

Umweltbewußtes Konsumverhalten von Lebensmitteln – was kann ich tun?

Dr. Cornelia E. Nauen

Vorsitzende
Mundus maris

Wissenschaften und Künste im Dienst von Nachhaltigkeit

Struktur des Kaminabends

- Einige Worte zur Einführung
- Woran denken Sie zuerst, wenn Sie "Lebensmittel" hören?
- Unser Verständnis entwickelt sich
- Ein paar Bemerkungen zur Rolle des Ozeans
- Was sind Ihre Erfahrungen?
- Was kann jeder für sich und was können wir gemeinsam tun?

Einige Worte zur Einführung

Mein beruflicher Hintergrund liegt in der Meeresforschung und der internationalen Zusammenarbeit, vor allem in Wissenschaftsfragen.

Ich bin also **kein Ernährungsspezialist**.

Unser Wissen entwickelt sich in vielen Bereichen rasant, aber vor allem werden neue Geschichten gebraucht, um die getrennten Bereiche wieder zu einem Gesamtbild zusammenzuführen.

Das hilft, uns in unserer komplexen Umwelt zurechtzufinden.

Dabei haben **alle** etwas zu sagen und können etwas tun.

Struktur des Kaminabends

Einige Worte zur Einführung

Woran denken Sie zuerst, wenn Sie
"Lebensmittel" hören?

Unser Verständnis entwickelt sich

Ein paar Bemerkungen zur Rolle des Ozeans

Was sind Ihre Erfahrungen?

Was kann jeder für sich und was können wir
gemeinsam tun?

Denken Sie an leckeres Essen?



Denken Sie an Knappheit?



Denken Sie an Gesundheit?



Struktur des Kaminabends

Einige Worte zur Einführung

Woran denken Sie zuerst, wenn Sie
"Lebensmittel" hören?

Unser Verständnis entwickelt sich

Ein paar Bemerkungen zur Rolle des Ozeans

Was sind Ihre Erfahrungen?

Was kann jeder für sich und was können wir
gemeinsam tun?

Unser Verständnis entwickelt sich

Die wichtigsten Ratgeber bez. Ernährung sind

- Rezepte
- Gesundheits- und Diättempfehlungen
- Empfehlungen, die Umweltgesichtspunkte berücksichtigen

Da entdecken wir zT Paradoxales

Rezepte

Rezeptbücher und ähnliche Veröffentlichungen haben erstaunliche Auflagen und ein eigenes Regal im Buchladen

- Landfrauenrezepte >80,000
- die badenwürttembergische Variante: die Bände 1,2 sogar vergriffen, 3. Band erhältlich
- Chefkoch.de (100 Rezepte): 44x Lachs, 8x shrimps, 7x Kabeljau, 7x Seehecht/Seelachs, 4x Thunfisch, 4x Hering, nur 8 Sorten Süßwasserfisch – aus >3000 essbaren Arten

Gesundheit und Diät

Nahrungsberatung der letzten 40 Jahre wird zunehmend hinterfragt:

- **Fett** ist der Weg zum Herzinfarkt
 - Gesättigte Fettsäuren sind nicht alle gleich
 - Und manchmal, wo sie nicht vermutet werden, zB Avocado, Nüsse...
- **Weizen und Gluten** – Teufelszeug?
- **Vitaminzusätze** – immer gut?

Eine **vielseitige Ernährung** - mit Gemüse, Obst - **in Maßen** genossen, ist immer noch IN!

Ernährung und Umwelt

Verpackungen und Müll überall – hier in Rom



Verschmutzung im Kreislauf

Seit dem Beginn der industriellen Produktion haben Plastikmaterialien rasant traditionelle Stoffe ersetzt.

1950: 1.5 Mio t. - 2008: 245 Mio t.

Bis zu 80% des Plastiks im Meer kommt vom Land

Probleme: Mikroplastik im Nahrungsnetz, Bisphenol A (wirkt wie Östrogen), etc.

Nahrungskreislauf

Großflächige Nutzung von Pestiziden und Kunstdünger in der Landwirtschaft, die zT mehr Energie verbraucht als sie produziert

Systematischer Einsatz von Antibiotika in der Massentierhaltung zur Wachstumsförderung → Resistenzen, die Kopfschmerz der Medizin

Übertriebene Verpackung

Verschwendung von Wasser und anderen Rohstoffen

40% wird weggeworfen, nicht verzehrt

Wir könnten auch anders...

Weniger Fleisch – weniger Wasser...

Lebensmittelproduktion in mittleren Betrieben
im Einklang mit der Natur – höherwertige und
biodiverse Produkte

Drastisch verringerter Energieverbrauch

Schutz & Bonifizierung der Böden – und
gleichzeitig auch der Meere

Gerechtere Verteilung und Arbeitsplätze

Keine Verschwendung

Struktur des Kaminabends

Einige Worte zur Einführung

Woran denken Sie zuerst, wenn Sie
"Lebensmittel" hören?

Unser Verständnis entwickelt sich

Ein paar Bemerkungen zur Rolle des Ozeans

Was sind Ihre Erfahrungen?

Was kann jeder für sich und was können wir
gemeinsam tun?

Was der Ozean für uns bedeutet

Jeden 2. Atemzug verdanken wir dem Ozean
>70% der Erdoberfläche, tiefer als Himalaya –
1.3 Mrd qkm Wasser – größtes Ökosystem

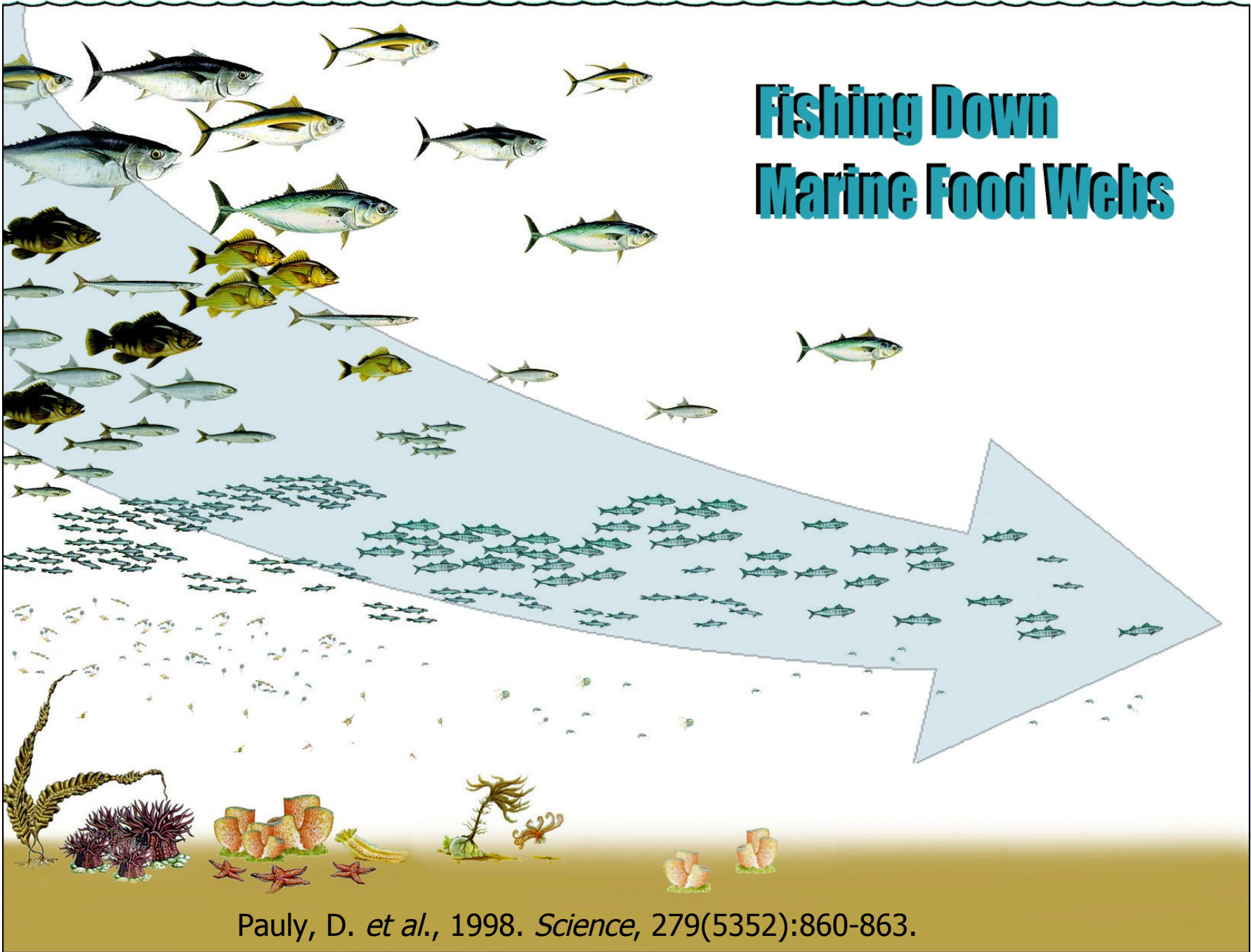
Absorbiert 2 Mrd t CO₂ - >25% der
Freisetzung durch menschliche Aktivitäten –
Nutzen = 148 Mrd US\$/Jahr (<135 Mrd US\$
offizielle E-Hilfe in 2013)

90% des Welthandels, Mineralien, Energie ...

>80 Mio t Fischereiprodukte (FAO offiziell)

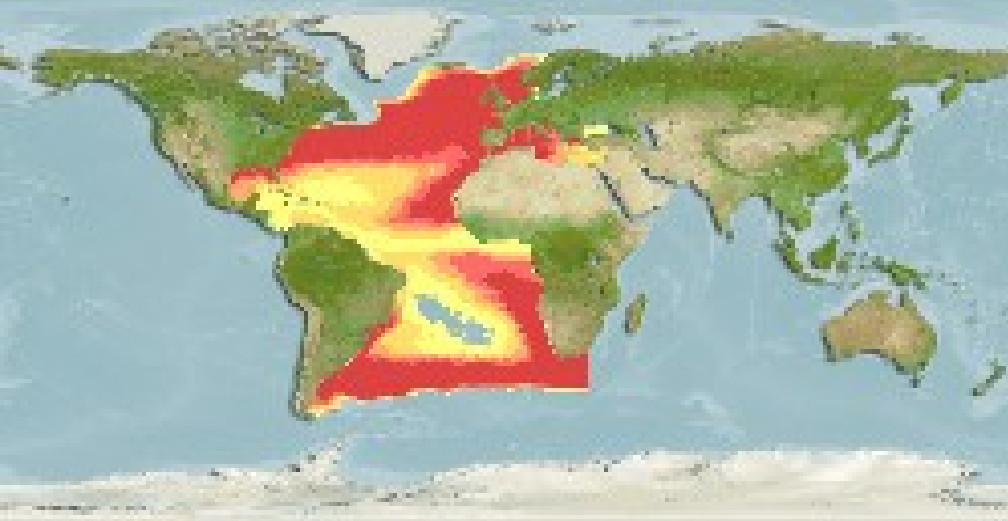
Millionen Arbeitsplätze weltweit, Erholung, ...

Fishing Down Marine Food Webs



Pauly, D. *et al.*, 1998. *Science*, 279(5352):860-863.

Wenn der Ozean wärmer wird



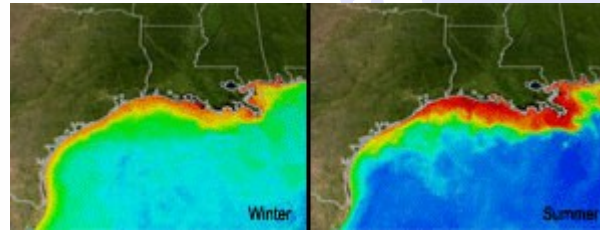
Dehnt er sich aus.

Verarmen die tropischen Meere, die nicht genug Sauerstoff enthalten, um zB Thunfische und anderen großen Kiemenatmern das Leben zu ermöglichen.

Die Fische wandern polwärts, weil es ihnen in den Tropen zu warm wird (zB auch: Mittelmeerfische in der Nordsee), aber Korallen können nicht leicht wandern, sie sterben.

Mehr CO₂ bedeutet, der pH Wert sinkt – Säuregrad steigt: Schlechte Nachricht für Pflanzen und Tiere mit Kalkskeletten...

Meeresverschmutzung muss das sein?



Tote Zonen
im Mississippi
Delta (Quelle:
NASA)

Bis zu 80% des Mülls
im Meer kommt vom
Land.
Dann kommt er im Fisch
zurück...



Aber es ginge ja auch anders

zB, wenn Fluggesellschaften Steuern auf Kerosen zahlten

zB, wenn Reeder und Schiffseigner der Handelsflotte überhaupt Steuern bezahlten, anstatt sich in besonders begünstigten Registern und Steueroasen ihrer Verantwortung zu entziehen

zB, wenn Überkapazität in der Fischereifangflotte nicht mehr subventioniert würde

Das täte uns und der Nahrung aus dem Meer sehr gut!

Struktur des Kaminabends

Einige Worte zur Einführung

Woran denken Sie zuerst, wenn Sie
"Lebensmittel" hören?

Unser Verständnis entwickelt sich

Ein paar Bemerkungen zur Rolle des Ozeans

Was sind Ihre Erfahrungen?

Was kann jeder für sich und was können wir
gemeinsam tun?

Nach der Parforce-Tour...

Das "große Panorama" ist mit unserer täglichen Erfahrung verknüpft, auch wenn wir es uns nicht dauernd bewußt machen.

Und die Summe unserer täglichen Erfahrungen wirkt zurück auf die großen Tendenzen.

Essen müssen wir alle, jeden Tag. So hat jeder eine eigene Erfahrung und etwas zu sagen.

Struktur des Kaminabends

Einige Worte zur Einführung

Woran denken Sie zuerst, wenn Sie
"Lebensmittel" hören?

Unser Verständnis entwickelt sich

Ein paar Bemerkungen zur Rolle des Ozeans

Was sind Ihre Erfahrungen?

**Was kann jeder für sich und was können wir
gemeinsam tun?**

Was können Sie tun?

Die eigene Ernährung möglichst vielseitig und saisongerecht gestalten, dabei hochverarbeitete Lebensmittel reduzieren, die auf immer denselben wenigen Getreidearten oder anderen Rohmaterialien basieren. Vor allem:

- * **Die neueste** Empfehlung für ein Wundermittel kritisch hinterfragen – ist es vielleicht nur eine Mode oder ein Verkaufstrick?
- * **Vielleicht** dank weniger Geschmacksverstärker Ihren eigenen Geschmackssinn wiederentdecken und die Nuancen verschiedener Nahrung genießen?
- * **Auf Energieeffizienz** achten, bei Herstellung, Transport, Verbrauch

Was können Sie noch tun?

Eigene Wege zu nachhaltigem Essen und Sein entdecken und mit anderen teilen – muss gar kein Kalvarienberg sein

- * Lassen sich solche Konzepte in die Deutsche Schule tragen, in Aktivitäten der Gemeinde?
- * Was kann im beruflichen Umwelt relevant sein?
- * Sind nachhaltige Ernährungsfragen nicht auch politische Fragen? Die in Medien, im Parlament, in Verbänden, der Zivilgesellschaft und anderswo gestellt werden können?

Da sie alle betreffen, gibt es auch viele unterschiedliche Betrachtungsweisen, die unterschiedlichen Ausgangsbedingungen Rechnung tragen

Was können wir evtl. gemeinsam tun?

Mundus maris hat in Zusammenarbeit mit Lehrern in Senegal und Gambia (Westafrika) Unterrichtsmaterialien für die FAO entwickelt, die u.a. Umwelterziehung stärken sollen:

- * **zB Fischlineale**, die Mindestgrößen von kommerziell wichtigen Fischen anzeigen. Kleinere haben sie sich noch nicht fortgepflanzt.
- * **In Europa** essen wir viele solcher Babies. Das ist ein Grund der Kampagne "Inseparable" der GD MARE, die u.a. auf Einhaltung der Mindestgrößen dringt. Wir haben zB Fischlineale und Lesezeichen für Griechenland produziert, um diese schlechten Praktiken überwinden zu helfen.



Unterstützung für diese Arbeiten wäre sehr hilfreich.

Was können wir noch gemeinsam tun?

Die verschiedenen Themen sind oft miteinander verknüpft und wir sind alle miteinander verbunden!

Engagement zum Schutz unserer Ernährung und des Ozeans, nicht nur am Welttag des Ozeans sondern das ganze Jahr, zB

- Stopp den Einwegplastiktüten – berichten Sie Ihre Erfahrungen (willkommen auf der *Mundus maris* Webseite, sozialen Medien)
- Fragen Sie Ihren Abgeordneten im Bundestag und im Europaparlament
- **Lokal + Global = Glokal**

Me(e)hr ...

<http://www.mundusmaris.org>

**Finden und mögen Sie uns auf
Facebook**

Wir freuen uns über

freiwillige Mitarbeit, Spenden für unsere
Arbeit, Ratschläge und professionelle
Hilfestellung, Dialog

Babies gehören nicht auf den Teller!



Danke!

info@mundusmaris.org