



© Aktion gegen den Hunger /
Jörg Farys

EINE FRAGE DER VERTEILUNG: LEBENSMITTELVerschwendung UND HUNGER

Bildungsmappe mit vielfältigen Unterrichtsmaterialien zur Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) | Mittel- und Oberstufe

INHALTSVERZEICHNIS

Hinweise für Lehrkräfte: Über diese Bildungsmappe	3
ERKENNEN: Lernziele im Sinne des Globalen Lernens	4
Quiz – 1,2 oder 3?	5
Meine Essgewohnheiten	6
Warum werfen wir weg?	8
Zusammenfassung	10
BEWERTEN: Lernziele im Sinne des Globalen Lernens	10
Der Blick über den Tellerrand: Was isst die Welt?	11
Klimazonen der Welt	13
Hunger trotz Überfluss!	15
Was bedeutet Kolonialismus?	16
Kolonialismus und Globaler Süden: Wie hängt das zusammen?	18
Die Welt steht Kopf	20
Zusammenfassung	22
HANDELN: Lernziele im Sinne des Globalen Lernens	22
Mein Essen & das Klima	23
Klimafreundliche Ernährung	26
Exkurs: Planetary Health Diet + Challenge	29
Verantwortung von (Groß) Konzernen	31
Zusammenfassung	31
ANHANG:	32
Begriffsglossar	32
Weiterführende Infos	35
Lösungen	35

Hinweise für Lehrkräfte

ÜBER DIESE BILDUNGSMAPPE

Themenschwerpunkt dieser Bildungsmappe ist Lebensmittelverschwendung und Hunger.

Die Bildungsmappe hat das Ziel, Globales Lernen im Unterricht zu verankern. Globales Lernen ist eine wichtige Säule der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE), die zum Ziel hat, Menschen dazu zu befähigen, die Zukunft in einer globalisierten Welt aktiv und verantwortungsbewusst mitzugestalten. Eine wichtige Rolle spielt dabei die Frage nach Verwirklichung von Menschenrechten und nach den Bedingungen für globale Gerechtigkeit. Ausgangspunkt des Bildungskonzeptes ist die Erkenntnis, dass Entwicklung keine alleinige Aufgabe der so genannten Entwicklungsländer beziehungsweise des Globalen Südens ist. Vielmehr muss sich auch die Lebensweise in den Industrienationen des Globalen Nordens ändern, um nachhaltig und zukunftsfähig zu sein.

Ziele des Globalen Lernens

- Perspektivwechsel
- Verständnis für Zusammenhänge zwischen der Gegenwart und der kolonialen Vergangenheit
- das Sensibilisieren für Ungerechtigkeiten, Diskriminierung und Rassismus
- das Verändern von eurozentrischen Weltbildern, die unhinterfragt übernommen werden ¹

Nutzung der Bildungsmappe

Die Bildungsmappe ist für die Mittel- und Oberstufe geeignet. Die Schüler*innen erlernen Kompetenzen auf drei Ebenen:

Erkennen (Informationsbeschaffung, Analyse des globalen Wandels, Wissensvermittlung) – **Bewerten** (Perspektivwechsel und Empathie) – **Handeln** (Solidarität und Mitverantwortung, Partizipation und Mitgestaltung)

Die Arbeitsblätter dieser Bildungsmappe sind innerhalb dieser Kompetenzen gegliedert und können deshalb gut in eine Projektwoche eingebunden werden. Es können aber genauso gut einzelne Arbeitsblätter unabhängig verwendet werden. Teilweise sind die Aufgaben mit einem Hinweis für die Einordnung bzw. Anpassung in verschiedenen Altersstufen versehen. Vor der jeweiligen Aufgabe ist der Zeitaufwand angegeben.

Im letzten Teil der Bildungsmappe befindet sich ein Glossar mit relevanten Begriffen inklusive Erklärung. Begriffe, die im Text **orange** markiert sind, können im Glossar nachgeschlagen werden.

¹ aus: Globales Lernen in der Schule – Handreichung für die Zusammenarbeit zwischen Schulen und entwicklungspolitischen Nichtregierungsorganisationen (NROen) zur Implementierung des Globalen Lernens im Berliner Schulalltag; Kontaktstelle für Umwelt und Entwicklung (KATE) e. V.; 1. Auflage 2021

ERKENNEN: AUFGABEN ZUR WISSENSVERMITTLUNG

Lernziele

Du erkennst, dass wir uns in einem ungerechten Ernährungssystem befinden und dass die Gründe dafür u. a. die Globalisierung und Ungleichheit sind.

Leitfragen

- Was hat unser Konsumverhalten und unser Essen mit dem Hunger in der Welt zu tun?
- Was sind meine Essgewohnheiten?
- Was kann ich gegen Lebensmittelverschwendung tun?

Methodik

- Quiz – 1,2 oder 3: Quiz mit Kurzfilm zur Vertiefung
- Meine Essgewohnheiten: Interview zu Essgewohnheiten und Positionsbarometer
- Warum werfen wir weg?: Diskussion über Lebensmittelverschwendung in Kleingruppen

QUIZ – 1,2 ODER 3!

Einstieg ins Thema

Zeitaufwand: 15 Minuten

Auf der Welt leben über 8 Milliarden Menschen. Die Weltlandwirtschaft könnte problemlos 12 Milliarden Menschen ernähren. Trotzdem leiden bis zu 783 Millionen Menschen an Hunger. Das ist ungefähr jede 10. Person! Die Lebensmittelverschwendung vor allem in Ländern des **Globalen Nordens** spielt dabei eine entscheidende Rolle.

Und jetzt Du! Bist Du bereit für ein kleines Quiz? Los geht's!



- 1** Was glaubst Du, wie viele Tonnen Lebensmittel wirft eine Person in Deutschland pro Jahr weg?
 - a) 2 Mio.
 - b) 11 Mio.
 - c) 50 Mio.

- 2** Welche Lebensmittel werden am häufigsten verschwendet?
 - a) Milchprodukte
 - b) Obst und Gemüse
 - c) Brot und Backwaren

- 3** Wo werden die meisten Lebensmittel weggeworfen?
 - a) Auf dem Acker
 - b) Im Handel
 - c) Im privaten Haushalt



Schaut Euch vertiefend das kurze Video von Aktion gegen den Hunger (0:38 min.) zu Lebensmittelverschwendung an.

MEINE ESSGEWOHNHEITEN

Positionsbarometer

Zeitaufwand: 15 Minuten

Markiere auf dem Pfeil mit einem Punkt, wie sehr die Essgewohnheiten auf Dich zutreffen.

Verbinde die Punkte von oben bis unten miteinander und male die rechte Seite orange aus.

Vergleiche die Größe der Fläche mit der Person neben Dir und tauscht Euch über Eure Essgewohnheiten aus.

Überlege Dir, bei welchen Punkten Du Kompromisse eingehen könntest und notiere Dir drei Vorsätze. (Zum Beispiel: Mindestens zweimal in der Woche esse ich Obst).

Ich esse nie Fleisch.	←—————→	Ich esse mehrmals täglich Fleisch und Wurst.
Ich esse jeden Tag Gemüse.	←—————→	Ich esse nie Gemüse.
Ich esse jeden Tag Obst.	←—————→	Ich esse nie Obst.
Ich esse Obst und Gemüse, das Saison hat.	←—————→	Ich achte nicht auf die Saisonalität.
Ich esse nur heimisches Obst und Gemüse.	←—————→	Ich achte nicht darauf, woher die Lebensmittel kommen.
Der Einkauf wird ohne Auto erledigt.	←—————→	Der Einkauf wird mit dem Auto erledigt.
Wir kochen mit frischen Lebensmitteln.	←—————→	Wir kochen mit Tiefkühlwaren und Konserven.

Meine Vorsätze:

MEINE ESSGEWOHNHEITEN

Interview

Zeitaufwand: 15 Minuten

Bildet Zweierteams und interviewt Euch nacheinander.
Notiert Eure Antworten.



Was ist Dein Lieblingsessen?

Was trinkst Du am liebsten? Was trinkst Du am meisten?

Ist Essen für Dich mehr als nur überleben? Wenn ja, was verbindest Du damit noch?

Mit wem isst Du zusammen?

Begleitest Du deine Eltern zum Einkaufen?

Gibt es etwas, das Du nicht isst und wenn ja, warum?

Bereitest du Dein Essen selbst zu?

Hier ist Platz für eine eigene Frage, die Dich interessiert:

Essgewohnheiten von _____

WARUM WERFEN WIR WEG?

Gruppendiskussion

Zeitaufwand: 15–30 Minuten

Findet euch mit 4–5 Personen zusammen und tauscht Euch zu folgenden Fragen aus:

Was wird bei Euch zu Hause am meisten an Lebensmitteln weggeworfen?

Welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede könnt Ihr erkennen?

Was sind Gründe fürs Wegwerfen?

Wie könnt Ihr weniger wegwerfen?

Erzählt der Klasse von Euren Erkenntnissen.



Hausaufgabe:

Suche dir ein Reste-Rezept aus dem Lebensmittel, das am häufigsten wegge-
worfen wird (schau dafür gern im Internet, Kochbüchern oder frage Familien-
mitglieder) und teile es mit der gesamten Klasse.



Zusatzaufgabe:

Erstellt ein Rezeptbuch oder eine Rezepte-Pinnwand mit Rezepten aus Eurer
Klasse. Eine Rezeptvorlage folgt auf der nächsten Seite.

**Unter allen geteilten Rezepteinsendungen verlosen wir jedes Jahr bis zum
6. Dezember unsere tollen T-Shirts für die ganze Klasse.**



Weitere Reste-Rezepte findest Du hier!



Kennst Du das Prinzip Leaf to Root?
Hier findest Du mehr Informationen.

ZUSAMMENFASSUNG

In diesem Abschnitt hast Du Dich mit den Essgewohnheiten bei uns im Globalen Norden auseinandergesetzt. Einerseits hungern Menschen und andererseits werfen wir viel zu viele Lebensmittel weg. Ein Grund dafür ist die ungleiche Verteilung von Lebensmitteln. Denn es gäbe genug Essen, um alle Menschen zu ernähren. Die Probleme liegen in der Lebensmittelverschwendung vor allem in Ländern des **Globalen Nordens**.

Im nächsten Abschnitt schauen wir uns die Ernährungssituation auf dem Rest der Welt an.

Los geht´s!

BEWERTEN: AUFGABEN FÜR EINEN PERSPEKTIVWECHSEL

Lernziele

Du kannst bewerten, dass unser aktuelles Ernährungssystem nicht gerecht ist und **Gründe** nennen. Und du erkennst, dass die Kolonialgeschichte mitverantwortlich für die globale Ungleichheit ist.

Leitfragen

- Warum ist unser aktuelles Ernährungssystem ungerecht?
- Wie können wir unsere eurozentrische Perspektive reflektieren?
- Was hat die Kolonialgeschichte mit dem Hunger in der Welt zu tun?

Methodik

- Was isst die Welt?: Bildbeschreibungen und Diskussion (optional)
- Klimazonen der Welt: Klimazonen mithilfe von Weltkarten reflektieren
- Hunger trotz Überfluss: Reflexion der Unterschiede, inkl. Vertiefung durch Kurzfilm
- Was bedeutet Kolonialismus?: Dekolonisiert denken und sprechen und Auswirkungen der Kolonialgeschichte am Beispiel Namibia
- Kolonialismus & Globaler Süden: Kartenanalyse und Reflexion der eigenen Privilegien
- Die Welt steht Kopf: Reflexion von (un)bekannten Weltkarten

WAS ISST DIE WELT?

Bildbeschreibungen

Zeitaufwand: 30–40 Minuten

Schauen wir uns zum Vergleich die Essgewohnheiten in anderen Teilen der Welt an. Was wird auf der Welt gegessen?

Der Fotograf Peter Menzel hat Familien weltweit fotografiert und dokumentiert, was sie innerhalb von einer Woche essen.

Schau Dir die folgenden Fotos an und beschreibe, was Du siehst. Vergleiche, was die Menschen weltweit essen und wie viel.



North Carolina (USA)



Darfur (Sudan)



El Tingo (Ecuador)



Peking (China)



Zur Einordnung der Fotos:

Die Fotos bilden nur eine Familie aus dem jeweiligen Land ab. Das bedeutet nicht, dass alle dort dieselben Essgewohnheiten haben. Beispielsweise kann es starke Unterschiede geben, wenn die Menschen in ländlichen Regionen im Vergleich zu Großstädten leben. Auch unterscheiden sich natürlich die Vorlieben und Geschmäcker. Essgewohnheiten entstehen außerdem durch Migrationsbewegungen. Bevor die Länder kolonialisiert wurden, besaßen sie eigene Nutzpflanzen. Die ehemaligen Kolonialherrschaften haben sie aber oftmals gezwungen, andere Lebensmittel anzubauen (so zum Beispiel Weizen in Somalia, da Somalia eine ehemalige italienische Kolonie war). Die Einflüsse reichen bis in die heutige Zeit. Mehr zum Thema Kolonialismus erfährst Du im weiteren Verlauf der Bildungsmappe.

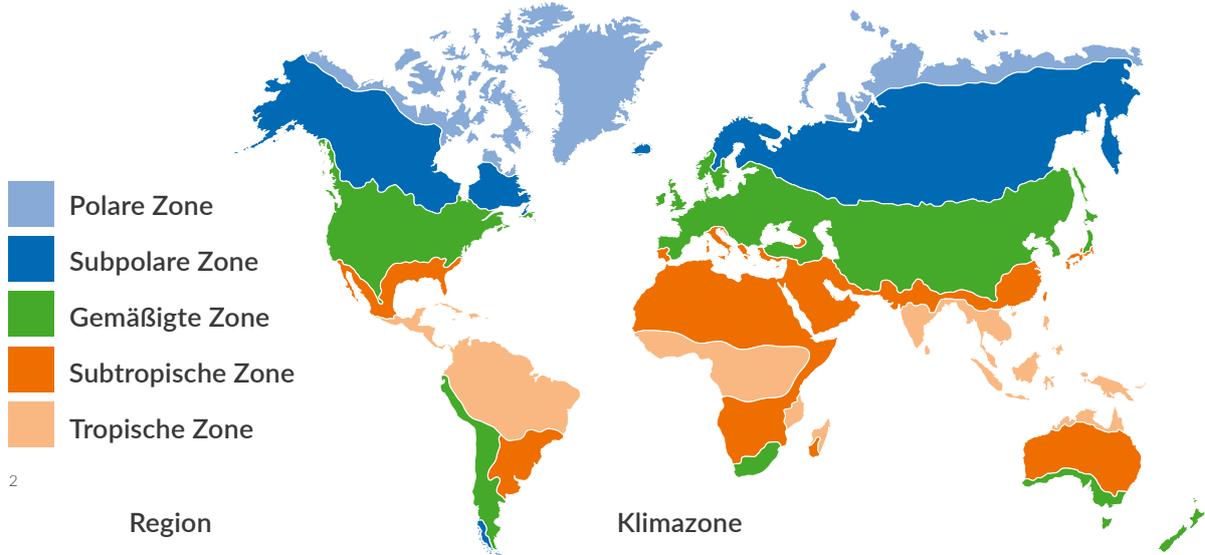
KLIMAZONEN DER WELT

Klimazonen zuordnen

Zeitaufwand: 15 Minuten



Schau Dir die Weltkarte und ihre **Klimazonen** an. Markiere die Orte North Carolina, El Tingo (Ecuador), Darfur und Peking und ordne sie den Klimazonen zu. Nutze dazu gern Deinen Atlas oder eine Online-Karte.



2

Region	Klimazone
North Carolina	_____
El Tingo	_____
Darfur	_____
Peking	_____

Jede Klimazone weist bestimmte Eigenschaften auf, die auch für den Anbau bestimmter Produkte wichtig ist. In der Tabelle unten findest Du die Infos zu jeder Klimazone!



Die Klimakrise beeinflusst die Klimazonen, diese werden sich in Zukunft verschieben! Pro Grad Temperaturerhöhung wandern die Grenzen der Klimazonen etwa 200 Kilometer polwärts.³ Das hat Auswirkungen auf Pflanzen, Tiere, Menschen und natürlich auch die Landwirtschaft.

2 © Aktion gegen den Hunger

3 Klimawandel und Verschiebung der Vegetationszonen; Dieter Gerten: https://www.klima-warnsignale.uni-hamburg.de/wp-content/uploads/pdf/de/gesundheitsrisiken/warnsignal_klima-gesundheitsrisiken-kapitel-2_8.pdf

KLIMAZONEN DER WELT

Klimazone	Charakteristika
Polare Zone	sehr kühle und kurze Sommer, lange und sehr kalte Winter, jährlicher maximaler Niederschlag 25 cm
Subpolare (kalte) Zone	warme bis kühle Sommer, kalte Winter, Niederschläge über das ganze Jahr verteilt
Gemäßigte Zone	warme Sommer und kühle Winter, ganzjährig Niederschläge, typische vier Jahreszeiten
Subtropische (trockene) Zone	sehr heiße und trockene Sommer, in der Wüste fast keine Niederschläge
Tropische Zone	ganzjährig heiß und feucht, durchschnittliche Höchsttemperatur von 32 °C, durchschnittliche Mindesttemperatur von 22 °C, Tageszeitenklima

4

Reflexion der Klimazonen

Zeitaufwand: 15 Minuten

Wie hängen die Klimazonen mit dem Essen in den vier Orten zusammen?
Notiere deine Gedanken.

HUNGER TROTZ ÜBERFLUSS!

Austausch zu Ursachen von Hunger

Zeitaufwand: 10 Minuten

Du hast bereits gelernt, dass ungefähr jede 10. Person auf der Welt an Hunger leidet. Rein rechnerisch gibt es aber genügend Lebensmittel für alle Menschen auf der Welt. Woran könnte es liegen, dass so viele Menschen hungern?

Tausche Dich mit der Person neben Dir aus. Notiert Eure Ergebnisse.

Blick in die Vergangenheit

Zeitaufwand: 15–25 Minuten

Wie kommt es, dass manche Länder reicher als andere sind?

Um diese Frage zu beantworten, müssen wir in die Vergangenheit reisen ...
Werfen wir einen Blick auf den Kolonialismus und seine Folgen (2 min.).



Schau Dir dieses Video zum Kolonialismus an.

Notiert Euch, was Ihr im Film gesehen habt.
Besprecht den Kurzfilm in Euer Klasse.



Reflexion

Welche Rolle könnten die folgenden Gründe spielen?

- Große Unterschiede zwischen reicheren und ärmeren Ländern
- Regionale Unterschiede beim Klima, Wasser und Boden
- Versorgungsschwierigkeiten durch Krisen und Kriege

WAS BEDEUTET KOLONIALISMUS?



Geschichte des Kolonialismus

Zeitaufwand: 5 Minuten

Lies Dir den Text zum Kolonialismus durch.

Vor mehr als 500 Jahren haben Europäer*innen in größerem Umfang begonnen, die Welt zu bereisen. Auf der Suche nach neuen Lebensgrundlagen, Bodenschätzen und Rohstoffen sind schon früh Kolonien entstanden. Auswandernde Menschen haben sich in kleineren Gruppen an neuen Orten niedergelassen. Aber dabei sind die Menschen nicht nur in unbewohnte Gebiete gereist, sondern auch dorthin, wo bereits Menschen lebten.

Kolonialismus meint grundsätzlich die so genannte Eroberung anderer Länder. Eroberung klingt oft nach einer Geschichte, auf die man stolz sein kann und noch immer wird sie oft auch so erzählt. Tatsächlich bedeutet Kolonialismus das Überfallen der Länder, das Vertreiben oder Ermorden der Bevölkerung, das Unterdrücken und Ausbeuten von Menschen und die gewaltvolle Übernahme von Macht und Herrschaft, nach dem Motto: „Das gehört jetzt uns!“

Menschen aus Europa wollten ihre Macht erweitern und haben dafür das Land und den Besitz der Menschen in anderen Ländern gewaltvoll an sich genommen. Sie haben die Länder um ihre wertvollen Rohstoffe und Kulturgüter beraubt und den Menschen damit nicht nur ihr Eigentum, sondern auch ihr Recht auf Leben und Freiheit genommen.

Auch die „Entdeckung“ Amerikas im Jahr 1492, als die wohl bekannteste Geschichte des Kolonialismus, war keine Entdeckung, da das Land bereits bewohnt war und Menschen dort nach eigener Kultur lebten.

Kolumbus hat Amerika also gar nicht „entdeckt“.

Übung: Dekolonialisiert denken und sprechen

Zeitaufwand: 10 Minuten

Findet andere Begriffe anstelle von Entdeckung, die eher zu dem passen, was Kolumbus in Amerika gemacht hat und notiert sie Euch. Diskutiert die Begriffe in der Klasse!

KOLONIALISMUS & GLOBALER SÜDEN

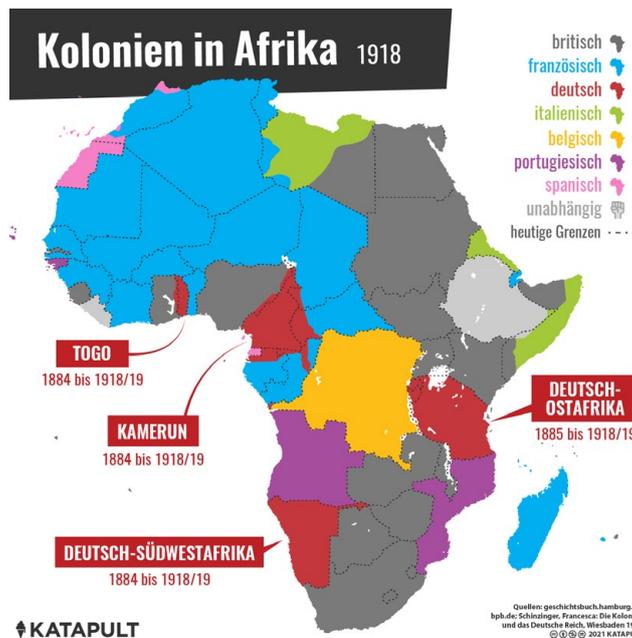
Zuordnung ehemaliger Kolonialmächte

Zeitaufwand: 10 Minuten

Schau Dir die Karte der ehemaligen Kolonialmächte auf dem afrikanischen Kontinent an und trage die früheren und heutigen Ländernamen und jeweils eine der sieben ehemaligen Kolonialmächte in die Tabelle ein. Nutze dafür gern das Internet oder einen Atlas zur Hilfe.



Bezeichnung des Landes früher	Bezeichnung des Landes heute	Ehemaliges Herrschaftsgebiet von...
Togo	Togo	Deutschland
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____



5

5 Kapapult Magazin 2021: https://katapult-magazin.de/de/karten/artikel/wie-geschaeftsleute-den-kolonialismus-ermoglichten-und-heute-noch-davon-profitieren/artikel_olivia_kolonialismus_1.png

DIE WELT STEHT KOPF

Reflexion von Weltbildern

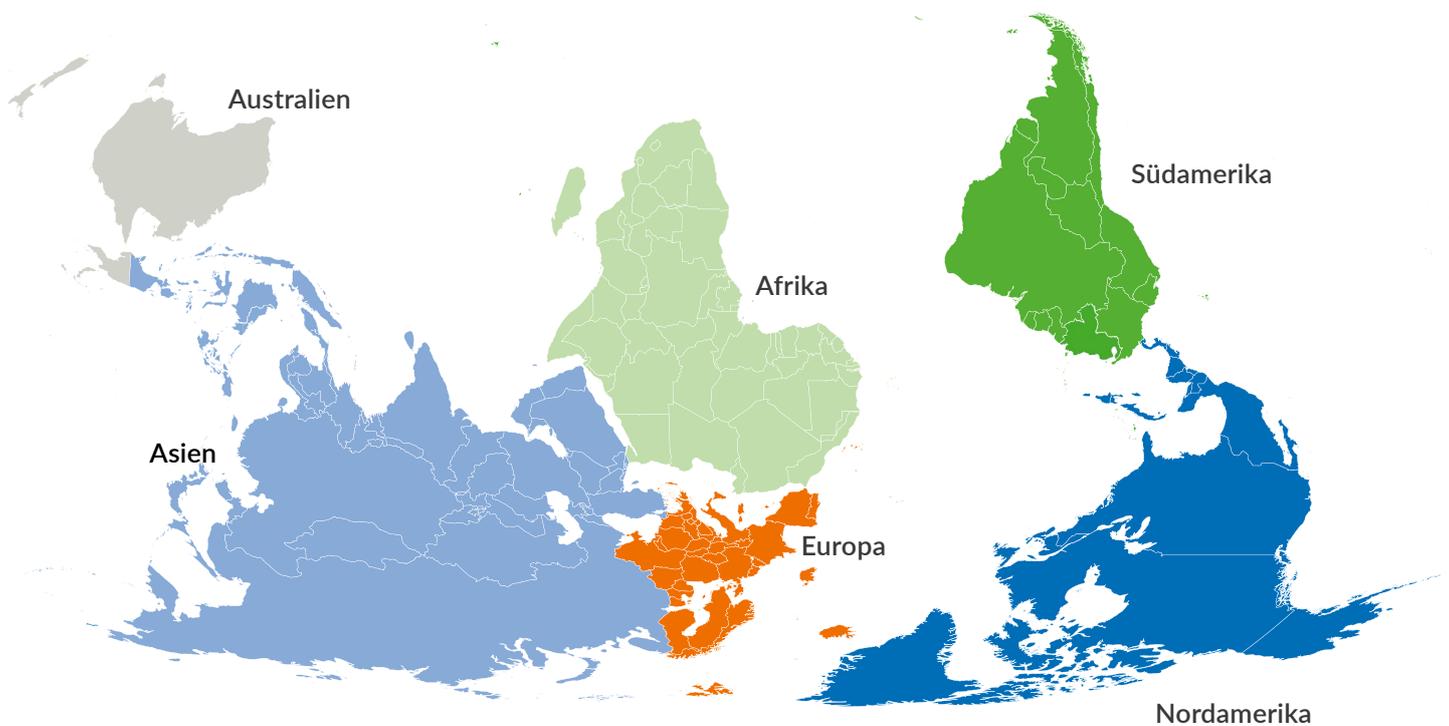
Zeitaufwand: 15–20 Minuten

Wie prägt die Vergangenheit unsere Gegenwart? Seid Ihr bereit für ein Experiment? Wie wäre es, wenn wir die bestehenden Verhältnisse einmal auf den Kopf stellen? Die üblichen Weltkarten kennt Ihr bereits, aber wie sieht es mit einer Weltkarte aus, bei der Afrika im Zentrum steht?



Eurozentrisches Weltbild – Was bedeutet das?

In Deutschland blicken wir mit einer europäischen Perspektive auf die Weltgeschichte. Deshalb halten wir unsere Werte und Blickwinkel oft für die einzig richtigen, was nicht der Wahrheit entspricht.



7

DIE WELT STEHT KOPF



Tauscht Euch mit der Person neben Euch aus und notiert Eure Gedanken zur Karte.



Sprache schafft Wirklichkeit.

Unsere Sprache ist von rassistischen Inhalten und Bildern geprägt. Sie wird noch viel zu oft unkritisch genutzt. Beispielsweise sprechen viele Menschen von Afrika, als wäre es ein Land. Afrika ist ein vielseitiger Kontinent mit mehr als 1,4 Milliarden Menschen, 54 Ländern und über 2.000 Sprachen. Zum Glück gibt es viele kluge Menschen, die diese Stereotypen aufbrechen möchten.

Beispiele für inspirierende Personen:

- Tupoka Ogette
- Alice Hasters
- Buch: Afrika ist kein Land von Dipo Faloyin
- Weitere Empfehlungen findet Ihr in dieser Übersicht von Amnesty International:



ZUSAMMENFASSUNG

Hunger ist kein Problem von Nahrungsknappheit, sondern ein Problem der Verteilung. Das Problem liegt in den Strukturen des Ernährungssystems, der globalen Handelsbeziehungen und Produktionsbedingungen. Wir haben gelernt, dass viele Ungerechtigkeiten auf die Vergangenheit zurückzuführen sind (Kolonialismus). Diese Strukturen bringen Armut, Kriege und Konflikte, Diskriminierungen und ökologische Krisen hervor oder verstärken diese. Das wiederum führt zu Hunger. Auch White Saviorism (siehe Infobox) erhält ein kolonialistisches und rassistisches Bild aufrecht.

Angesichts dessen fühlt man sich schnell machtlos. Tatsächlich aber könnt Ihr schon als Einzelne etwas bewirken. Zunächst einmal ist es wichtig, das eigene Wissen weiterzugeben. Erzählt euren Eltern, euren Freund*innen oder euren Geschwistern, was Ihr über Hunger und Mangelernährung im globalen Kontext gelernt habt. Auch im Alltag könnt Ihr durch individuelle Entscheidungen schon einen Beitrag dazu leisten, Lebensmittelverschwendung und Hunger zu bekämpfen. Das tut Ihr zum Beispiel, indem Ihr Lebensmittelverschwendung vermeidet oder Euch klimafreundlicher ernährt. Auch öffentlichkeitswirksame Arbeit kann dazugehören. Wie Ihr ins Handeln kommen könnt, lernt Ihr im nächsten Schritt!

HANDELN: AUFGABEN ZUR MITGESTALTUNG

Lernziele

Ihr fühlt euch nicht ohnmächtig, sondern erlangt Handlungskompetenz und werdet mündige und kritische Konsument*innen. Mithilfe Eures globalen Wissens könnt Ihr lokal ins Handeln kommen.

Leitfragen

- Was kannst Du in Deinem Alltag für eine gerechtere Welt tun?
- Was ist wichtig, um gut (für den Planeten) zu essen?
- Was für ein System brauchen wir, um eine gerechtere Welt zu erschaffen?

Methodik

- Mein Essen und das Klima: Vergleich von Klimabilanzen
- Hausaufgabe: Challenge zu Regionalität & Saisonalität
- Klimafreundliche Ernährung: Entweder Oder-Spiel und Erstellung eines Ideeboards und einer Einkaufsliste
- Exkurs: Planetary Health Diet
- Aufruf zu eigenen Ideen

MEIN ESSEN & DAS KLIMA

Einstieg ins Thema

Zeitaufwand: 5 Minuten

Lies dir den Infokasten durch, um zu erfahren, wie die Ernährung mit der Klimakrise zusammenhängt.



Die Ernährung hat einen großen Einfluss auf die Klimakrise. Die Verschwendung von Lebensmitteln trägt in hohem Maße zur Klimakrise und zu vielen weiteren Umweltbelastungen bei. Auch die Herstellung von Lebensmitteln kann das Klima stark belasten, vor allem bei Produkten, die von weit herkommen. Für die Lebensmittelproduktion wird **sehr viel landwirtschaftliche Fläche** gebraucht. Es folgen die Verarbeitung bei Lebensmittelunternehmen, der **Verkauf** und die **Verarbeitung**. Zwischen diesen Schritten können **lange Transportwege** liegen. Bei allen Schritten wird Energie benötigt. Das führt dazu, dass viele Treibhausgase ausgestoßen werden. Außerdem werden neben Ackerflächen für Lebensmittel auch viele Flächen für den Anbau von Tierfutter genutzt, nämlich **mehr als 70 Prozent der landwirtschaftlichen Flächen der Europäischen Union**. Auf diesen Flächen wird viel Mais angebaut, der als Futter für Schweine, Rinder und Geflügel dient. Zusätzlich zu dem großen Flächenverbrauch kommt das Problem der Massentierhaltung, die die Klimakrise verschlimmert.⁸

Welche Treibhausgase entstehen eigentlich beim Essen?

- Kohlendioxid CO₂ durch den Energieverbrauch bei Anbau, Verarbeitung, Lagerung, Transport und Zubereitung
- Methan CH₄ durch Rinderhaltung und Düngen
- Lachgas N₂O durch Düngen
- Methan wirkt in der Atmosphäre 21-mal und Lachgas 310-mal so klimaschädlich wie CO₂.⁹

Klimabilanzen von Tomatenprodukten

Zeitaufwand: 15 Minuten

Vergleiche die Klimabilanzen von unterschiedlichen Tomatenprodukten anhand der Tabelle unten. Was fällt Euch auf?

8 Folgen der Agrar-Subventionen: Tierfutter-Anbau auf 70 Prozent der Fläche; greenpeace: <https://www.greenpeace.de/biodiversitaet/landwirtschaft/oekologische-landwirtschaft/weggefutert>

9 Ein Teller voller Klima; Unabhängiges Institut für Umweltfragen (UfU) https://www.ufu.de/wp-content/uploads/2017/07/EinTellerVollerKlima_2015.pdf S.4

MEIN ESSEN & DAS KLIMA

Lebensmittel	CO ₂ -Fußabdruck [kg CO ₂ -Äq. / kg Lebensmittel]
Tomaten, frisch, Durchschnitt	0,8
Tomaten, aus Deutschland, saisonal	0,3
Tomaten, aus Südeuropa, Freiland	0,4
Tomaten (Bio), frisch	1,1
Tomaten, Kirschtomaten	0,9
Tomaten, aus Deutschland, beheiztes Gewächshaus, „Winter-Tomate“	2,9
Tomaten, passiert, Verbundkarton	1,6
Tomaten, passiert, Dose	1,8
Tomaten, passiert, Glas	1,9
Tomatenmark	4,3

10

Einen großen Vorteil haben deswegen heimische Lebensmittel: Sie haben kürzere Transportwege. Bereit für eine Challenge? Los geht's!

Hausaufgabe: Challenge zu Saisonalität & Regionalität

Führt einen Regional- und Saisonaltag ein: Alle Schüler*innen bringen ein Obst oder Gemüse (oder ein Foto davon) mit, das gerade Saison hat und gibt Informationen zu:

- Wann hat das Lebensmittel Saison?
- Wie kann es verzehrt werden (roh, gekocht, gebraten)?
- Teile ein Rezept mit Deinen Mitschüler*innen



Wann welches Lebensmittel Saison hat, kannst Du im Saisonkalender von utopia nachschauen! Ihr könnt Euch den Saisonkalender auch ausdrucken und in Eurem Klassenzimmer aufhängen.

10

Siehe Übersicht des Instituts für Energie- und Umweltforschung Heidelberg

<https://www.ifeu.de/fileadmin/uploads/Reinhardt-Gaertner-Wagner-2020-Oekologische-Fu%C3%9F-abdrucke-von-Lebensmitteln-und-Gerichten-in-Deutschland-ifeu-2020.pdf>

MEIN ESSEN & DAS KLIMA



Reflexion

Welches Essen ist gut fürs Klima? (Studie von National Geographic)

Platz 1: Karotten und Weißkohl

Der erste Platz der klimafreundlichsten Lebensmittel geht an Karotte und Weißkohl. Frisch und unverpackt haben sie den niedrigsten CO₂-Fußabdruck von allen 200 untersuchten Lebensmitteln: Bei der Produktion von einem Kilo Gemüse entstehen 0,1 kg CO₂.

Platz 2: Weitere Obst- und Gemüsesorten

Auch viele andere heimische Obst- und Gemüsesorten sind klimafreundlich. Ob Apfel oder Erdbeere, Brokkoli oder Lauch, Zucchini oder Spinat, Kartoffeln oder Kürbis: Frisch haben alle einen CO₂-Fußabdruck von höchstens 0,3 Kilo. Auch Blattsalat und Rucola gehören dazu.

Platz 3: Milchersatzdrinks

Bei der Herstellung von Pflanzenmilch aus Hafer oder Dinkel oder Mandeln (0,3 kg CO₂) wird deutlich weniger CO₂ freigesetzt als bei der Produktion von Kuhmilch (durchschnittlich 1,5 kg). Achtung bei der Mandelmilch: Der Herstellung verschlingt oft Unmengen an zusätzlichem Wasser, da Mandeln meist in ohnehin trockenen Regionen wie Kalifornien angebaut werden.

Platz 4: Brot und Getreideprodukte

Mit 0,6 kg CO₂ zählt auch Brot zu den klimafreundlichen Lebensmitteln. Gleiches gilt für andere Getreideprodukte wie Nudeln oder Bulgur.

Platz 5: Pflanzliche Proteinquellen

Soja, Linsen oder Nüsse zählen zu beliebtesten pflanzlichen Proteinlieferanten. In der Klimabilanz sind sie tierischen Produkten weit überlegen. Bei der Produktion von getrockneten Linsen fallen pro Kilo beispielsweise 1,3 Kilo CO₂ an, bei Erdnüssen nur 0,8 Kilo.¹¹

Tomaten im Winter

Auch wenn sie aus Deutschland stammen, belasten Tomaten im Winter das Klima stark. Der CO₂-Fußabdruck liegt dann bei 2,9 kg CO₂-Äquivalent. Der Grund: Die Tomaten werden in der Regel in Treibhäusern gezüchtet, für die ein hoher Energieaufwand beim Beheizen nötig ist. Viel besser sind saisonale Tomaten aus Deutschland mit einem CO₂-Äquivalent von 0,3 kg. Auch Tomatenmark hat übrigens einen großen CO₂-Fußabdruck von 4,3 kg CO₂-Äquivalent.¹³ Wann Tomaten bei uns Saison haben, kannst Du im Saisonkalender nachschauen!

- 11 Studie: Das sind die umweltfreundlichsten Lebensmittel; National Geographic: <https://www.nationalgeographic.de/umwelt/2022/03/studie-das-sind-die-umweltfreundlichsten-lebensmittel>
- 12 Erdbeeren, Tomaten, Käse, Fleisch: So klimaschädlich sind Lebensmittel im Vergleich; utopia: <https://utopia.de/klimabilanz-lebensmittel-vergleich-188338/>

KLIMAFREUNDLICHE ERNÄHRUNG

Entweder oder?

Zeitaufwand: 10 Minuten

Welches Lebensmittel ist klimafreundlicher? Warum? Notiere mögliche Gründe.

- Ananas, per Flug oder frische „Winter“ Erdbeeren?
- Kuhmilch oder Haferdrink?
- Butter oder Eier?



Für diese Aufgabe könnt Ihr auch gerne alle aufstehen und Euch jeweils für eine Ecke im Klassenzimmer entscheiden (z. B. rechts: Ananas, links „Winter“ Erdbeeren).

Hausaufgabe

Denke Dir drei weitere Lebensmittelpaare aus und befrage Deine Klasse! Recherchiere dazu gern im Internet!



Wusstest Du, dass ... ?

Klimakiller Nummer 1 ist Butter!

Bei einem Kilogramm Butter entstehen fast 24 kg CO₂-Äquivalente. Ein Kilogramm Butter enthält außerdem 18 Liter Milch. Für viel Milch braucht man viele Kühe. Kühe produzieren beim Verdauen jede Menge extrem schädliches Methan. Methan wirkt 21-mal schädlicher als CO₂. Außerdem ist die Herstellung von Butter durch Verpackung, Transport und energieintensive Kühlketten sehr aufwendig. Im Vergleich: Ein Kilogramm Margarine hat lediglich 1,35 kg CO₂-Äquivalent.

Auch Rindfleisch ist mit 13 kg CO₂- Äquivalente sehr klimaschädlich.¹³

KLIMAFREUNDLICHE ERNÄHRUNG

Klimafreundlich einkaufen

Zeitaufwand: 30 Minuten

Erstelle eine Einkaufsliste aus den klimafreundlichen Lebensmitteln! Schau Dir dazu gern die Klimabilanzen von verschiedenen Lebensmitteln an.



EINKAUFSZETTEL

Obst und Gemüse

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Trockenprodukte

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

EXKURS: PLANETARY HEALTH DIET

Challenge: Planetary Health Diet (ab Klassenstufe 9)



Zeitaufwand: 1 Tag oder eine Woche

Versuche, Dich einen Tag oder eine Woche nach der Planetary Health Diet zu ernähren. Wie das aussehen kann, siehst Du in der Tabelle. Führe ein Ernährungstagebuch und teile Deine Erfahrungen in der Klasse!

Ihr habt bereits gelernt, dass wir dringend eine Ernährungswende brauchen!

Die globale Lebensmittelproduktion hat großen Einfluss auf die Zerstörung der Umwelt, die Klimakrise und die Überschreitung der **planetaren Grenzen**.

Aus diesem Grund hat sich eine Gruppe internationaler Wissenschaftler*innen zusammengetan und einen Plan ausgearbeitet, der die Gesundheit des Menschen und des Planeten schützen kann: Die Planetary Health Diet. Sie wird auch der Speiseplan der Zukunft genannt!



Wusstest Du, dass ... ?

Die Lebensmittelproduktion ist verantwortlich für bis zu 30 Prozent der Treibhausgasemissionen und 70 Prozent des Frischwasserverbrauchs. Ohne geeignete Maßnahmen können die **Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen (UN)** und das Pariser (Klima-)Abkommen nicht eingehalten werden.

Gleichzeitig leidet die Menschheit an den Folgen von Fehlernährung: Während weltweit bis zu 783 Millionen Menschen hungern, sind über zwei Milliarden Menschen übergewichtig.¹⁴

14 Planetary Health Diet: Strategie für eine gesunde und nachhaltige Ernährung; Bundeszentrum für Ernährung:
<https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/lagern-kochen-essen-teilen/planetary-health-diet/>

EXKURS: PLANETARY HEALTH DIET

Lebensmittelgruppe	Empfohlene Menge pro Tag in Gramm (in Klammern: mögliche Spannweiten)
Kohlenhydrate	
Vollkorngetreide	232
Stärkehaltiges Gemüse (Kartoffeln, Maniok)	50 (0-100)
Gemüse	300 (200-600)
Obst	200 (100-300)
Proteinquellen	
Rind-, Lamm- oder Schweinefleisch	14 (0-28)
Geflügel	29 (0-58)
Eier	13 (0-25)
Fisch	28 (0-100)
Hülsenfrüchte	75 (0-100)
Nüsse	50 (0-75)
Milchprodukte (Vollmilch oder aus dieser Menge hergestellte Produkte)	250 (0-500)
Fette	
Ungesättigte Fette (Oliven-, Raps-, Sonnenblumen-, Soja-, Erdnuss-, Traubenkernöl)	40 (20-80)
Gesättigte Fette (Palmöl, Schmalz, Talg)	11,8 (0-11,8)
Zugesetzter Zucker	
Alle Süßungsmittel	31 (0-31)

Quelle: EAT-Lancet-Kommission



Reflexion

Du kannst die Planetary Health Diet zum Anlass nehmen, Dich bewusst klimafreundlich zu ernähren und z.B. mehr Hülsenfrüchte in Deinen Speiseplan aufnehmen. Dazu ist es nicht zwingend notwendig, alles haargenau abzuwiegen. Vielmehr soll es darum gehen, auf eine gesunde Art (für Dich und den Planeten) satt zu werden.

VERANTWORTUNG VON KONZERNEN

Kritische Reflexion der Wirtschaftsweise

Zeitaufwand: 30 Minuten



Politische Non-Profit-Organisationen wie zum Beispiel Greenpeace, aber auch zahlreiche andere Bewegungen setzen sich seit Jahrzehnten mit Kampagnen für den Umweltschutz ein und kritisieren die Wirtschaftsweise großer Konzerne.

Aber was ist das Problem an multinationalen Lebensmittelgroßkonzernen?

Leider stellen sie ihre wirtschaftlichen Interessen oft über Menschenrechte und Umweltschutz. So befindet sich beispielsweise in vielen Produkten Palmöl. Ölpalmen werden auf sehr großen Flächen angebaut. Dies nennt man **Monokultur**. Um Platz für die Ölpalmen zu schaffen, wird Regenwald abgeholzt. Viele Tiere, wie zum Beispiel Orang-Utans, verlieren dadurch ihren Lebensraum.

Recherchiere, welche Lebensmittelgroßkonzerne es gibt. Stelle einen Großkonzern und dessen Wirtschaftsweise vor. Was kritisierst Du?



Reflexion

Generell gilt:

Teilt das Gelernte mit anderen. Wie wäre es, wenn Ihr einen Flyer gestaltet, in dem Ihr erfasst, wie Kolonialismus mit Hunger zusammenhängt und ihn an Eltern und Nachbar*innen verteilt. Ihr könnt auch eigene Ideen sammeln, wie Menschen sich mehr für Gerechtigkeit einsetzen können!

Oder Ihr gestaltet einen Vortrag für die Parallelklasse mit einem Thema aus der Bildungsmappe! Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

ZUSAMMENFASSUNG

Der letzte Teil der Bildungsmappe hat Dir gezeigt, dass jede*r einzelne Person von uns – trotz eines ungerechten Systems – ins Handeln kommen kann. Sei es mit Konsumententscheidungen oder der Weitergabe von Wissen an andere Menschen. Schon allein ein Bewusstsein zu schaffen und in den täglichen Konsumententscheidungen zu wissen, was hinter den Produkten steckt, kann großen Einfluss haben!

Wenn Ihr mehr über unsere Arbeit erfahren möchtet, folgt uns doch auf Instagram @laufgegendenhunger!

ANHANG

BEGRIFFSGLOSSAR

<p>Globaler Norden</p>	<p>GLOBALER NORDEN</p>  <p>GLOBALER SÜDEN</p> <p>15</p> <p>Der Globale Norden befindet sich in einer privilegierten Position bezüglich Wohlstand, politischer Freiheit und wirtschaftlicher Entwicklung. Der Globale Norden besteht mehrheitlich aus ehemaligen Kolonialmächten, deren Wohlstand auf der Ausbeutung der ehemaligen Kolonien beruht.</p>
<p>Globaler Süden</p>	<p>Der Globale Süden ist eine politisch, wirtschaftlich und gesellschaftlich benachteiligte Region oder ein Land mit Kolonialvergangenheit.</p> <p>Die Bezeichnung löst Begriffe wie Entwicklungsländer, Schwellenländer und den früher häufig verwendeten Begriff „Dritte Welt“ ab. Diese Begriffe sollten nicht mehr verwendet werden. Grund hierfür ist der westliche und eurozentrische Standpunkt, diese Länder müssten sich erst noch entwickeln.</p>
<p>Klimazonen</p>	<p>Klimazonen sind sehr große Gebiete der Erde, in denen das Klima relativ gleich ist. Es gibt fünf Klimazonen.</p>

<p>Mangelernährung</p>	<p>Mangelernährung ist die weltweit größte Bedrohung für das Überleben von Kindern.</p> <p>Akute Mangelernährung tritt ein, wenn dem Körper nicht genug Nahrung zugeführt wird und er seine Energiereserven verbraucht.</p> <p>Chronische oder auch dauerhafte Mangelernährung führt dazu, dass Kinder sich nicht ihrem Alter entsprechend entwickeln und Folgeschäden davontragen können. Dies kann sowohl die Entwicklung des Gehirns als auch die des Körpers betreffen. Zudem ist die Gefahr der Kindersterblichkeit erhöht. Für die betroffenen Gesellschaften bedeutet dies, u. a. dass die wirtschaftliche Produktivität gehemmt wird. Sie sind gefangen in einem Kreislauf aus Hunger und Armut.¹⁶</p>
<p>Klimakrise</p>	<p>Die Klimakrise beschreibt die langfristigen Veränderungen von Faktoren wie der Temperatur, des Niederschlages und der Meeresströmungen.</p> <p>Diese Veränderungen wurden in den vergangenen Jahrzehnten durch zahlreiche Studien und Beobachtungen weltweit nachgewiesen. Dabei sind die langfristigen Trends entscheidend. Das bedeutet, dass es auch bei einem langfristigen Erwärmungstrend immer wieder Ausreißer nach oben oder unten geben wird.¹⁷</p>

16 Was ist Mangelernährung; Aktion gegen den Hunger:
<https://www.aktiongegendenhunger.de/hunger/was-ist-mangelernaehrung>

17 Klimawandel: Die größte Bedrohung für unseren Planeten; WWF:
<https://www.wwf.de/themen-projekte/klimaschutz/klimawandel>

Nachhaltigkeitsziele der Vereinten
Nationen (UN)



18

<p>Planetare (Belastbarkeits-)Grenzen</p>	<p>Der Begriff stammt aus einem Fachartikel von 30 Wissenschaftler*innen aus dem Jahr 2009 und beschreibt die ökologische Tragfähigkeit der Erde; die Klimakrise tritt in Wechselwirkung mit anderen Veränderungen (u.a. Süßwassernutzung, Intaktheit der Biosphäre, Landnutzungswandel). Weiterführende Informationen unter: https://www.bmuv.de/themen/nachhaltigkeit-digitalisierung/nachhaltigkeit/integriertes-umweltprogramm-2030/planetare-belastbarkeitsgrenzen</p> <p>Als planetare Grenzen (planetary boundaries) werden die ökologischen Belastungsgrenzen der Erde bezeichnet. Ein Überschreiten dieser Grenzen gefährdet die Stabilität des Ökosystems und die Lebensgrundlagen für Mensch und Tier.¹⁹</p>
<p>Monokultur</p>	<p>Die konzentrierte Anpflanzung einer einzigen Pflanzenart auf einer bestimmten Fläche.</p>

19 Planetary Health Diet: Strategie für eine gesunde und nachhaltige Ernährung; Bundeszentrum für Ernährung:
<https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/lagern-kochen-essen-teilen/planetary-health-diet/>

WEITERFÜHRENDE INFOS

Teste Deinen ökologischen Fußabdruck mit Brot für die Welt.

<https://www.fussabdruck.de/>

Aktionswoche Deutschland rettet Lebensmittel des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft. <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/aktionswoche-lebensmittelverschwendung.html>



LÖSUNGEN

QUIZ – 1,2 ODER 3

1B

Quelle: <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Umwelt/Abfallwirtschaft/Tabellen/lebensmittelabfaelle.html#fussnote-1-615778>

2B

Quelle: <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/gfk-studie.html>

3C

Quelle: <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/studie-lebensmittelabfaelle-deutschland.html>

DER BLICK ÜBER DEN TELLERRAND – WAS ISST DIE WELT?

Mögliche Bildbeschreibungen:

North Carolina (USA)

- viele vorgefertigte Lebensmittel (convenience Food)
- Fast Food
- Viel Verpacktes (Plastik)
- Im Vergleich zu anderen Ländern: sehr viel Essen
- Kaum Obst / Gemüse

El Tingo (Ecuador)

- Hauptsächlich Obst und Gemüse
- Getreide / Kohlenhydrate
- Keine Verpackung
- Kein Fleisch

Dar es Salaam village (Tschad)

- Melone, Getreide, Gewürze
- Keine Verpackung
- Kleinere Menge an Essen

Peking (China)

- Obst, Gemüse, frische Kräuter, Eier
- Fleisch
- Nur Getränke in Verpackung

WARUM GIBT ES UNTERSCHIEDE?

- Anbau bestimmter Produkte kann variieren (klimatische Gründe)
- Ungerechte Verteilung von Lebensmitteln
- Entwicklung von Essgewohnheiten
- Einführung von Nutzpflanzen durch Kolonisten
- Leben in der Stadt vs. auf dem Land

DISKUSSION

- Stereotype werden verstärkt → immer rassismuskritisch betrachten; „im Sudan leben die Menschen in Zelten“ vs. Menschen in der Hauptstadt werden nicht gezeigt (Vgl. Unterschied Stadt – Land)
- Afrikanische Länder werden sehr arm dargestellt, die Essgewohnheiten von US-amerikanischen Familien als sehr ungesund, große Mengen
- Fotograf ist weißer, US-amerikanischer Herkunft

KLIMAZONEN DER WELT

- North Carolina: gemäßigte Zone
- El Tingo: tropische Zone
- Darfur: subtropische Zone
- Peking: gemäßigte Zone

GRÜNDE FÜR HUNGER

Armut: Viele Millionen Menschen in der Welt haben nicht genug Geld, um sich ausreichend Essen zu kaufen. Sie können sich nur wenig leisten und gesundes Essen wie Gemüse ist oft teurer als zum Beispiel Brot.

Kriege und Konflikte: Wegen Kriegen und Konflikten müssen viele Menschen aus ihrer Heimat fliehen und weit weg von zu Hause Schutz suchen. Sie müssen ihre Häuser, Felder und Geschäfte ganz schnell verlassen und verlieren so ihre Lebensgrundlagen. Außerdem werden die Felder und Geschäfte auch häufig während des Krieges zerstört.

Benachteiligung: In vielen Ländern haben Frauen und Mädchen nicht dieselben Rechte wie Männer oder Jungs. Daher bekommen sie häufig weniger Essen und haben auch keine Möglichkeit zur Schule zu gehen, später zu arbeiten und sich eigenes Geld zu verdienen. Wenn Frauen die gleichen Rechte und Möglichkeiten hätten wie Männer, würden 150 Millionen Menschen weniger an Hunger leiden.

Klimakrise: Auch die Klimakrise ist ein Grund, warum immer mehr Menschen an Hunger leiden. Dürren und Überschwemmungen nehmen zu und zerstören die Lebensgrundlagen der Menschen.

Doch auch die Ursachen für Hunger und Mangelernährung haben ihren Hintergrund und ihre Geschichte. Aus unserer Sicht ist es enorm wichtig die Geschichte zu kennen und zu reflektieren, um zu verstehen, was sich in der Zukunft ändern muss.

DEKOLONIALISIERT DENKEN UND SPRECHEN

Kolumbus ist Amerika vielmehr begegnet und hat die Bevölkerung vertrieben, ermordet, versklavt und ausgebeutet. Insgesamt kann bei Kolonialisierung eher von gewaltvoller Besetzung als von Eroberung oder Entdeckung gesprochen werden.

BEISPIELE FÜR EHEMALIGE KOLONIEN AUF DEM AFRIKANISCHEN KONTINENT

Bezeichnung des Landes früher	Bezeichnung des Landes heute	Ehemaliges Herrschaftsgebiet von ...
Togo	Togo	Deutschland
Südafrika	Südafrika	Großbritannien
Französisch-Westafrika	Algerien	Frankreich
Italienisch-Somaliland	Somalia	Italien
Belgisch-Kongo	Demokratische Republik Kongo	Belgien
Portugiesisch-Westafrika	Angola	Portugal
Spanisch-Guinea	Äquatorialguinea	Spanien

WHITE SAVIORISM-PROBLEMATIK

- Klischees und Stereotype werden aufrechterhalten
- Länder des Globalen Südens werden entmündigt
- Rassistische und kolonialistische Bilder werden aufrechterhalten

AFRIKA-ZENTRIERTE KARTE

- Perspektivwechsel (weg von eurozentrisch)

KLIMABILANZ VON TOMATENPRODUKTEN

- Am besten schneiden saisonale, frische Tomaten ab
- Tomatenmark sehr CO₂-intensiv
- Verpackungen, Transportwege beachten

ENTWEDER ODER

- „Winter“ Erdbeeren (beides nicht besonders klimafreundlich; Flug Ananas → sehr viel CO₂)
- Haferdrink (da pflanzlich)
- Eier (Butter enthält viel Milch → Kühe → Methan)

TIPPS ZU KLIMAFREUNDLICHER ERNÄHRUNG

1. Weniger tierische, dafür mehr pflanzliche Lebensmittel essen.
2. Saisonale und regionale Gemüse- und Obstsorten sind am klimafreundlichsten.
3. Freilandware statt Ware aus dem Treibhaus kaufen.
4. Verarbeitete Lebensmittel nach Möglichkeit meiden.
5. Zum Einkaufen laufen oder radeln und das Auto stehen lassen.
6. Unverpackte Lebensmittel bevorzugen.
7. Krumme / unperfekte, einzelne Lebensmittel (z. B. Banane) kaufen.

Gefördert durch ENGAGEMENT GLOBAL mit Mitteln des



Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

Für den Inhalt dieser Publikation ist allein Aktion gegen den Hunger gGmbH verantwortlich; die hier dargestellten Positionen geben nicht den Standpunkt von Engagement Global gGmbH und des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung wieder.

Erscheinungsdatum: Oktober 2023