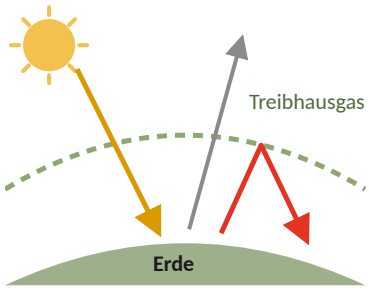
Ernährung und Klima

Was du isst, wirkt auf das Klima. Und das Klima entscheidet mit, was in Zukunft auf deinem Teller landet.



So entsteht der Treibhauseffekt

Die Sonne schickt ihre Strahlen durch die Lufthülle der Erde (Atmosphäre). Erde und Meere nehmen einen Teil der Wärme auf, einen anderen Teil strahlen sie zurück ins Weltall. Bestimmte Gase in der Lufthülle halten einen Teil dieser Wärme fest und lenken sie zur Erde zurück. Das sind die **Treibhausgase**. Je mehr davon in der Luft sind, desto wärmer wird es auf der Erde, und das Klima verändert sich.

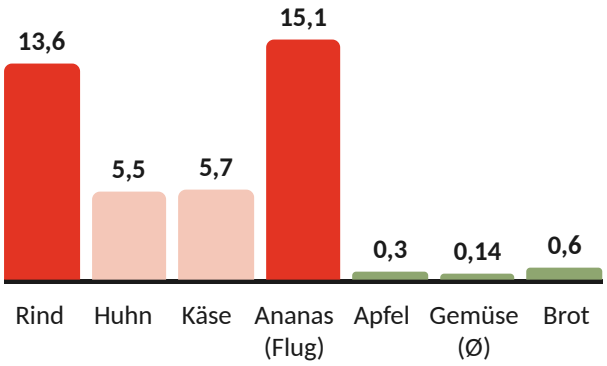
Was hat das mit deinem Essen zu tun?

Gut ein Fünftel (**21 %**) der Treibhausgase, die in Deutschland entstehen, geht auf unsere Ernährung zurück. Gründe sind zum Beispiel Lebensmittel, die mit Flugzeug und Lkw kommen (wie Südfrüchte), und Lebensmittel, deren Herstellung viel Energie braucht (wie Fleisch und Käse). So verteilen sich diese 21 %:



- **44 %** Lebensmittel von Tieren erzeugen
- **8 %** pflanzliche Lebensmittel erzeugen
- **19 %** verarbeiten, verpacken, transportieren
- **29 %** lagern und zubereiten in der Küche

So viel CO_2 steckt in einem Kilo



Angaben in Kilo CO_2 (alle Treibhausgase zusammengerechnet). Lebensmittel von Tieren und Lebensmittel, die mit dem Flugzeug kommen, liegen weit vorn.

Das Klima wirkt auch auf dein Essen

- Weil es wärmer wird, schmilzt das Eis der Gletscher. Der Meeresspiegel steigt, und es kommt zu Überflutungen. Auf überfluteten Äckern wächst kein Essen mehr.
- In manchen Regionen wird es heißer und trockener. Pflanzen wachsen schlechter, und die Ernten fallen kleiner aus.

Schon in den nächsten 30 Jahren wird es schwieriger, genug Lebensmittel für alle Menschen auf der Erde zu erzeugen. Wenn wir den Klimawandel bremsen, können wir das ändern. Mit deinem Einkauf und deinem Essen trägst du dazu bei.

Mehr zu Ernährung und Klima

Scanne den Code: Auf **vitalisimos.de/fuer-dich** findest du dieses Blatt, die 7 Tipps für klimafreundliches Essen und weitere Materialien zum Herunterladen.

Quelle: IN FORM / KlimaFood-Ideenkiste, Europa-Universität Flensburg, „Ernährung und Klima“ (S. 49 und 50)

Daten: Umweltbundesamt 2020a; Helmholtz-Gemeinschaft o. J.; WWF 2012 (21 % und Aufteilung, Stand 2012); KLUG o. J.; IPCC 2021; Fischer & Miglietta 2020; Godfray et al. 2010; NAHhaft e. V. o. J.; Reinhardt et al. 2020 (CO_2 pro Kilo)