

6.

Frisches und gering Verarbeitetes anstelle von Tiefgefrorenem

Tiefgekühlte und stark bearbeitete Produkte benötigen in der Verarbeitung sowie bei der Aufrechterhaltung der Kühlkette während Transport und Lagerung enorme Energiemengen.

So verursachen tiefgekühlte Pommes Frites rund 23-mal mehr CO₂-Äquivalente als frisch geerntete Kartoffeln.

7.

Energieeffiziente Haushaltsgeräte

Auch der Einsatz von energieeffizienten Haushaltsgeräten wie Kühl- und Gefrierschränken, Backöfen oder Geschirrspülern mit einem „A“ bzw. bei Kühlgeräten „A+“ und „A++“ laut Energieeffizienzlabel helfen Strom zu sparen.

→ Mehr Infos zu energieeffizienten Produkten finden Sie auf www.topprodukte.at

8.

Zum Einkaufen öfter zu Fuß oder mit dem Fahrrad

Zum Einkaufen zu Fuß gehen oder mit dem Fahrrad fahren – das ist nicht nur gesund, sondern auch gut fürs Klima. Bei einer Fahrt mit einem Auto mittlerer Klasse werden so viele klimaschädliche Gase freigesetzt wie für den Anbau und Handel von einem Kilogramm frischem Gemüse.

Die so genannte „Last Dirty Mile“ (vom Geschäft nach Hause) kann einen klimagünstigen Einkauf von regionalen Bioprodukten der Saison gleich wieder zunichte machen.

österreichische gesellschaft
für umwelt und technik

hollandstraße 10/46
a-1020 wien
tel +43.1.315 63 93
fax +43.1.315 63 93-22
email office@oegut.at
net www.oegut.at



österreichische gesellschaft
für umwelt und technik



8 Tipps für eine klimafreundliche Ernährung

Wie Sie durch einen „klimaoptimierten“ Ernährungsstil täglich etwas zum Klimaschutz beitragen können.

1.

Biologisch erzeugte Lebensmittel

Biologischer Pflanzenbau benötigt im Vergleich zu konventionellem bis zur Hälfte weniger Energie pro Hektar – vor allem durch den Verzicht auf synthetischen Stickstoffdünger. Lebensmittel aus biologischem Anbau werden streng kontrolliert und sind eindeutig gekennzeichnet.

→ Mehr Infos zu Kennzeichnungen von Bio-Lebensmitteln finden Sie auf www.oegut.at – Thema Nachhaltiger Konsum.

2.

Mehr pflanzliche und weniger tierische Lebensmittel

Die Viehhaltung ist global für 18% aller Treibhausgase verantwortlich. Das ist mehr als der gesamte Transportsektor weltweit verursacht.

Für die Erzeugung tierischer Lebensmittel muss ein Vielfaches an Futterpflanzen eingesetzt werden: Bei der Produktion von einem Kilogramm Rindfleisch werden 6,5 kg CO₂ freigesetzt. Ein Kilogramm Obst verursacht dagegen nur 0,5 kg CO₂, ein Kilogramm Gemüse sogar nur 150 g CO₂.

■ Mehr erfahren Sie auf www.oegut.at

3.

Regionale, heimische Lebensmittel

Die Klimabelastung durch den Transport hängt von der zurückgelegten Strecke und dem verwendeten Transportmittel ab. Lebensmittel aus der Region legen nur geringe Entfernungen zurück.

4.

Vermeiden von mit dem Flugzeug importierten Lebensmitteln

Flug-Transporte von Waren belasten das Klima mehrere hundert Mal stärker als Transporte mit Hochseeschiffen.

Mit dem Flugzeug werden oft frische, leicht verderbliche Obst- und Gemüsesorten wie etwa exotische Früchte (Mango, Ananas etc.) oder im Winter Fisolen und Zuckerschoten transportiert.

5.

Obst und Gemüse der Saison und aus dem Freiland

Obst und Gemüse der jeweiligen Saison im Freiland angebaut ist weniger klimabelastend als deren Erzeugung außerhalb der Jahreszeit in beheizten Glashäusern oder Folientunneln. Dies verbraucht bis zu 60-mal mehr Energie.

Saisonkalender helfen bei der Auswahl.
→ z.B. www.umweltberatung.at – Suche nach Stichwort „Saisonkalender“