

8 TIPPS FÜR KLIMAFREUNDLICHE ERNÄHRUNG

Das Klima ändert sich. Doch wir alle können einen wichtigen Beitrag leisten, um das Klima zu schützen. Zum Beispiel durch unsere Ernährung.

REGIONAL KAUFEN

und somit auf lange
Transportwege verzichten.

FRISCHE PRODUKTE ESSEN

und weniger Verarbeitungs-
schritte, Zusatzstoffe und
Verpackungen haben.

MIT EFFIZIENTEN GERÄTEN KOCHEN UND KÜHLEN

und so langfristig wertvolle
Energie einsparen.

SAISONAL ESSEN

und Lagerungen vermeiden.

ZU FUSS EINKAUFEN

und CO₂ und Feinstaub
einsparen.

WENIGE LEBENS- MITTEL WEG- SCHMEISSEN

und der Verschwendung
wertvoller Ressourcen
entgegentreten.

TIERISCHE PRODUKTE REDUZIEREN

und nur als Ergänzung zu
Obst, Gemüse und Vollkorn
servieren.

BIO- PRODUKTE KAUFEN

und auf Chemie und einen
erhöhten Ausstoss von
Treibhausgasen verzichten.

