Herausgeberin:

Landeshauptstadt Kiel

Adresse: Umweltschutzamt, Holstenstraße 108, 24103 Kiel, **Titelfoto:** StockSnap, **Text:** Umweltschutzamt, **Layout:** MAGENT GmbH, **Druck:** hansadruck, Kiel, **Auflage:** 3000 Stück, Mai 2018
Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier

Klimafreundlich Lebensmittel einkaufen in Kiel

Dem bäuerlichen und ökologischen Landbau gehört die Zukunft. Er schafft Arbeitsplätze und ist nachhaltig. Er schützt das Klima und kann den globalen Bedarf an Nahrungsmitteln decken. In Kiel gibt es viele Möglichkeiten, mit dem Einkauf von regionalen Produkten zum Klimaschutz beizutragen. Es gibt zahlreiche **Wochenmärkte**, die regionale Produkte der Saison anbieten: Blücherplatz, Exerzierplatz, Vinetaplatz, Andreas-Hofer-Platz, Ende Bergenring, Holtenauer Straße/Elendsredder, Leuchtturmplatz, Helmut-Hänsler-Platz, Am Eckenerplatz, Langenfelde, Rungholtplatz, Waldorfschule.

Wer keine Zeit hat, Bio-Produkte auf dem Markt oder im Geschäft einzukaufen, kann sich auch **Obst- und Gemüse-Kisten** liefern lassen. Geplante Liefertouren sparen Energie, da nicht jeder einzeln mit dem Auto zum Laden fährt.

Die **Solidarische Landwirtschaft** (SoLaWi) versorgt Kiel und Umland wöchentlich mit frischen, nachhaltig erzeugten Lebensmitteln. Sie macht durch diese wöchentliche Abnahmesicherheit das Wirtschaften auf den Höfen wieder zukunftsfähig. Im Gegenzug erhalten Verbraucher/innen frische, vielfältige, saisonale und regionale Lebensmittel. Die Patenschaft besteht immer für ein Wirtschaftsjahr.

Marktschwärmer ist ein Online-Shop für regionale Lebensmittel: Direktvermarktung ohne Zwischenhandel und ohne lange Transportwege. Wöchentlich treffen sich alle teilnehmenden Erzeuger/innen und Mitglieder an einem zentralen Ort, wo die vorher online bestellte und bezahlte Ware an die Kunden und Kundinnen übergeben wird.

Mitgliederläden für Biolebensmittel gibt es in vielen Kieler Stadtteilen: Widerhaken, Bissfest, Der BioHof, Brennessel und BioGaarden.

In der Zivilgesellschaft wächst der Wunsch nach Ernährungssouveränität. Das zeigte sich, als der **Kieler Ernährungsrat** im Rathaus gegründet wurde. Wichtige Themen des Ernährungsrates sind die Versorgung mit Lebensmitteln aus regionaler Landwirtschaft, biologischer Anbau und fairer Handel.

Weitere Informationen:
www.kiel.de/klimafreundlich-einkaufen

Kiel. Sailing.City.

SAISONKALENDER

Heimisches Gemüse

KLIMA SCHUTZ STADT KIEL.100%

kiel.de/klimafreundlich-einkaufen

Was hat unser Essen mit Klimaschutz zu tun?

Jede/r Deutsche verbraucht durchschnittlich 500 kg Lebensmittel pro Jahr (ohne Getränke) und verursacht dadurch auch Treibhausgase. Diese für das Klima schädlichen Emissionen liegen ungefähr in derselben Größenordnung, wie die durch den Verkehr entstehenden Emissionen.

Die Klimaschutzstadt Kiel hat sich zum Ziel gesetzt, bis zum Jahr 2050 die Kohlendioxid-Emissionen um 95% gegenüber 1990 zu verringern.

Alle Kielerinnen und Kieler können in ihrem Alltag ebenfalls dazu beitragen – und das nicht nur, indem sie Energie sparen und mit dem Fahrrad fahren oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln zum Einkaufen fahren.

Beim Einkauf von Lebensmitteln kann viel in Sachen Klimaschutz bewegt werden:

Grüne Proteine statt Fleisch: Bei der Produktion von Fleisch entsteht mehr Kohlendioxid als beim Anbau von Getreide, Hülsenfrüchten oder Gemüse. Wer also seinen Fleischkonsum einschränkt und mehr vegetarische Proteinquellen isst, unterstützt automatisch die kohlendioxidärmere Lebensmittelproduktion und schützt damit das Klima.

Freiland statt beheiztes Treibhaus: Freilandprodukte werden mit geringerer Klimabelastung produziert, als das im beheizten Gewächshaus angebaute Obst und Gemüse. Geben Sie also Obst und Gemüse der Saison den Vorzug.

Lebensmittel aus der Region: Regionale Produkte haben kurze Lieferwege, unterstützen die lokale Wirtschaft und haben daher eine günstigere Kohlendioxidbilanz, als von weit her transportierte Lebensmittel. Wer heimische Lebensmittel (auch Butter, Sahne etc.) kauft, handelt klimafreundlich.

Frisches Obst und Gemüse der Saison: Bei der industriellen Erzeugung von Lebensmitteln entsteht Kohlendioxid. Wird Obst und Gemüse unter Sauerstoffausschluss gelagert, gekühlt, eingekocht, eingefroren oder im beheizten Treibhaus angebaut, wird das Klima belastet. Essen Sie das frische, möglichst wenig verarbeitete und behandelte Obst und Gemüse, ist dies nicht nur nährstoffhaltiger und damit gesünder, sondern gleichzeitig auch noch besser für das Klima.

Produkte aus ökologischer Landwirtschaft:
In der ökologischen Landwirtschaft sind die Kohlendioxid-Emissionen geringer als in der konventionellen Landwirtschaft, denn die Produktion von chemisch-synthetischen Pestiziden und mineralischen Düngemitteln ist sehr energieaufwendig. Bevorzugen Sie deshalb Produkte, die ökologisch angebaut wurden.

Weniger Fleisch essen: Eine Verringerung des Fleischkonsums würde sich positiv auf das Klima auswirken. In einem Kilogramm Rindfleisch stecken 20,65 Kilogramm Kohlendioxid. Aktuell liegt der durchschnittliche Fleischkonsum bei 60 Kilogramm pro Person und Jahr.

Biosaatgut von Anfang an: Wer ohne Gentechnik hergestellte Lebensmittel essen will, ist mit Bio-Produkten auf der sicheren Seite. Der ökologische Landbau und die verarbeitende Bio-Industrie verpflichten sich nach EG-Öko-Verordnung zur Lebensmittel-Erzeugung ohne Gentechnik. Außerdem spezialisieren sich viele Biohersteller auf die Geschmacksvorteile von alten Sorten und Biosaaten. Sie sind meistens auch wieder vermehrbar, widerstandsfähiger und allergieärmer.

Fair Trade Produkte: Mit dem Einkauf fair gehandelter Produkte fördern Sie einen nachhaltigen Konsum, der sowohl ökologische, ökonomische als auch soziale Aspekte in den Herstellungsländern berücksichtigt.

Heimisches Gemüse

Der Saisonkalender

SORTE	JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Blumenkohl				▣	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	
Bohnen							☀	☀	☀	☀		
Brokkoli					☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	
Champignons	*▣	*▣	*▣	*▣	*▣	*▣	*▣	*▣	*▣	*▣	*▣	*▣
Chicorée	▭	▭	▭	▭	▭	▭	▭	▭	▭	▭	▭	▭
Erbsen						☀	☀	☀	☀	☀		
Frühlingszwiebeln				▣☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀		
Grünkohl	☀	▭								☀	☀	☀
Gurken		▣	▣	▣	▣	▣	▣	▣	▣	▣		
Kartoffeln	▭	▭	▭	▭	▭	☀	☀	☀	☀	☀	▭	▭
Kohlrabi					▣	▣☀	☀	☀	☀	☀	▣	
Kürbis	▭	▭	▭						☀	☀	☀	▭
Möhren	▭	▭	▭	▭	▭	▭☀	☀	☀	☀	☀	☀	▭
Radieschen				▣	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	
Rosenkohl	▭☀	▭☀	▭☀							☀	☀	☀
Rote Beete	▭	▭	▭	▭	▭	☀	☀	☀	☀	☀	☀	▭
Spargel				▣	▣☀	☀						
Spinat				☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	
Tomaten			▣	▣	▣	▣	▣☀	▣☀	▣☀	▣	▣	
Zwiebeln	▭	▭	▭	▭	▭	▭☀	☀	☀	☀	☀	▭	▭
Eisbergsalat					☀	☀	☀	☀	☀	☀		
Feldsalat	☀	☀	☀	☀							☀	☀
Kopfsalat				▣	☀	☀	☀	☀	☀	☀	▣	

☀ **Freilandprodukte**
sehr geringe Klimabelastung, geringer Energieverbrauch und CO_2-Ausstoß *(nur durch Kraftstoffe, Düngemittel, Pflanzenschutzmittel)*

▣ **„Geschützter Anbau“**
geringe Klimabelastung *(Abdeckung mit Folie oder Vlies, ungeheizt)*, geringer Energieverbrauch und CO_2-Ausstoß *(etwas höher als bei Freilandprodukten durch das Abdeckmaterial, das mehrfach verwendbar und teilweise recycelbar ist)*.

▭ **Lagerware**
geringe bis mittlere Klimabelastung, Energieverbrauch und CO_2-Ausstoß *(durch Kühlung der Lagerhäuser, aber geringer als Ferntransport, z.B. von Zwiebeln aus Argentinien)*.

▣ **Produkte aus geheizten Gewächshäusern**
hohe Klimabelastung, hoher Energieverbrauch und CO_2-Ausstoß.

*▣ **Zuchtzellen**
Sie werden gekühlt und erwärmt.