

KLIMASCHUTZ BETRIFFT JEDEN

Energiespar-Tipp von Samuel



Als graue Energie wird auch bei Nahrungsmitteln die Energiemenge bezeichnet, die für Herstellung, Transport auf Strasse, über Wasser oder in der Luft, Lagerung vor Verkauf und später die fachgerechte Entsorgung (z.B. von Verpackungsmaterial) benötigt wird.

energiesparen beim Heizen

SO GEHT'S

- ▶ Konsum genau überdenken und nur wirklich Erforderliches kaufen.
- ▶ Regionale Lebensmittel: Wer Nahrungsmittel aus der Region einkauft spart Energie die für den Transport aufgewendet werden müsste.
- ▶ zB bei 1 kg Spargeln aus der Region statt aus Übersee können 5 L Erdöl eingespart werden.
- ▶ Saisonale Lebensmittel wie Obst und Gemüse: So muss nichts energieaufwendig transportiert, gekühlt und gelagert werden.
- ▶ Biologischer Anbau: Keine Pestizide kommen zum Einsatz, weniger Dünger wird verwendet.
- ▶ Fleisch bewusst wertschätzend konsumieren: Die erforderliche Energie für die Aufzucht und Haltung von Tieren ist ca. 3× so hoch wie bei einem vegetarischen Gericht.
- ▶ Produkte meiden, die in unnötiges Verpackungsmaterial eingepackt sind.
- ▶ Unverpackte Lebensmittel: Energie für Herstellung und Entsorgung der Verpackung fällt weg.
- ▶ Food Waste vermeiden: Nur mit Einkaufsliste einkaufen, zuerst aufbrauchen was im Kühlschrank liegt, Haltbarkeitsdaten unter Kontrolle halten.