

Weitere Tipps:

Weniger Fleisch - mehr Umweltschutz

70% der weltweit landwirtschaftlichen genutzten Fläche wird zur Fleischproduktion genutzt (Weide oder Futtermittelanbau). Bei der Produktion von 1kg Fleisch werden durchschnittlich 36 Kilogramm Kohlendioxid ausgestoßen (das entspricht einer 300 km langen Autofahrt).

Weniger Fleisch (tierische Produkte) = mehr Nahrungsmittel für Menschen und mehr Klimaschutz! Reduzieren Sie Ihren Fleischkonsum, und wenn Fleisch, dann am besten regional und bio.

Weniger Plastiktüten - mehr Umweltschutz

Der EU-Bürger verbraucht im Durchschnitt 500 Plastiktüten im Jahr, die er im Schnitt jeweils nur ca. 25 Minuten benutzt. Plastik verbraucht viel Rohstoff und ist gefährlich für die Umwelt. Stoffbeutel und wiederverwendbare Tragetaschen sind aktiver Umweltschutz.

Weniger ist... mehr - und weniger für den Müll:

Eine Vielzahl von Lebensmitteln landen auf dem Müll – auch durch die Privathaushalte. Kaufen Sie nicht so sehr in großen Mengen oder auf Vorrat. Dann lieber weniger in guter Qualität.

Faire Textilien – gut für Mensch und Umwelt

In der Textilindustrie werden bei der Herstellung viele Pestizide und/oder Chemikalien eingesetzt, welche die Umwelt und den Menschen (Arbeiter und Kunden) belasten. Außerdem müssen Menschen oft unter sehr schlechten Bedingungen diese Produkte in Niedriglohnländern herstellen. Bio-Baumwolle, faire Textilien und Second-Hand-Mode sind ein aktiver Beitrag um Mensch und Umwelt zu schützen. Auch hier gilt wie so oft: weniger ist mehr!

www.oeko-mode.info

Zum Thema nachhaltigen Konsum finden Sie hier eine sehr gute Übersichtsbroschüre:
www.nachhaltigkeitsrat.de/projekte/eigene-projekte/nachhaltiger-warenkorb

Weitere interessante und gute Links zum Thema:
www.weltbewusst.de
www.nachhaltiger-warenkorb.de

Die Auswahl der Bezugsmöglichkeiten vor Ort bezieht sich auf die Erkundungen innerhalb der Projektwoche und stellt keine vollständige Auflistung oder Werbung dar.

Drei Leitfragen zum Einkauf

Wo kommt die Ware her?
Wie wurde sie produziert?
Was unterstütze ich mit meinem Kauf?

Eine Zusammenarbeit von VHS Leer und Pestalozzischule in Leer - Stand November 2011.

Volkshochschule für die Stadt und den Kreis Leer e.V.
Haneburgallee 8
26789 Leer
Telefon: 0491 - 92 99 20
E-Mail: info@vhs-leer.de
www.vhs-leer.de

Pestalozzischule Leer
Ulrichstr. 19 -21
26789 Leer
Telefon: 0491 - 13 909

Titelbild:
Mareke Tammen



Mit finanzieller Unterstützung durch



In Kooperation mit



Einkaufen mit Kopf, Herz und Hand



FAIR-FÜHRER

Ein Einkaufsführer zum Thema nachhaltiger Konsum in Leer

Kopf:

Nachhaltiger Konsum bedeutet bewusstes Einkaufen mit mehr Wissen über die Dinge des täglichen Konsums.

Herz:

Nachhaltiger Konsum bedeutet Verantwortung zu übernehmen für sich, andere Menschen, Tiere und die Umwelt.

Hand:

Nachhaltiger Konsum bedeutet aktiv zu werden und die eigene Macht als Konsument aktiv für eine gute Sache einzusetzen.

Dieser kleine Einkaufsführer ist in einer Projektwoche an der Pestalozzi-Schule in Leer entstanden und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. In dieser Woche haben sich die Schüler/innen der 9. und 10. Klasse mit dem „nachhaltigen Konsum“ (bio, regional, saisonal, fair) mit dem Schwerpunkt Lebensmittel beschäftigt.

Dieser Flyer soll Ihnen nun Anregungen geben, wie Sie bewusster und verantwortungsvoller einkaufen können. Dafür bekommen Sie kurze allgemeine Informationen, Tipps für Mehr-Wissen und Hinweise, wo Sie in Leer diese Anregungen umsetzen können. Im Folgenden finden Sie einzelne Aspekte im Hinblick auf den Kauf von Lebensmitteln. Häufig ist es gut, mehrere Aspekte gleichzeitig zu berücksichtigen (z.B. bio, regional und saisonal oder bio und fair). Das Allerwichtigste dabei ist nachfragen und sich schlau machen – bewusst einkaufen!

Regionalität

Lebensmittel - und auch andere Dinge des täglichen Konsums - können (meist) sehr große Strecken zurückgelegt haben, bevor sie bei uns zu kaufen sind. Je mehr Kilometer eine Ware zurückgelegt hat, desto belastender ist es in der Regel für die Umwelt. *Also:* Der Einkauf regionaler Produkte ist ein wichtiger Beitrag zum aktiven Umweltschutz. Informieren Sie sich darüber, wo die Waren herkommen und kaufen Sie eher Produkte mit kurzen Wegen.

Mehr-Wissen:

www.onno-net.de

www.nachhaltige-landwirtschaft.info/betriebe



In Leer:

Wochenmarkt am Mittwoch und Samstag in Leer

Bioläden in Leer

Multi-Märkte

Hofläden in der Umgebung

Saisonalität

Lebensmittel, die gerade Saison haben, sind meist günstiger und brauchen keine weiten Wege oder aufwendige Lagerungen.

Also:

Saisonale (vor allem regionale) Lebensmittel zu kaufen, ist ein aktiver Beitrag zum Klimaschutz.

Mehr-Wissen:

<http://www.verbraucherfuersklima.de>

<http://www.infofarm.de/datenbank/medien/327/saisonkalender.pdf>

<http://www.foodnews.ch>

In Leer:

Wochenmarkt am Mittwoch und Samstag in Leer

Bioläden in Leer

Multi-Märkte

Bio-Qualität

Bei Produkte die aus ökologisch kontrolliertem Anbau stammen, sind Pestizide, Kunstdünger, Abwasserschlämme oder Gentechnik verboten. Sie enthalten auch weniger Lebensmittelzusatzstoffe. *Also:* Mit dem Kauf von Bio-Artikeln schützt man aktiv die Umwelt und tut etwas für seine Gesundheit. Es gibt eine Reihe an unterschiedlichen Bio-Siegeln – achten Sie darauf.

Mehr-Wissen:

www.bio-siegel.de

www.oekolandbau.de



In Leer:

Biostände Wochenmarkt

Bioläden in Leer

Einige Produkte: Multi, Lidl, Aldi, dm, Rossmann

Fairer Handel / Faire Produkte

Fairer Handel ist besonders wichtig bei Produkten, die aus fernen Ländern kommen. Dort müssen Menschen häufig unter sehr schlechten Bedingungen arbeiten. Besonders sollte man beim Kauf von Kaffee, Kakao (Schokolade) und exotischem Obst (z.B. Bananen) darauf achten.

Also: Faire Produkte zu kaufen ist ein aktiver Beitrag zur globalen Gerechtigkeit und kann ausbeuterische (Kinder-)Arbeit verhindern. Achten Sie hierbei auch auf die verschiedenen „Fair-Siegel“.

Mehr-Wissen:

www.forum-fairer-handel.de

www.fair4you-online.de

www.fairtrade.de

www.transfair.org

www.weltladen.de



In Leer:

Weltladen in Leer (Rathausstraße 40)

Einzelne Produkte findet man auch bei Lidl, Rossmann, in Bioläden und bei den Multi-Märkten.

