhausgase in der Lufthülle, die unsere

Erde umgibt (in der sogenannten Atmosphäre). Dadurch kann die Wärme der Sonnenstrahlen nicht so gut entweichen und es wird auf der Erde immer wärmer. Das ist die sogenannte **menschengemachte Erderwärmung**.



Sie bewirkt das Schmelzen des Eises am Nord- und Südpol und den Gletschern. **Dadurch steigt der Meeresspiegel an**. Für Städte und Orte, die direkt an der Küste liegen, oder Inseln, die nur



wenige Meter über dem Meeresspiegel liegen, hat das schwerwiegende Folgen.

In vielen Regionen der Welt wird es wärmer. Das führt auch dazu, dass **Tier- und Pflanzenarten aussterben**, da sich viele nicht so schnell an diese Veränderungen anpassen können.

Die Erwärmung des Klimas hat außerdem Auswirkungen auf unser **Wetter**. Es wird im Sommer zum Beispiel noch sehr viel heißer. In vielen Gegenden fällt weniger Regen– in anderen wieder übermäßig viel.

Warum spielt unser Essen für die Umwelt eine Rolle?

Zusätzlich zur **Entstehung von Treibhausgasen** bei der Herstellung unserer Lebensmittel, werden auch **große Flächen von Land** dafür gebraucht. Leider wird dafür auch **Regenwald zerstört**, um Platz für Weideflächen oder zur Herstellung von Futtermitteln zu schaffen. Dadurch **verlieren viele Tiere und Pflanzen ihren Lebensraum**.

Und obwohl die Herstellung von Lebensmitteln sehr aufwändig ist, landet leider ein großer Teil unserer Lebensmittel **ungenutzt im Müll**.



Leider werden in Österreich und auf der ganzen Welt viel zu viele Lebensmittel weggeworfen.

Zu Hause landet Brot und Gebäck sowie Obst und Gemüse am öftesten im Mist. Das ist eine **Verschwendung** mit großen Folgen für Natur und Klima.

Was kann ich tun, um der Natur zu helfen?

Zum Glück gibt es Vieles, das du mit deiner Familie oder in der Schule tun kannst!

- **Bio Lebensmittel** sind besser für unsere Umwelt und unser Klima. Wenn ein Lebensmittel ein Bio-Siegel hat, dann bedeutet das, dass kein künstlicher Dünger und auch kein chemisches Insektengift verwendet wurde.
- **Teller statt Tonne!** Achte doch mal bei dir zu Hause darauf, wie viel Essen bei euch übrigbleibt, oder überlege dir, ob du aus den Resten deiner Jause am Abend noch etwas Köstliches zaubern kannst.
- **Weniger Fleisch und Wurst essen.** Das ist nicht nur für dich gesund, sondern auch für den Planeten! Tierische Produkte, also Fleisch, Wurst, Milch, Käse, Butter und Eier verbrauchen sehr viel Platz und Energie. Denn die Tiere müssen versorgt, gefüttert und gepflegt werden. Dafür brauchen Bäuerinnen und Bauern viel Wasser, Futter und Platz.
- **Bevorzugt Lebensmittel kaufen, die aus deiner Nähe stammen!** Je weniger weit ein Nahrungsmittel reisen muss, umso weniger Energie wird für den Transport verwendet. Wichtig ist aber auch, dass sie mit hoher Qualität (z.B. Bio) hergestellt werden.
- **Mehr Obst, Gemüse, Getreide und Hülsenfrüchte** wie Bohnen und Linsen essen. Achte allerdings darauf, dass es aus deiner Region kommt und das Obst und Gemüse gerade reif ist. Dazu kannst du auf einem Saisonkalender nachschauen.

Danke für deinen Einsatz!



- Wenn ihr mit dem Auto zum Einkaufen fahrt, versucht, **besser einmal zu fahren und viel einzukaufen**, als öfters kleinere Mengen zu besorgen. Denn dann muss das Auto nur einmal bewegt werden. Das ist besser für unser Klima!
- **Werde Essensdetektiv!** Mach dich in der Küche auf die Suche und schreib alles auf, was bald aufgegessen gehört! So übersieht ihr nichts!
- **Achte auf deine Sinne!** Ein Lebensmittel, das gut riecht, gut schmeckt und gut aussieht, ist meistens auch nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums noch essbar.



Bio-Obst und Gemüse frisch geerntet und aus der Region. Das schmeckt nicht nur gut und ist gesund, es schont auch unseren Planeten.

Tipp:

Schau' vorbei & erfahre noch mehr!
www.wwf.at/teampanda

WWF TEAM PANDA

Ottakringer Str. 114-116, 1160 Wien
teampanda@wwf.at
www.wwf.at/teampanda