

Weitere Informationen:

www.gepa.de
www.misereor.de
www.adveniat.de
www.missio.de
www.brot-fuer-die-welt.de
www.eingutertag.org

Umweltarbeit der Erzdiözese München und Freising:
www.erzbistum-muenchen.de/Page004046.aspx

Diese Broschüre wurde erstellt von der Projektgruppe „Fastenzeit 2013“, St. Magdalena, Ottobrunn, im Pfarrverband Vierbrunnen

UNSER
TÄGLICHES
BROT?



ESSEN, DAS DIE WELT VERÄNDERT
Denkanstöße nicht nur zur Fastenzeit

ZU VIEL DES GUTEN - AB IN DIE TONNE?

Wasser: Ein Viertel des weltweiten Wasserverbrauchs wird für die Produktion von Lebensmitteln verwendet, die später nie gegessen werden.

Abfall: In Deutschland landet die Hälfte aller Lebensmittel im Müll - bei der Erzeugung, bei der Verarbeitung, beim Handel, beim Verbraucher.

In einem Jahr werden in Deutschland Lebensmittel im Wert von 25 Milliarden Euro weggeworfen.

Dreimal ließe sich die hungernde Weltbevölkerung mit den in den reichen Ländern vernichteten Lebensmitteln ernähren.

Tipp:

- Nur so viel einkaufen, wie sich sinnvoll lagern lässt!
- Mit Augenmaß kochen!
- Reste konsequent und mit Fantasie verwerten!
- Die meisten Lebensmittel können auch nach Ablauf des aufgedruckten Mindesthaltbarkeitsdatums verwendet werden und sollten nicht unbedacht und ungeprüft weggeworfen werden (allerdings: Vorsicht bei Fisch und Fleisch!).
- Verschenken Sie überschüssige Lebensmittel z.B. aus dem Garten oder aus dem Großeinkauf.



Durch das Vermeiden von Verschwendung lässt sich sinnvoll Geld sparen!

Zum Nachlesen:

www.zugutfuerdietonne.de, www.essensvernichter.de, www.stadtgottes.de/stago/ausgaben/2012/04/index.php

WERTSCHÄTZEN STATT VERSCHWENDEN

HAUPTSACHE FLEISCH?

Steigender Fleischkonsum: Betrug um 1900 die verzehrte Fleischmenge in Deutschland ca. ein Fünftel des Verbrauchs an Kartoffeln, so übersteigt der Fleischkonsum heute deutlich die verbrauchte Kartoffelmenge.

Ineffizient: 35 Prozent der globalen Getreideernte landen im Futtertrog. Denn: Pro Kilogramm essbares Fleisch werden bei nicht bodengebundener Tierhaltung bis zu 16 kg Getreide, Mais oder Soja verfüttert.

Welthunger: Der Futterbedarf hiesiger Fleischmastbetriebe kann nur mit Futtermittelimporten vor allem aus Brasilien, Argentinien und Paraguay gedeckt werden. Riesige Ackerflächen werden für den Anbau von Viehfutter genutzt anstatt für die Ernährung der dortigen Bevölkerung.

Klimawandel: Die Produktion tierischer Lebensmittel setzt ein Vielfaches der Treibhausgas-Emissionen frei, die bei der Produktion pflanzlicher Lebensmittel anfallen: Rindfleisch 13.300g (CO₂ Äquivalente / kg Lebensmittel), Eier 2.570g, Milch 940g, Brot 720g, Kartoffeln 200g, Gemüse 150g!

Tierleid: Industrielle Massentierhaltung geht immer auch einher mit nicht artgerechter Haltung auf engstem Raum, häufig mit Qualzucht und oft mit barbarischen Schlachtmethoden.

Tipp:

- Verzichten Sie möglichst auf tierische Produkte aus industrieller Intensivhaltung!
- Leben Sie die katholische Tradition des fleischfreien Freitags und der Fastentage (Achtung: auch Fisch ist Fleisch!).
- Oder: Führen Sie Ihren persönlichen fleischfreien Wochentag ein bzw. beteiligen Sie sich am globalen „Veggie Day“.
- Noch besser: Essen Sie Fleisch nur noch an Sonn- und Festtagen.
- Ganz konsequent wäre es, auf eine vegetarische Ernährungsweise umzustellen.



Fleischlose Tage nützen auch der Gesundheit!

Zum Nachlesen:

www.bund.net/fileadmin/bundnet/publikationen/landwirtschaft/130108_bund_landwirtschaft_fleischatlas.pdf,
www.vebu.de, www.oeko.de/oekodoc/328/2007-011-de.pdf, www.albert-schweitzer-stiftung.de

GEMÜSEREICH UND TIERFREUNDLICH

WEINTRAUBEN AUS CHILE? SPARGEL IM MÄRZ?

Verkehrsaufkommen: In den letzten 20 Jahren hat sich der durch Lebensmitteltransporte erzeugte Verkehr nahezu verdoppelt.

Import/Export: In den Jahren 2001-2003 wurden knapp 40 Millionen Tonnen Geflügel aus Thailand in die EU importiert. Im gleichen Zeitraum wurden gut 34 Millionen Tonnen Geflügel nach Russland und Saudi-Arabien exportiert.

Energie: Für einen Apfel, der mit dem Flugzeug aus Chile nach Deutschland transportiert wird, wird die 520-fache Energiemenge aufgewendet wie für einen heimischen Apfel.

Flug-Transporte belasten das Klima etwa 80-mal mehr als Transporte mit dem Hochseeschiff.

Im beheizten Unterglasanbau ist der Energieverbrauch zehn bis 50-mal höher als im Freiland, entsprechend größer ist die Menge an klimaschädlichen Emissionen.

Tipp:

- Achten Sie beim Einkauf aufs Herkunftsland und meiden Sie vor allem Flugware!
- Nutzen Sie die Einkaufsmöglichkeiten wie Bauernmärkte und Hofläden um Transportwege kurz zu halten und zugleich einen Beitrag zu leisten zum Erhalt regionaler, kleinbäuerlicher Strukturen.
- Entdecken Sie alte Gemüsesorten wie Steckrüben und Winterrettich neu.
- Orientiere Sie sich am Saisonkalender nach dem Motto „So schmecken die Jahreszeiten“.
- Nutzen Sie die Möglichkeit, eigenes Obst und Gemüse anzubauen?



Begeben Sie sich auf eine (Wieder-) Entdeckungsreise in ganz neue Geschmackserlebnisse durch frische regionale und saisonale Nahrungsmittel!

Zum Nachlesen:

www.unserland.info, www.tagwerk.net, www.gentechnikfreie-zone.de, www.bfeoe.de/aktiv/klimaschutz/stmugv-broschuere-ern-klimaschutz.pdf

REGIONAL UND SAISONAL

BANANEN, KAFFEE UND MILCH ZUM BILLIGPREIS?

Sparen: Beim Einkauf von Lebensmitteln ist für die Mehrheit der Deutschen ein niedriger Preis noch immer das wichtigste Kaufargument.

Ausgaben jetzt und damals: 1970 gab ein Durchschnittshaushalt fast 25 Prozent des Einkommens für Ernährung aus, heute nur noch um die 11 Prozent.

Erlös: 1970 erhielt ein deutscher Landwirt vom Verkaufserlös etwa 47 Prozent, heute bleiben ihm 21 Prozent.

Armut: 20 Prozent der Weltbevölkerung müssen mit weniger als 1,25 Dollar (ca. 0,9 Euro) pro Tag auskommen.

Kinderarbeit: Um zum Familieneinkommen beitragen zu können, sind weltweit etwa 100 Millionen Kinder gezwungen, in einer sklavenähnlichen Situation zu arbeiten.

Tipp:

- Hinterfragen Sie Billigangebote im Supermarkt kritisch nach dem Motto: „Wer zahlt dafür?“!
- Kaufen Sie möglichst viel direkt beim Erzeuger und nutzen Sie das große Angebot an Bauernmärkten und Hofläden vor Ort und in der Region.
- Kaufen Sie Überseeprodukte ausschließlich mit Fairtrade Siegel, z.B. in den Weltläden unserer Pfarreien.



Fair einkaufen für ein gutes Gewissen!

Zum Nachlesen:

www.misereor.de, www.food-monitor.de, www.oekoplusfair.de, www.fairlangen.org, www.weltagrabericht.de

FAIRE PREISE: ZUHAUSE UND IN DER WELT

CHEMIE UND GENTECHNIK - UNVERZICHTBAR?

Energieeinsatz: Konventionell erzeugte Lebensmittel benötigen im Vergleich zu Biolebensmitteln fast die doppelte Menge an Energie. Hauptgrund ist der Gebrauch der extrem energieaufwändigen mineralischen Stickstoffdünger. Bei der Tierhaltung schlägt vor allem die Verwendung importierter Futtermittel energetisch stark zu Buche.

Bodenfruchtbarkeit: Durch Wind- und Wassererosion geht in Deutschland pro Jahr und Hektar 20-mal mehr fruchtbarer Boden verloren als neu gebildet wird. Während Intensivlandwirtschaft die Probleme weiter verschärft, können schonende, ökologische Anbaumethoden wesentlich zum Humusaufbau beitragen.

Trinkwasser: Pro Jahr und Hektar werden in Deutschland um die 80 Kilogramm *überschüssiger* Mineraldünger ausgebracht.

Artenvielfalt: Auf ökologisch bewirtschafteten Flächen sind 85% mehr Pflanzenarten, ein Drittel mehr Fledermäuse, 17% mehr Spinnen und 5% mehr Vogelarten anzutreffen.

Wirklich unverzichtbar: 30% des weltweiten landwirtschaftlichen Ertrags hängen ab von der Nutzpflanzenbestäubung durch Bienen und andere Tiere.

0 Prozent: Ökolebensmittel werden ausnahmslos ohne den Einsatz von Gentechnik hergestellt.

Tipp:

- Nutzen Sie die vielen örtlichen Einkaufsmöglichkeiten mit entweder reinem Ökosortiment oder ökologischem Teilsortiment:
- Naturkostladen, Biobauernmarkt Neubiberg, Ottobrunner Bauernmärkte, regionale Öko-Lieferdienste, mehrere Bäckereien und Metzgereien, diverse Ab-Hof-Verkäufe und Hofläden, Reformhäuser, Weltläden
- Auch die Supermärkte führen ein teilweise beachtliches Sortiment an zertifizierten Bioprodukten.



Bio ist mehr Wert!

Zum Nachlesen:

www.biodiversity.de, www.bfeoe.de/aktiv/klimaschutz/stmugv-broschuere-ern-klimaschutz.pdf, www.bioland.de/wissen/starke-argumente.html, „Boden – Quell des Lebens oder wertloser Dreck?“, Hrsg. Ludwig Stocker, Hopffisterei GmbH, München 2012

BIOLOGISCH: IM EINKLANG MIT DER SCHÖPFUNG