

Klimschutz geht durch den Magen

powered by **klima+ energie fonds**

Klima- und Energie-
Modellregionen
Wir gestalten die Energiewende



Um das Klima zu schonen sollten wir regionale und saisonale Lebensmittel einkaufen, auf Verpackungen verzichten, weniger Fleisch essen und noch einiges mehr. Viele der Möglichkeiten für eine klimafreundlichere Ernährung sind uns bekannt, aber wir vergessen sie leider viel zu oft. Gerade beim Einkaufen ist es vielfach schwer seinen Vorsätzen treu zu bleiben, besonders wenn wieder einmal importierte Lebensmittel, wie z.B. Ananas, locken. Wenn man beachtet, dass in etwa 20% der CO₂-Emissionen aus dem Bereich Lebensmittel und -transporte stammen, sollten wir uns aber doch öfters an unsere Vorsätze halten. Denn wenn wir alle auf unseren Lebensmittelkonsum achten, können wir einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten.

Aus diesem Grund gibt es hier die wichtigsten Tipps noch einmal kurz zusammengefasst:

Mehr Obst, Gemüse, Getreide und Hülsenfrüchte

Öfters mal Fleisch und andere tierische Lebensmittel vom Speiseplan zu streichen tut dem Klima und der Gesundheit gut. Alternativen gibt es genügend. Egal ob Obst, Gemüse, Getreide oder Hülsenfrüchte, die Auswahl ist groß.

Regionalität

Durch den Kauf von regionalen Lebensmitteln können Transportwege und somit CO₂-Emissionen eingespart werden. Außerdem schmecken regionale Lebensmittel in der Regel besser, da sie im Gegensatz zu importierten Produkten, reif geerntet werden können.

Klimafreundlich ins Geschäft

Wenn möglich sollte der Weg ins Lebensmittelgeschäft zu Fuß oder mit dem Rad zurückgelegt werden. Wenn dies nicht möglich ist, sollte zumindest darauf geachtet werden, dass die Fahrten so gut wie möglich reduziert werden. Hier gilt; Einkäufe vorab planen und wenn möglich mit anderen Fahrten kombinieren. Jeder eingesparte Kilometer schont die Umwelt.

Saisonalität

Saisonale Lebensmittel sollten ein fixer Bestandteil am Speiseplan sein. Wer nicht weiß was gerade Saison hat kann sich mit Hilfe eines Saisonkalenders eine Übersicht verschaffen.

Verpackung vermeiden

Viele Lebensmittel sind in unnötig viel Plastik oder anderen Materialien verpackt. Lieber öfters zu unverpackten Lebensmitteln greifen bzw. auf umweltfreundliche Verpackung, wie z.B. Mehrweggemüsenetze, setzen.

Keine Lebensmittel in den Müll

Lebensmittel sind wertvoll und gehören nicht in den Müll. Ein gut geplanter Einkauf und die gute alte Resteküche können hier wahre Wunder bewirken.

Mehr Informationen zum Thema gibt es bei Modellregionsmanager Helmut Wagner:
+436645453704
wagner@energie-haustechnik.at

**KEM Erholungsregion
Joglland**