

### Iss nicht unsere Erde!

Während eine Milliarde Menschen hungern und alle sieben Sekunden ein Kind an den Folgen der Mangelernährung stirbt, zerstören die Einwohner der Industrieländer mit ihrer Ernährungsweise die Lebensgrundlage der Menschheit. Unser Fleischkonsum verbraucht Unmengen an Flächen für Tierfutter in den Entwicklungsländern. Mit unserem Kaufverhalten unterstützen wir multinationale Konzerne, die die Arbeiter in der dritten Welt ausbeuten und den Regenwald abholzen. Allein die Viehwirtschaft verursacht 18% der weltweiten Treibhausgasemissionen. Es gibt also genug Gründe, etwas zu ändern. Sie als Verbraucher können entscheiden, wem Sie Ihr Geld geben. In diesem Flyer geben wir Ihnen Tipps, wie Sie sich möglichst sozial und ökologisch ernähren können.

## Werden Sie aktiv!

Sie möchten mehr tun?

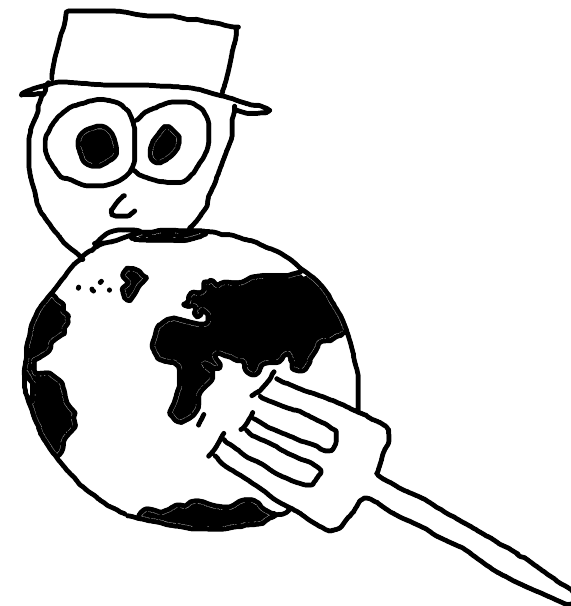
Wir suchen Menschen, die sich mit uns zusammen ehrenamtlich für den Schutz der Umwelt einsetzen wollen. Jeder ist willkommen, einen Mitgliedsbeitrag gibt es nicht.

Der Schutz der artenreichen Lebensräume in Wäldern und Meeren, Klimaschutz und Energiewende sowie gesunde Nahrung ohne Gentechnik und Pestizide sind unsere Themen. Treffen – auch für Interessierte – jeden Donnerstag, 19 Uhr im Greenpeace-Büro, Döppersberg 20, 2 Minuten vom Hauptbahnhof.

Die **Greenpeace-Jugendgruppe** besteht aus jungen Menschen zwischen 13 und 19 Jahren. Bei unseren Treffen (immer donnerstags um 17:30 Uhr im Greenpeace-Büro) planen wir Aktionen, malen Banner, gestalten Flyer und vieles mehr. Ihr seid herzlich willkommen!

Greenpeace ist eine internationale Umweltorganisation, die mit gewaltfreien Aktionen für den Schutz der Lebensgrundlagen kämpft. Unser Ziel ist es, Umweltzerstörung zu verhindern, Verhaltensweisen zu ändern und Lösungen durchzusetzen. Greenpeace ist überparteilich, politisch und finanziell unabhängig und nimmt keine Gelder von Regierungen, Parteien oder der Industrie.

# Iss nicht unsere Erde!



Impressum  
Greenpeace Wuppertal, Döppersberg 20, 42103 Wuppertal  
Tel.: 0202 - 44 17 80  
[www.greenpeace.de/wuppertal](http://www.greenpeace.de/wuppertal)  
V.i.S.d.P: R. Weyer  
April 2012

**GREENPEACE**  
Wuppertal Jugend

### Frisch

Kauft man frische anstatt tiefgefrorene Lebensmittel, spart man viel Energie, also auch CO<sub>2</sub> ein. Denn bei Sachen, die tiefgekühlt werden, darf die Kühlkette nie unterbrochen werden, weder bei der Lagerung noch beim Transport. So verursachen tiefgekühlte Pommes Frites rund 23-mal mehr Treibhausgase als frisch geerntete Kartoffeln. Unverarbeitete Lebensmittel haben in der Regel kürzere Transportwege hinter sich und sind auch nicht so dick verpackt, was wiederum Verpackung vermeidet.

### Verpackung vermeiden

Durch unnötig aufwändige Verpackungen werden Energie und wichtige Rohstoffe wie zum Beispiel Erdöl verbraucht. Kunststoffe sind besonders umweltschädlich, da sie nicht biologisch abbaubar sind.

### Keine Lebensmittel wegwerfen

Etwa die Hälfte aller in Europa produzierten Lebensmittel landet im Müll. Dadurch werden Ressourcen unnötig verschwendet und der Klimawandel angeheizt. Wenn Sie keine noch essbaren Lebensmittel wegwerfen und weniger im Supermarkt einkaufen, vermeiden Sie diese unnötige Verschwendung.

### Tierische Produkte vermeiden

Rund 18% der weltweiten Treibhausgas-Emissionen sind auf die Viehhaltung zurückzuführen. Wer weniger Fleisch, Eier und Milchprodukte isst, sorgt dafür, dass weniger Treibhausgase ausgestoßen werden und Wasser gespart wird. Die Massentierhaltung ist ungesund für Mensch und Tier. Für die Fleischproduktion müssen Futtermittel angebaut werden, wofür häufig Regenwaldflächen gerodet werden. Für die Herstellung einer Kalorie Rindfleisch werden beispielsweise 10 Kalorien Getreide verbraucht.

### Biologisch angebaute Lebensmittel

Bio-Lebensmittel werden ohne Pestizide oder Kunstdünger angebaut und sind nicht gentechnisch verändert. Bei tierischen Bioprodukten ist artgerechte Haltung vorgeschrieben. Der Energiebedarf der ökologischen Landwirtschaft ist geringer, zudem haben fast alle Bioprodukte eine bessere Klimabilanz als die entsprechenden konventionellen Lebensmittel.



### Regional & saisonal

Bei Lebensmitteln, die saisonal in der Region erzeugt wurden (z.B. Erdbeeren aus dem Umkreis im Sommer), ist die Nutzung von beheizten Treibhäusern nicht erforderlich und weite Transportwege werden vermieden. Damit wird Energie gespart und es werden weniger Treibhausgase freigesetzt. Außerdem wird die regionale Wirtschaft unterstützt.

### Fair

Gerade bei Lebensmitteln, die aus Entwicklungsländern importiert werden, ist es sinnvoll, fair gehandelte Produkte zu wählen. Diese sind mit einem Fair-Trade-Siegel gekennzeichnet.



Erzeuger von fair gehandelten Produkten garantieren, dass ihre Arbeiter angemessen bezahlt werden und die Arbeitsbedingungen sicher und gesundheitsverträglich sind. Es muss eine Gewerkschaft geben dürfen. Kinderarbeit ist ausgeschlossen und Frauen werden gleichberechtigt behandelt. Außerdem wird ökologische Landwirtschaft gefördert. Diese Grundsätze werden durch eine Zusammenarbeit von Produzenten und Händlern und der Festlegung eines fairen Preises erfüllt.