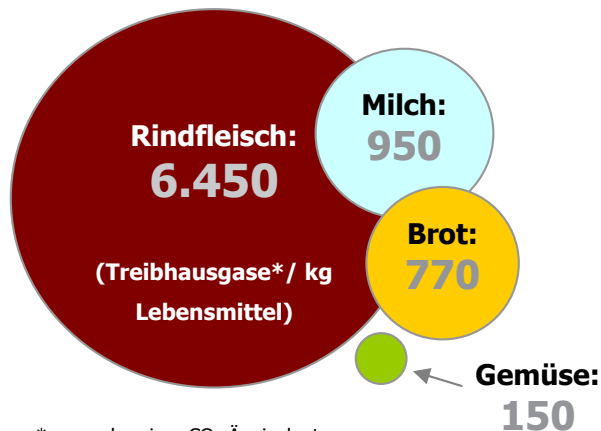


Weniger ist mehr ...

... gilt nicht nur beim Einsatz von mineralischem Stickstoffdünger, sondern auch beim Verzehr von Fleisch. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt, dass 75 Prozent der täglichen Nahrung aus Obst, Gemüse und Getreide bestehen und nur 25 Prozent aus tierischen Lebensmitteln wie Eiern, Fleisch und Milchprodukten.

Wer seinen Fleischkonsum auf zwei bis drei Mahlzeiten in der Woche reduziert und mehr Obst und Gemüse isst, lebt gesund und tut etwas für den Klimaschutz.



*angegeben in g CO₂-Äquivalenten

Fleischarm oder gar vegetarisch essen

ist klimafreundlicher: Die Zahlen oben geben die durchschnittlichen CO₂-Äquivalente als Grad der Klimawirkung an.

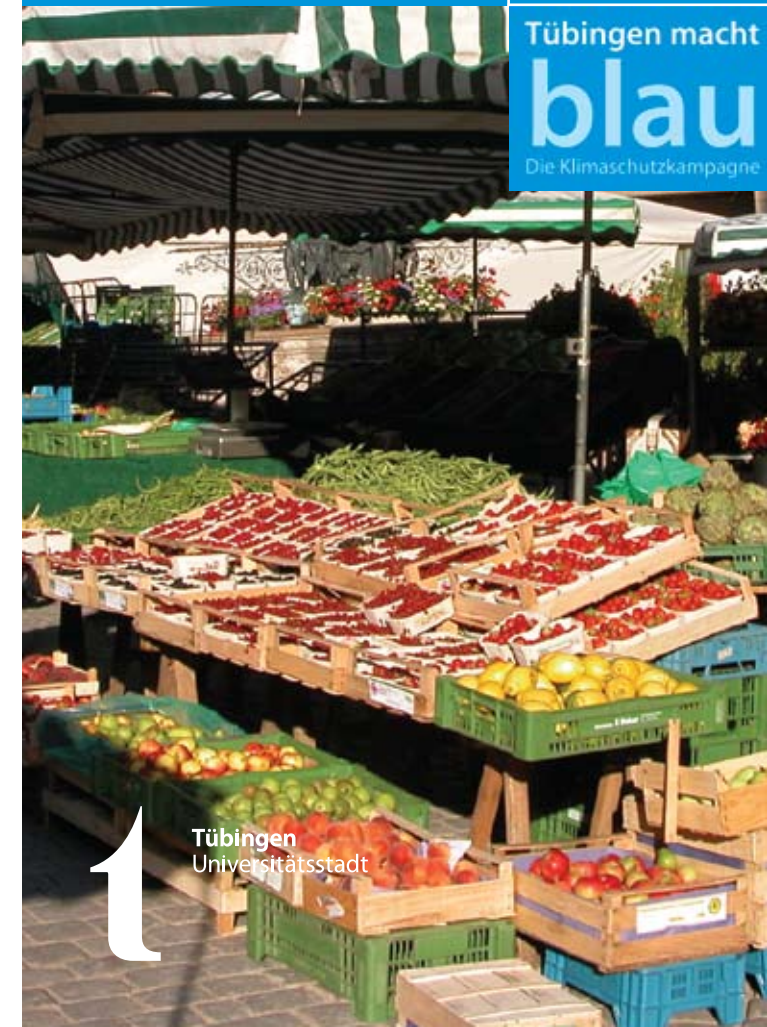
Tipps für eine klimaschonende Ernährung

- Bringen Sie mehr pflanzliche und weniger tierische Lebensmittel auf den Tisch
- Entscheiden Sie sich für regionale Erzeugnisse und gegen Flugzeugtransporte
- Kaufen Sie Bio-Lebensmittel
- Kaufen Sie saisonales Freilandgemüse und Obst
- Greifen Sie zu frischen, gering verarbeiteten Lebensmitteln statt zu Tiefkühlkost
- Kaufen Sie bedarfsgerecht ein; Lebensmittel sind viel zu schade zum Wegwerfen
- Gehen Sie zu Fuß oder fahren Sie mit dem Fahrrad zum Einkaufen

Impressum
Stand: März 2011
Herausgegeben von der Universitätsstadt Tübingen
Stabsstelle Umwelt- und Klimaschutz
Titelbild: Stadtverwaltung
Bildnachweis: Rainer Sturm / Halina Zaremba, pixelio.de

Mit Genuss
für das Klima

Tübingen macht
blau
Die Klimaschutzkampagne



Tübingen
Universitätsstadt



Liebe Tübingerinnen und Tübinger,

was wir essen und trinken, wie unsere Lebensmittel produziert und verarbeitet werden entscheidet nicht nur über Geschmack und Gesundheit, sondern auch über unseren „CO₂-Rucksack“.

Für gute und nachhaltige Lebensmittel ist für mich der Dreiklang „regional – saisonal – biologisch“ entscheidend. Das stärkt unsere heimische Landwirtschaft und bringt Abwechslung auf den Teller. Außerdem spart es lange Transportwege und schont Boden, Grundwasser und nicht zuletzt das Klima.

Beim Fleischkonsum gilt für mich „weniger is(s)t mehr“. Weniger, aber dafür gutes Fleisch hat mehr Geschmack und bringt mehr Klimaschutz. Zu einer leckeren Mahlzeit aus der Region wünsche ich Guten Appetit.

Tübingen macht blau. Machen Sie mit!

Ihr

Boris Palmer
Oberbürgermeister

Ernährung und Klimaschutz

Etwa 20 Prozent der Treibhausgase in Deutschland werden aufgrund unserer Ernährung verursacht. Rund die Hälfte davon stammt aus der landwirtschaftlichen Futtermittel-industrie. Auch der Handel, die Lebensmitteltransporte sowie Kochen, Kühlen und Einkaufen spielen dabei eine große Rolle.

Verbraucherinnen und Verbraucher haben durch ihr Kauf- und Ernährungsverhalten direkten Einfluss auf den Klimaschutz. Regionaler Ökolandbau vermeidet weite Transportwege und verzichtet u. a. auf energieintensiven Stickstoffdünger. Deshalb können Sie durch den Kauf von Bio-Produkten auf dem Wochenmarkt Ihren ernährungsbedingten CO₂-Rucksack um 25 bis 50 Prozent erleichtern. Der CO₂-Rucksack enthält alles, was vom Acker bis zum Einkauf zum Treibhauseffekt beiträgt. Dazu gehören Landwirtschaft, Transporte, Verarbeitung, Kühlung und Entsorgung.

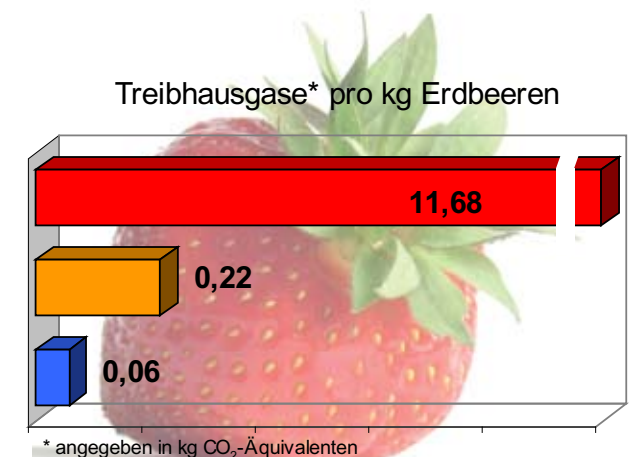


Warten lohnt sich

Haben Sie mal wieder Lust auf Breschdleng (kleine Hilfe für Reißgeschmecke: Erdbeeren)? Für geschmackvolle und klimafreundliche Erdbeeren müssen Sie vielleicht noch ein wenig warten, denn richtig frische Erdbeeren direkt aus der Region gibt es nur von Mai bis August.

Obst und Gemüse aus der Region sind durch ihre kurzen Transportwege sehr klimafreundlich. Frische, saisonale Produkte benötigen keine energieaufwändigen Treibhäuser und auch bei Verarbeitung, Kühlung und Verpackung kann viel Energie gespart werden.

Genießen Sie also klimabewusst frisches Obst und Gemüse aus der Region!



Herkunftsort:

- Südafrika (Flugtransport)
- Italien (LKW-Transport)
- Region (LKW-Transport)