



# ÖKOBILANZ: LEBENSMITTEL

Umweltschutz: Die Erde, mein Zuhause	Ökobilanz Lebensmittel
<p><b>Was versteht ihr unter «Ökobilanz» im Zusammenhang mit Lebensmitteln?</b></p> <p><b>Was sind Ressourcen?</b> <b>Was gehört dazu?</b></p>	<p><b>Ökobilanz</b> gibt Auskunft darüber, wie viele Ressourcen für die Produktion und den Transport von Lebensmitteln verbraucht werden.</p> <p><b>Ressourcen</b> = Quellen verschiedener Naturgüter, z.B. Holz, Wasser, Luft, Erdöl, Erde. Das Überleben von Mensch/Tier/Natur ist abhängig von diesen Gütern, sie sind beschränkt, daher ist ein achtsamer Umgang zentral!</p>
<p><b>Welche Ressourcen werden für unser Essen gebraucht?</b></p>	<p><b>Erde</b> = Nährboden für das Wachstum von Gemüse/ Früchte/Getreide – Verunreinigung durch Pestizide, Regenwaldabholzung, Bodenausnutzung</p> <p><b>Wasser</b>= wichtigstes Lebensmittel für Mensch, Tier und Pflanze. Ausserdem ein Transportmittel</p> <p><b>Luft</b> = Pflanzen CO2 =&gt; O2. Transport Abgase mehr Treibhausgase wie CO2</p> <p><b>Erdöl</b> = für den Transport von Lebensmitteln auf der ganzen Welt, Plastikverpackungen</p> <p><b>Menschen</b> = Arbeitskräfte auf dem Land sowie im Transport und Verkauf</p>
<p><b>Welche Lebensmittel verbrauchen am meisten Ressourcen?</b></p> <p>(Siehe Darstellung <i>Ökobilanz</i> der SGE-Lebensmittelpyramide)</p>	<p><b>Tierische Lebensmittel:</b> Fleisch, Fisch, Milchprodukte, Eier (Tofu verbraucht halb so viel Ressourcen wie die Fleischproduktion)</p> <p><b>Mit dem Flugzeug importiertes</b> Gemüse und Früchte sowie insbesondere Kaffee und Schokolade</p> <p><b>1 kg Rindfleisch:</b> 16 kg Getreide/Soja, Treibhausgase wie 250 km Autofahrt, 20 000 l Trinkwasser, 50m2 Regenwald.</p>
<p><b>Wie können wir die Welt-Ressourcen mit unserem Ess- und Trinkverhalten schonen?</b></p> <p><b>App-Tipp:</b> <a href="#">WWF-Ratgeber</a></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gemüse und Früchte aus der Region und somit saisonal kaufen</li> <li>• Plastik wird aus Erdöl gemacht, daher offene statt verpackte Gemüse/Früchte kaufen</li> <li>• Nur 1-2-mal Fleisch und Fisch pro Woche essen- mehr braucht unser Körper auch nicht, Pflanzliche Eiweissquellen vermehrt beachten</li> <li>• Fleisch aus nachhaltiger Produktion und der Region und Fisch mit MSC-Siegel bevorzugen</li> <li>• Genussmittel wie Kaffee und Schokolade massvoll geniessen und auf Fairtrade-Siegel achten- dies gilt auch für exotische Früchte und Fruchtsäfte</li> </ul>

**Quellen**

- Bundesamt für Umwelt (BAFU) Lehrmittel: [Die Zukunft in der Tasche](#)
- Bundesamt für Umwelt (BAFU) Lehrmittel: [Der kluge Einkaufswagen](#)
- [www.footprintnetwork.org](http://www.footprintnetwork.org)
- [www.wasserfussabdruck.org](http://www.wasserfussabdruck.org)