

## **Ernährung und ihre Klimarelevanz**

Unsere Ernährung und der damit verbundene Konsum haben nicht nur Auswirkungen auf unseren Körper, sondern auch Einfluss auf andere Menschen, Tiere, Umwelt und Klima. Insgesamt trägt die Ernährung jährlich mit rund 1,75 Tonnen an klimarelevanten Emissionen pro Person zu den Treibhausgasemissionen durch privaten Konsum bei und liegt damit fast in derselben Größenordnung wie bei den Emissionen durch Mobilität in Deutschland (BMU 2018).

Gerade unser Fleischkonsum und der dafür nötige weltweite Sojaanbau für die Tierfütterung sind entscheidend für die Klimabilanz. Aber auch unser mitunter sorglose und wenig wertschätzende Umgang mit Lebensmitteln trägt dazu bei: Beispielsweise werfen wir pro Jahr und pro Kopf in Deutschland ca. 55 kg Lebensmittel weg (BMEL 2018). Besonders fatal ist dabei, dass seit 2016 die Zahl der Menschen auf der Welt steigt, die nicht genug zu essen haben. Der Hunger wächst, obwohl rein rechnerisch so viele Nahrungsmittel erzeugt werden, dass bei einer gerechten Verteilung alle Menschen ernährt werden könnten. Bei all diesen schlechten Nachrichten, gibt es eine gute Nachricht: wer sich bewusster ernährt, betreibt aktiven Klimaschutz. Und bewusste Ernährung bedeutet nicht zwangsläufig dauerhafter Verzicht – also noch eine gute Nachricht! Wir müssen nicht alle streng vegan leben, aber über unser Essen zumindest nachdenken.

Gerade die Fastenzeit bietet die Chance frei zu werden für neue Gedanken und Verhaltensweisen, Neues auszuprobieren. Es gibt unzählige Möglichkeiten. Insbesondere bedachte vegetarische und vegane Ernährungsweisen senken den Ausstoß von Treibhausgasen. Vielleicht lohnt es sich, mit der Familie vegane Rezepte auszuprobieren. Warum aber auch nicht einfach den Fleischkonsum reduzieren und dafür auf Qualität setzen, möglichst Bio oder direkt vom Bauern aus der Region, das fördert die artgerechte Haltung und minimiert die Transportwege.

Regional ist ein gutes Stichwort; vor allem in Zeiten der Coronakrise. Auch wenn wir uns um unsere Versorgung durch Supermärkte nicht wirklich Gedanken machen müssen, so zeigt die Krise doch die Vorteile regionalen Anbaus und Handels. Regional produzierte Produkte sind schneller lieferbar und verfügbar. Warum also nicht regionale Produzenten und Direktvermarkter auch außerhalb der Krise stärker unterstützen. Der Bauer bietet Sicherheit.

Warum nicht einmal das Experiment wagen und eine Woche nach dem Saisonkalender leben. Welche Früchte haben gerade Erntesaison? Alles zu seiner Zeit! Für saisonale Produkte entfallen nicht nur lange Transportwege, sie bedürfen auch keiner energieintensiven Lagerung.

Natürlich ist der Verzicht auf importierte Ware nicht gänzlich möglich. Dennoch können wir als Konsumenten mit dem Kauf von fairen Lebensmitteln die regionale Wirtschaft in den Erzeugerländern unterstützen.

Jeder Einzelne kann durch das Überdenken der eigenen Ernährungs- und Konsumgewohnheiten etwas zur Bewahrung der Schöpfung und zum Klimaschutz beitragen.