

## Ernährung

Wenn wir in Österreich etwas essen wollen, gehen wir in den Supermarkt und kaufen Lebensmittel ein.



Viele Lebensmittel sind sehr günstig. Wir müssen nur wenig Geld dafür bezahlen.

## Was ist das Problem?

Wir kaufen oft mehr Lebensmittel ein als wir brauchen und müssen deshalb viel wegschmeißen.



Im Supermarkt gibt es fast immer alles an Lebensmitteln. Auch wenn diese gerade eigentlich gar nicht wachsen. Wir können zum Beispiel auch im Winter Erdbeeren kaufen, obwohl Erdbeeren nur im Sommer wachsen. Die Erdbeeren kommen dann nicht aus Österreich. Sie müssen erst mit dem Lkw nach Österreich gebracht werden.



Viele Lebensmittel kommen von weit weg, weil sie nicht in Österreich wachsen. Zum Beispiel: exotische Früchte wie Avocados oder Mangos.

Das ein Problem, weil die Früchte mit dem Schiff oder mit dem Flugzeug nach Österreich gebracht werden müssen.



## Was hat das mit dem Klima-Wandel zu tun?

Viele Lebensmittel müssen erst nach Österreich gebracht werden.  
Zum Beispiel mit dem Lkw, Schiff oder Flugzeug.

Das ist nicht gut für das Klima.

Lkws, Schiffe und Flugzeuge produzieren Treibhaus-Gase.

Durch die Treibhaus-Gase wird es auf der Erde immer wärmer.

Das nennt man auch: Erd-Erwärmung.

Das ist für Menschen, Tiere und Pflanzen nicht gut.

Viele Lebensräume gehen durch die Erd-Erwärmung kaputt.



## Was können wir machen?

- **regionale Lebensmittel** einkaufen  
Das meint: Lebensmittel einkaufen,  
die aus Österreich kommen.  
Oder besser: aus dem eigenen Bundes-Land.
- **saisonale Lebensmittel** einkaufen  
Das meint: Obst und Gemüse einkaufen,  
dass gerade wächst.  
Zum Beispiel: Erdbeeren und Paradeiser im Sommer kaufen.  
Oder: Kürbisse und Äpfel im Herbst kaufen.
- **Bio-Lebensmittel** einkaufen  
Das sind Lebensmittel,  
deren Produktion nachhaltig und natürlich ist.  
Zum Beispiel: Die Kühe dürfen fast das ganze Jahr  
auf der Wiese stehen.  
Oder: Es werden keine Spritz-Mittel benutzt,  
die schlecht für Insekten sind.



- **auf exotische Früchte verzichten**

Zum Beispiel: keine Avocados  
oder Mangos kaufen.



- **weniger Fleisch** essen

Bei der Fleisch-Produktion  
entstehen viele Treibhaus-Gase,  
die schlecht für das Klima sind.  
Wenn wir weniger Fleisch essen,  
dann entstehen auch weniger  
schädliche Treibhaus-Gase.



- **Lebensmittel-Verschwendung** vermeiden

Indem wir nur das einkaufen,  
was wir auch wirklich verbrauchen.  
Oder: wenn wir doch einmal zu viel einkaufen,  
anderen Menschen etwas abgeben.

