

Ernährung und Klima





Mo 18.09.2017 | 20:15 | SUPER.MARKT
Stell Dir vor, es ist Alkohol drin und Du W
In Lebensmitteln steckt öfter Alkohol als man denkt





EBENSMITTEL MIT EGIONALANGABEN – ERWIRRSPIEL ODER VICHTIGE EINKAUFSHILFE?

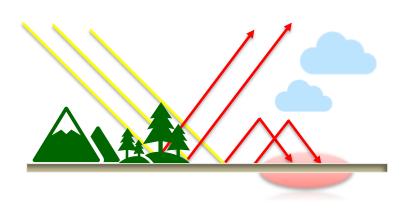
BERLIN ISST KLIMAFREUNDLICH





verbraucherzentrale

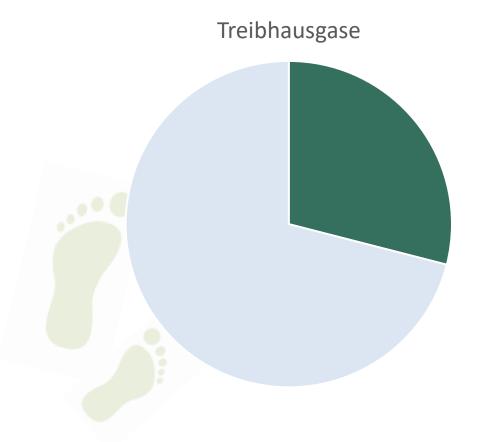
#### Lebensmittel und Klimabelastung





- Zunahme der Treibhausgase in der Erdatmosphäre
   Erderhitzung
- Folgen: Wirbelstürme, überflutete Küstenstädte, massive Dürren, Artensterben

# Wie viele Treibhausgase fallen auf den Bereich der Ernährung?

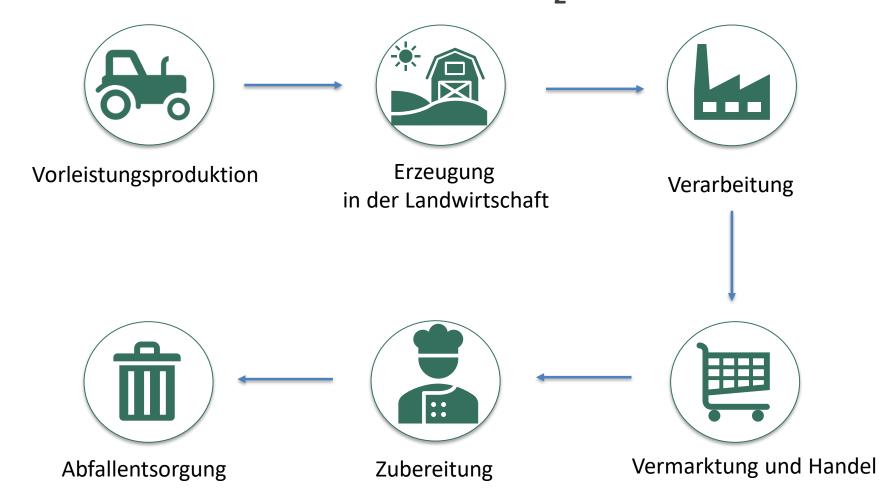


IPCC:

21 – 37% der weltweit entstehenden Treibhausgase werden durch unsere Ernährung verursacht

Quelle: IPCC 2019 Climate Change and Land

# Stufen der Nahrungsversorgung – hier entsteht CO<sub>2</sub>



### Lebensmittel und Klimabelastung

Klimaschutz: JEDER kann etwas tun!

- Was essen wir?
- Wo und wie kaufen wir ein?
- Wie lagern wir Lebensmittel?
- Wie verarbeiten wir Lebensmittel?
- Wie viele Lebensmittel landen bei uns im Müll?

#### Welche Mahlzeit hat den größten CO<sub>2</sub>-Fußabrduck?



# Tierische und pflanzliche Mahlzeiten







Mahlzeit	140 g Frikadellen (Rind/Schwein), 200 g Kartoffeln	410 g Gemüsepizza	400 g Mischgemüse, 250 g Kartoffeln, 15 g Öl
	500 kcal	ca. 700 kcal	400 kcal
CO <sub>2</sub> e in g/Mahlzeit	1.170	820	130

# Klimabilanz tierischer und pflanzlicher Lebensmittel

#### Treibhausgaspotential in CO<sub>2</sub>e in g/Durchschnittsportion Produkt

Tierische	Pflanzliche
ebensmittel	Lebensmittel





Lebensmittel		Lebensmittel	bensmittel	
Rindfleisch 250g	3.525	Teigwaren 120g	110	
Hartkäse 60g	1.155	Tomaten 200g	96	
Butter 30g	750	Obst, frisch 200g	88	
Geflügelfleisch 200g	720	Mischbrot 100g	77	
Schweinefleisch 200g	680	Gemüse frisch 400g	60	
Quark, Frischkäse 200g	404	Speiseöl 30g	40	
Sahne 200g	208	Kartoffeln 200g	40	
Milch 200ml	196	Zucker 25g	38	
Eier 60g	117	Margarine 30g	23	





verbraucherzentrale

# Ordnen Sie die 4 Tomaten nach ihrer CO<sub>2</sub>-Emission



Regional & saisonal



Regional, nicht-saisonal, beheiztes Gewächshaus

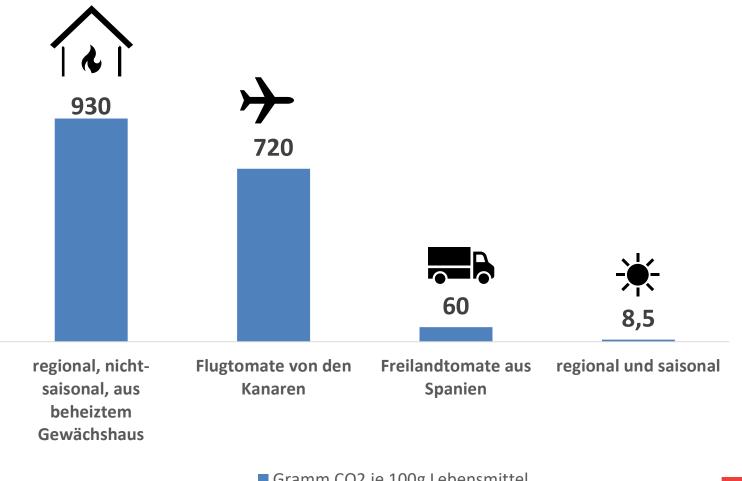


Aus Spanien (LKW)



Aus Spanien (Flugzeug)

# Welche Tomate hat den größten CO<sub>2</sub>-Fußabdruck?



■ Gramm CO2 je 100g Lebensmittel

#### Saisonaler Anbau

#### - Salatanbau in Deutschland -



Saisonaler Freiland-Anbau (Sommer)

140 g CO<sub>2</sub>e/kg

Beheizter Unterglas-Anbau (November)

mit Heizöl und Erdgas

2.270 - 4.310 g CO<sub>2</sub>e/kg

12

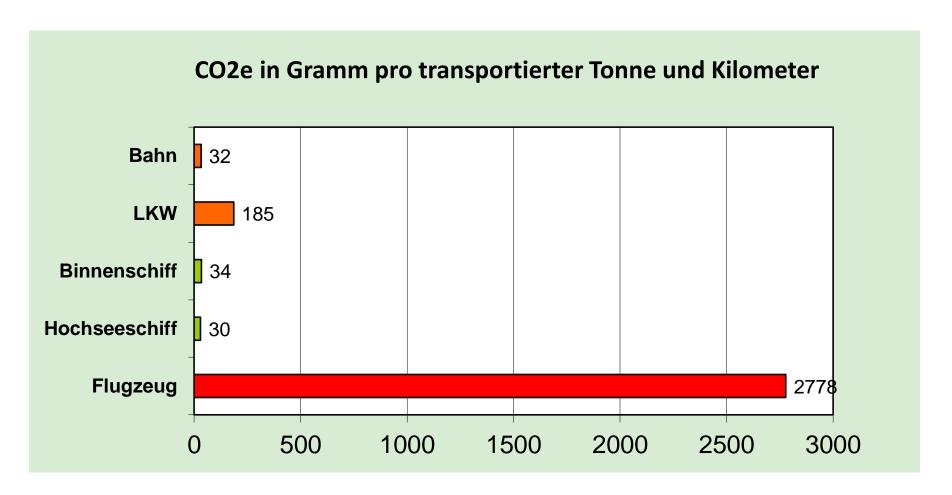
Regional ist nur in Kombination mit saisonal Klima-schonend

# Welches Transportmittel verursacht die meisten CO<sub>2</sub>-Emissionen?

- a) Hochseeschiff
- b) Bahn
- c) LKW
- d) Flugzeug



#### Regional oder international - Transportmittel -



Frachtschiff < Bahn < LKW < Flugzeug

# Regional oder international



### Lebensmittel per Luftfracht

Ca. 52 000 Tonnen Lebensmittel werden jährlich nach Deutschland eingeflogen 140 Tonnen am Tag

< 1% aller angebotenen Lebensmittel verursachen</p> 10-16 % der Treibhausgase, die durch Transport entstehen

### Außer Haus? - verschiedene Speisekarten -

#### Palapo Produktinfo

zart gegrilltes chilenisches Rinderfilet auf israelischen Hass-Avocados mit Sa-Pa-Gemüse, dazu griechische Oliven, Tamarinde-Sauce und Beilage nach Wahl

Wahl aus: mit Nudeln, gebraten, mit Reis, gebraten oder ohne Beilage.

39,90€

\* KARTOFFELN AUS SÜLTE
AGP LÜBESSE, KARTOFFELMARKT SÜLTE GMBH

\* FLEISCH AUS DER

STADTFLEISCHEREI LANGE TRADITIONSBETRIEB SEIT 1878

- \* BIER AUS LEEZEN VON DER HANDWERKSBRAUEREI HENNINGS
- \* SPARGEL ZUR SAISON AUS WÖBBELIN
- \* FRISCHER FISCH & RÄUCHERFISCH VOM FISCHEREIHOF MUESS (AUF VORBESTELLUNG)

verbraucherzentrale

# Sind Öko-Bauern wirklich Klimaretter?

CO2-Äquivalente in g pro kg Bioleb Unterschied zu konventioneller He		;
Tomate (während der Saison)	250	-29%
Weizenmehl	450	-25%
Kartoffeln (frisch)	150	-25%
Pizza (TK)	950	-24%
Margarine	1050	-22%
Eier	1550	-21%
Brötchen	550	-15%
Kartoffelfertigprodukt	3.350	-11%
Schweineschinken	4.500	-6%

#### Welche Siegel sind Bio-Siegel?













## Welche Siegel sind Bio-Siegel?







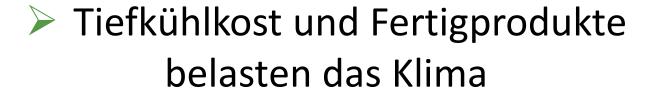
20



**Naturland** 

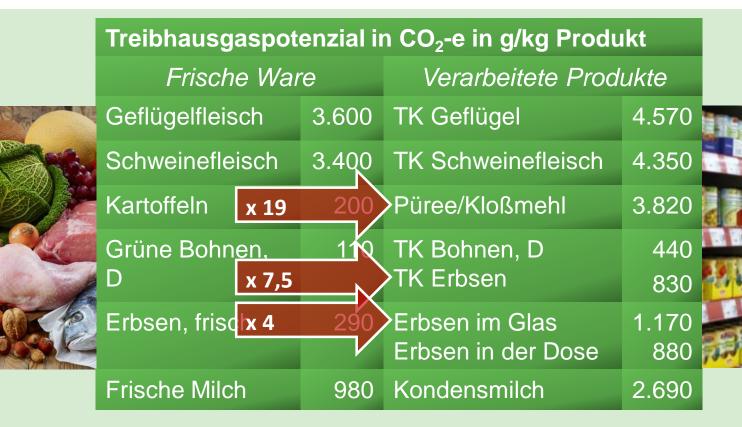
### Verarbeitung von Lebensmitteln

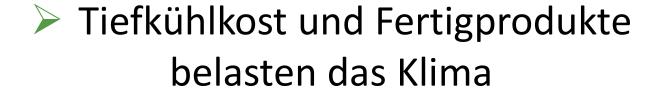






## Verarbeitung von Lebensmitteln







#### **Umgang mit Lebensmitteln**

- > Lebensmittelabfälle: 75 kg pro Jahr / Person
- Knapp 50% davon sind VERMEIDBAR (in den Privat-Haushalten)

Quelle: BMEL 2019

### Tipps zum besseren Umgang mit Lebensmitteln

- Einkäufe planen, nicht zu viel einkaufen
- Probieren nicht gleich wegwerfen
- Kreative Resteverwertung
- Richtige Lagerung von Lebensmitteln
- Verschenken statt wegwerfen





verbraucherzentrale

verbraucherzentrale

Hamburg

#### Was ich tun kann

- Frisch, saisonal & regional, biologisch, pflanzlich bevorzugen
- Insbesondere Flugtransporte meiden
- Einkäufe zu Fuß/ Rad
- Sparsam einkaufen, Mahlzeiten planen, Abfälle vermeiden
- Energieeffiziente Haushaltsgeräte und Zubereitung
- Leitungswasser trinken
- Einwegprodukte meiden



#### Anders essen und einkaufen?

#### CO<sub>2</sub>-Einsparpotenziale in Bereich Ernährung

Maßnahme	Potential
Frische Ware, weniger Tiefkühl-Produkte und hoch verarbeitete Lebensmittel	ca. 2 %
Überwiegend Bioprodukte	ca. 6 %
Regionaler, saisonaler Einkauf	ca. 10 %
Ernährung fleischreduziert (2 x Fleisch, 1 x Fisch/ Woche)	ca. 27%
Ernährung vegetarisch	ca. 42 %

Berechnen Sie doch mal Ihren CO<sub>2</sub>-Abdruck!

verbraucherzentrale

#### Was wir gemeinsam tun können

- Unser Wissen weitergeben
- Einen Veggie-Tag pro Woche einführen
- Zu lokaler Initiative zusammenschließen



# Was auch ganz viel bewirkt...





#### Personal actions to reduce CO<sub>2</sub>

**Belief** (% of respondents\*)

Facts (CO<sub>2</sub> kg reduction p.a. per capita\*\*)

	No more plastic bags
	One flight less per year
N	lodern heating and insulation
9	Regional and seasonal food
	Fuel-efficient driving
500	No more meat consumption
5	Switching off standby modes

<sup>\*)</sup> Representative online survey of 1500 Germans (18+ years), September 2019

<sup>\*\*)</sup> A.T. Kearney computations based on German Environment Agency, co2online, Federal Statistical Office, etc.

#### Personal actions to reduce CO<sub>2</sub>

Belief (% of respondents\*)

Facts (CO<sub>2</sub> kg reduction p.a. per capita\*\*)

22%	No more plastic bags
18%	One flight less per year
16%	Modern heating and insulation
15%	Regional and seasonal food
14%	Fuel-efficient driving
10%	No more meat consumption
5%	Switching off standby modes

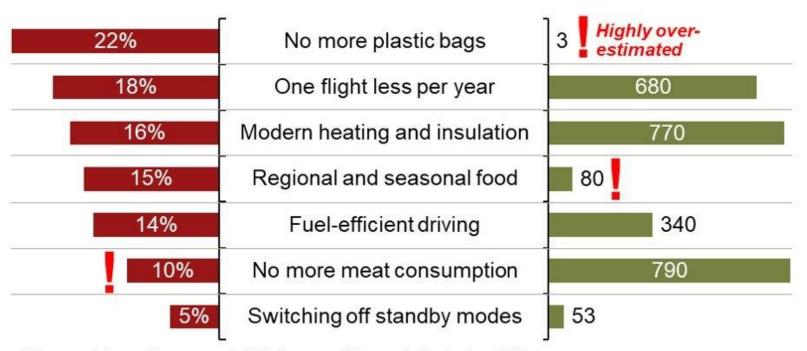
<sup>\*)</sup> Representative online survey of 1500 Germans (18+ years), September 2019

<sup>\*\*)</sup> A.T. Kearney computations based on German Environment Agency, co2online, Federal Statistical Office, etc.

#### Personal actions to reduce CO<sub>2</sub>

**Belief** (% of respondents\*)

**Facts** (CO<sub>2</sub> kg reduction p.a. per capita\*\*)



<sup>\*)</sup> Representative online survey of 1500 Germans (18+ years), September 2019

<sup>\*\*)</sup> A.T. Kearney computations based on German Environment Agency, co2online, Federal Statistical Office, etc.



verbraucherzentrale Berlin