

„Mitmachaktionen zu den SDG's“

Ein VORZUeGliches Menü!

Die Herstellung aller Lebensmittel hat einen Einfluss auf die Umwelt, das Klima, Tiere und auch Menschen. Durch die bewusste Auswahl meiner Lebensmittel kann ich bewirken, dass dieser Einfluss möglichst positiv ist und mir dabei täglich ein vorzügliches Menü zubereiten! Macht mit!

Ein hoher Fleischkonsum...

Deutschlandweit werden 88,3 kg Fleisch pro Person pro Jahr konsumiert. Der hohe Fleischkonsum hat weitreichende, negative Folgen für das Tierwohl aber auch für das Klima: So wird für die Herstellung von 1kg Fleisch ca. 12,3 CO²-Emission (kg) erzeugt. Für frisches Gemüse, wie zum Beispiel Kartoffeln, nur 0,4 CO²-Emission (kg). Berechne die Klimabilanz deines Mittagessens: https://www.klimatarier.com/de/CO2_Rechner

Erdbeeren im Winter aus Ägypten? Lieber nicht!

Nahrungsmittel und Futtermittel werden mit Flugzeugen und Containerschiffen um die ganze Welt transportiert. Das bewirkt einen erheblichen CO²-Ausstoß. Dabei wird eine Vielzahl von gesunden Lebensmitteln, vor unseren Türen produziert! Der Kauf von Regionalen und Saisonalen Lebensmittel verbessert den Einfluss auf das Klima enorm! Der [Saisonkalender der Verbraucherzentrale](#) hilft euch dabei die vorzüglichen Lebensmittel auszuwählen.

Lebensmittel für die Tonne? Nicht mit mir!

In Deutschland werden jährlich 11 Millionen Tonnen Lebensmittel verschwendet (55 kg pro Kopf, pro Jahr). Es wird also Nahrung für die Mülltonnen produziert, dabei müssen weltweit mehr als 900 Millionen Menschen Hunger leiden. Die [foodsharing Initiative](#) setzt sich gegen die Verschwendung von Lebensmitteln ein. Und leistet damit einen spitzen Beitrag auch für das Klima. Schaut auch mal bei [foodsharing Soest](#) vorbei!

Pflanzenschutzmittel VS Gesundheit

Die konventionelle Landwirtschaft setzt Pestiziden gegen sogenannte Pflanzenschädlinge ein. Pestizide sind giftig und können auch der Gesundheit des Menschen schaden. Vor allem schaden Pestizide der Artenvielfalt. Schaut mal was auf [2000 m² Ackerfläche](#) alles passieren kann. Im Ökologischen Landbau wird versucht auf den Einsatz von Pestiziden zu verzichten und auf Vielfalt gesetzt.

Kleine Siegelkunde



Fairtrade-Siegel:

- Sozialsiegel
- Verbietaet u.a. ausbeuterische Kinderarbeit
- Umweltschonender Anbau, Schutz natürlicher Ressourcen
- Zahlung von Mindestpreisen



EU-Bio-Siegel:

- Verzicht auf chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel
- Höchstzulässige Anzahl von Tieren pro Hektar
- Artgerechte Haltungsformen
- Verbot von Gentechnik
- Biologische Futtermittel



demeter-Siegel:

- weniger Geflügel und Schweine pro ha
- Auslauf für Rinder
- Enthornung von Rindern verboten
- Auslauf für Legehennen
- 100 % Biofutter, 50 % Futter aus der Region
- Strikte Vorgaben zu Pflanzenschutzmitteln
- Beschränkung der Düngemenge

Blick in die Welt:

Das Futter für die Schweine, Rinder und Masthühner, die in Deutschland für die Lebensmittelproduktion gehalten werden, kommt größtenteils aus Südamerika. In Ländern wie Brasilien und Argentinien wurde und wird auch heute noch Regenwald abgeholzt, um Land für den Anbau von Sojabohnen zu gewinnen. Das hat schlimme Folgen für die Umwelt und für die Menschen, die in den Ländern leben. **Innerhalb der letzten 30 Jahre wurden allein im brasilianischen Teil Amazoniens 446.400 Quadratkilometer Regenwald abgeholzt.** Das meiste davon in den Soja-Bundesstaaten Mato Grosso, Para und Rondonia, nämlich 353.500 Quadratkilometer! **Die Fläche entspricht ungefähr der Größe Deutschlands!!**

Was können wir tun?

Führe einen veganen Tag in der Woche oder besser eine vegane Woche im Monat ein und verringere dadurch deinen Konsum an tierischen Produkten. Am besten isst deine ganze Familie mit!

Unterstützt die Gemüsebauer*innen aus eurer Region und bestellt euch ein Gemüseboxen-Abo. Was das ist? <https://www.gaertnerhof-roellingsen.de/>

Achte im Supermarkt darauf, wo die Lebensmittel herkommen und wähle die Lebensmittel mit dem geringsten Transportweg aus! Sind sie regional, saisonal und manchmal sogar bio? Spitze!

Aus dem „Halbwilden“-Kochstudio kommt hier eine Rezeptidee:

<https://www.youtube.com/watch?v=yVeU0i7cPsA> Viel Spaß beim Nachkochen!

Kartoffel-Gemüse-Puffer mit Apfelmus und Brennessel-Pesto

Zutaten für 20 Puffer:

1,25 kg Kartoffeln
2 große Möhren
1 Stange Porree
5 EL Weizenmehl
3 TL Salz

Zutaten für Apfelmus:

3 große Äpfel
3 TL brauner Zucker
1 Zitrone

Zutaten für Brennessel-Pesto:

100 g Brennesseln
100 g Walnüsse
6-7 EL Olivenöl
1 EL Salz
1 Zitrone

Weitere Interessante Links:

https://www.boell.de/sites/default/files/2020-02/isswas_2020.pdf

<https://www.faszination-regenwald.de/info-center/zerstoerung/soja.htm>

<https://www.welthungerhilfe.de/lebensmittelverschwendung/#c16878>

http://www.wwf.de/fileadmin/fm-wwf/Publikationen-PDF/WWF_Fleischkonsum_web.pdf

https://www.naturland.de/images/Naturland/Richtlinien/RiLi_Vergleich_Naturland-EU_deu.pdf

SDGs:

