

Der Kartoffelfaktor

Auch die Herstellung und Zubereitung unseres Essens verursachen klimaschädliche Gase. Nun lässt sich Hunger nicht abstellen wie ein Automotor. Aber klimaschonend Essen ist möglich – und gesund.

Am meisten Klimagase lassen sich beim Rindfleisch vermeiden. Massentierhaltung, Intensivfütterung und weiter Transport verschlingen Unmengen Energie. Zudem geben die Wiederkäuer das stark klimawirksame Methan ab. So klebt an einer Rindfleisch-Kalorie etwa 20-mal mehr CO₂ als an einer Kartoffelkalorie.

Hin und wieder etwas Rindfleisch von heimischen Weidetieren kann dennoch sinnvoll sein. Denn so tragen Sie zum Schutz des Grünlandes und einer bäuerlichen Kulturlandschaft bei.

Erstaunlich klimawirksam ist Zurückhaltung auch beim Favoriten vieler umweltbewusster Menschen: dem Käse. Er ist – neben Knödelpulver und Chips – das zweitschädlichste Nahrungsmittel, mit einem »Kartoffelfaktor« von 8. Die Gründe sind wie beim Rindfleisch die aufwendige Tierhaltung und die starke Anreicherung von Fett und Eiweiß bei der Weiterverarbeitung. Ähnlich klimabelastend sind Butter und Sahne. Ersatz bieten fett- und eiweißreiche pflanzliche Nahrungsmittel wie Margarine, Soja, Nüsse oder Oliven.

Mehr Gemüse, Eier, Brot

Besser als vielleicht erwartet schneiden Schwein und Geflügel ab, besonders wenn sie aus der Region stammen. Mit einem »Kartoffelfaktor« von etwa 5 liegen sie gleichauf mit Tiefkühlgemüse, gefolgt von kaum verarbeiteten Milchprodukten wie Vollmilch, Quark oder

Joghurt. Als erstaunlich klimaschonend erweisen sich Eier, die etwa dreimal mehr Emissionen verschulden als Kartoffeln. Gleichauf mit dem Erdapfel rangiert Frischgemüse. Bis zu 40 Prozent weniger Treibhausgase verursachen Brot und Teigwaren – sie sind damit die Gewinner des Klimarankings.

Der Königsweg

Für klimafreundliche Ernährung gibt es demnach ein einfaches Rezept. Man nehme: allgemein weniger Fleisch (besonders vom Rind), weniger energiereiche Milchprodukte, mehr Gemüse, Kartoffeln und Teigwaren. Man beschaffe das alles möglichst aus der Region und aus ökologischem Landbau – denn hier werden die Böden nicht überdüngt, was die extrem klimaschädlichen Emissionen von Lachgas gering hält. Und man achte zudem auf eine vielseitige und ausgewogene Ernährung. So können Sie nicht nur die Klimalast Ihres Tellers halbieren, sondern auch Ihrer Gesundheit einen Gefallen tun.

Zehn Tipps für CO₂-arme Ernährung

- Kaufen Sie Ökoprodukte – das reduziert Treibhausgase um bis zu 60 Prozent.
- Produkte aus regionaler Herstellung verringern die Transportemissionen.
- Bevorzugen Sie wenig verarbeitete und unverpackte Lebensmittel.
- Vermeiden Sie Tiefkühl- oder künstlich getrocknete Waren wie Pommes, Knödelpulver oder Chips.
- Essen Sie möglichst nur saisonale Produkte.
- »Friss die Hälfte«: Jedes unnötige Pfund steht für ein Vielfaches freigesetzter Treibhausgase.
- Erledigen Sie Ihre Einkäufe zu Fuß oder per Fahrrad.
- Kaufen und kochen Sie mengenbewusst, statt Reste wegzuerwerfen.
- Getränke und Konserven möglichst nicht aus Einweggläsern – die verschlingen viel Recycling-Energie.
- Verwenden Sie statt Butterschmalz zum Frittieren lieber Pflanzenöle (aber kein Palmfett).

Rat holen, nachlesen

- Studie des Ökoinstitutes Freiburg: »Treibhausgasemissionen durch Erzeugung und Verarbeitung von Lebensmitteln« – www.oekoinstitut.de
- Flyer »Genussvoll essen und Klima schützen« – siehe www.bund-naturschutz.de/landwirtschaft
- »Ernährungswende« (2006), 208 S., oekom verlag



Effizient ist nicht gleich sparsam

Energiesparen ist in erster Linie eine Frage des Verhaltens: »Der Letzte macht das Licht aus!« oder »Fuß vom Gas!« – diese und andere sinnvolle Regeln lassen sich trainieren. Effizient dagegen ist ein Gerät, wenn es für die gleiche Dienstleistung weniger verbraucht als ein vergleichbares Modell – egal ob es sparsam oder intensiv genutzt wird. Was folgt daraus für unseren Alltag?

Glühlampen durch Energiesparlampen oder unregelte Heizungspumpen durch A-Modelle zu ersetzen, kann bis zu 80% sparen. Es sei denn, die Einsparung wird nicht zum Anlass, nun rund um die Uhr zu heizen oder mit der Rückzahlung des Stromanbieters zusätzliche Elektrogeräte zu kaufen. Was leider nicht unüblich ist – solche »Rebound-Effekte« finden volkswirtschaftlich durchaus Beachtung. Die Angebots- und Informationspolitik von Herstellern und Handel tun ein Übriges, so dass es fast leichter erscheint, alles falsch zu machen als nur einiges besser ...

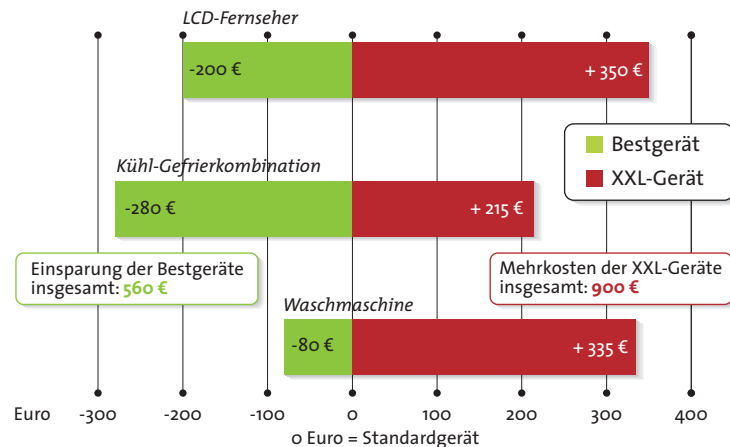
Gerne würde der BUND schlicht dazu raten, nur Geräte der Effizienzklasse A zu kaufen. Doch so einfach ist auch das nicht. Denn die Klassen geben ja nur an, wie viel Strom ein Gerät im Verhältnis zu anderen seiner Art benötigt. Ein weiteres Problem: Der Handel suggeriert, es gebe nur noch sparsame, weil mit A gekennzeichnete Modelle. Die in den 90er Jahren festgelegten Klassen sind hoffnungslos veraltet. Und Brüssels Eurokraten haben es erst im März erneut versäumt zu regeln, dass nur die sparsamsten Geräte ein A tragen dürfen.

XXL überrollt Klimaschutz

Der Stromverbrauch von Kühlgeräten sank in den letzten Jahrzehnten um die Hälfte – gleichzeitig stieg das Durchschnittsvolumen um ein Drittel. Das erwähnte Kennzeichnungsproblem ermöglicht es MediaMarkt & Co, mächtige »Side-by-Side«-Kühlschränke (wahlweise mit eingebautem Zapfhahn, Eiswürfelbereiter oder TV-Bildschirm) mit einem A oder gar A+ zu bewerben. Die aber brauchen das Doppelte eines meist völlig ausreichend dimensionierten Modells derselben Klasse. Auch bei den Waschmaschinen boomen immer größere Geräte mit Trommelvolumina von acht und neun Kilogramm. Fazit: Es wird eher mehr statt weniger Energie verbraucht ...

LCD- oder Plasma-Fernseher mit Bilddiagonalen über 80 cm sowie Zweit- und Drittgeräte sind derzeit so populär, dass der Fernseher bezüglich Stromverbrauch wohl zum Kühlschrank von morgen wird: Der Gesamtverbrauch europäischer Fernseher stieg allein von 2006 zu 2007 um knapp ein Viertel! Bis 2020 würde er, selbst wenn alle EU-Zuschauer die sparsamste Technologie verwendeten, um 30% wachsen, bei einem »weiter wie bisher« gar um 115%. Eine Kennzeichnungspflicht fehlt hier bislang, und Hersteller und Handel halten

Stromkosten im Vergleich zu einem Standardgerät nach zehn Jahren



Quelle: EU-Kommission (ErP-Vorstudien), BUND

sich mit freiwilligen Verbrauchsangaben bedeckt. Erst 2011 werden wohl auch TV-Geräte gekennzeichnet – doch die Industrie wird dafür sorgen, dass dann auch übergroße Modelle ein A erhalten.

Kleinvieh macht auch Mist

Neben den Großgeräten bahnen sich immer neue Stromfresserchen den Weg in die Wohnzimmer – wie Set-Top-Boxen (Spielkonsolen, Decoder etc.), W-Lan-Router oder DVD-Rekorder. In der Masse hinterlassen sie, auch durch unbemerkte Standby- und Schein-Aus-Verluste, immer größere Spuren in unserer Stromrechnung und in der Atmosphäre.

Auch Ökostrom will effizient und sparsam genutzt werden, um Atom und Kohle schnell überflüssig zu machen. Verbrauchsübersichten wie unter www.ecotopten.de helfen, wirklich sparsame Geräte zu finden. Mit »59 Tipps zum nachhaltigen Umgang mit Energie« gibt der BUND Baden-Württemberg eine gute Orientierung. Vor allem aber muss die Politik ernst machen damit, uns Verbraucher besser zu informieren und wirksam vor Stromfressern zu schützen. Der BUND setzt sich gemeinsam mit dem Bündnis »energieeffizienz – jetzt!« und der europäischen Kampagne »cool products« (www.coolproducts.eu) dafür ein.

Christian Noll

... kümmert sich im Klimateam des BUND um das Thema Energieeffizienz; mehr dazu unter www.bund.net/klimaschutz (Stromfresser stoppen).



BUND-aktiv im Netz

Der BUND baut sein Angebot im Internet stetig aus. Nutzen Sie die Vorteile dieses Mediums, seine Aktualität und seine Möglichkeiten, von zu Hause aus aktiv zu werden.

Ein Mausklick in Wanne-Eickel

... kann zum ökologischen Kurswechsel in Berlin oder in Konzernzentralen führen. Deshalb können Sie auf den BUND-Internetseiten Strom- und Handelsriesen auffordern, klimaschädliche Kohlekraftwerke zu stoppen oder gentechnikfreie Lebensmittel anzubieten. Und im Bundestagswahlkampf Ihren KandidatInnen auf den ökologischen Zahn fühlen.

Aktuelle Aktionen finden Sie unter www.bund.net/aktionen – oder abonnieren Sie unseren »Kampagnen-Newsletter« unter www.bund.net/anmelden. Tipp: Aktuelle Meldungen kommen per »RSS« oder mit dem Kurznachrichtendienst »Twitter« auch automatisch auf Ihre Rechner und Homepages. Informieren Sie sich dazu unter www.bund.net/rssfeed.

Ganz schön informativ

Der »BUND-Newsletter« informiert per E-Mail über die Arbeit des BUND: national, international und regional. Alle sechs Wochen und frei Haus liefert er einen Ökotyp, Hinweise auf (Online-)Aktionen, Neues von der BUNDjugend und vieles mehr. Ob es um Rasenmäher mit Charme geht (Exmoor-Ponys im einstigen Tagebaugelände), um Gift in Spielzeug (Warum Weichmacher verboten gehören) oder Demonstrationen (»Wir zahlen nicht für Eure Krise«) – es gilt: einmal angemeldet, immer gut informiert!

Sehen Sie sich online die letzte Ausgabe des »BUND-Newsletters« an: www.bund.net/bund-newsletter; oder abonnieren Sie ihn jetzt gleich unter www.bund.net/anmelden.

Alles für Ihr Engagement im BUND

Sie engagieren sich ehrenamtlich im BUND, und wir unterstützen Sie dabei. Jeden Monat teilen wir Ihnen mit einem »Aktiven-Newsletter« alles Neue und Aktuelle für Ihr Engagement im BUND mit. So informieren wir Sie über neuestes Sach- und Fachmaterial für Aktionen wie den Amphibienschutz, über neue interne Papiere und Publikationen, über Mustervorlagen, Mustervorträge und spezielle Angebote für Aktive. Dieser Newsletter ist Teil unserer internen Serviceseiten für BUND-Gruppen und Aktive auf www.bund-intern.net. Hier finden Sie alles, was Sie für Ihr Engagement benötigen. Und wenn Sie etwas vermissen, sagen Sie uns bitte Bescheid!

Den »Aktiven-Newsletter« erhalten Sie automatisch nach Ihrer Registrierung auf www.bund-intern.net.

Kontakt: BUND-Internetredakteurin Friederike Otto, Tel. 030/27586-411, friederike.otto@bund.net

- www.bund.net/anmelden
- www.bund-intern.net



»www.bund.net« bietet viele Möglichkeiten, sich online zu engagieren.



So vielseitig wie der BUND präsentiert sich auch der BUND-Newsletter.

Wachsen, ohne pleitezugehen

McPhoto-Bildarchiv



Heute ist alles möglich, es gebe, so heißt es, keine Tabus mehr. Mag sein – doch ein Thema bleibt unberührbar, und das erst recht seit dem Ausbruch der globalen Finanz- und Wirtschaftskrise: der Zweifel am Wachstumszwang.

as usual« rücken zudem jene Grenzen des Wachstums näher, die der Club of Rome schon in den 70er Jahren voraussah. Hungeraufstände wegen der Preissteigerungen bei Öl und Nahrungsmitteln im letzten Jahr waren nur ein weiterer Hin-

Autoschrott
Die unselige Abwrackprämie ist ein Sinnbild für Ressourcenverschwendung einer wachstums-hörigen Politik.

Zumindest für eine Weile schien der Finanzcrash die Horizonte des Denkens zu weiten. Im ersten Schock wurden bis hinein in die Banketagen, Managermeetings und Redaktionen allerhand Unumstößlichkeiten des Wirtschaftssystems zur Disposition gestellt. Wer hätte etwa je für möglich gehalten, dass das US-Magazin Newsweek auf seinem Titel ausruft: »Jetzt sind wir alle Sozialisten«? Und noch immer ist der Katzenjammer der neoliberalen Einheitsdenker von gestern so groß wie die Suche nach neuer Orientierung.

Allerdings verharrt die jetzt so verbreitete »Kapitalismuskritik« meist in der phantasielos binären, alten Vorstellung: Sozialismus oder Kapitalismus; Staat oder Privatwirtschaft. Wer aber bis zum inneren Antriebskern vordringt, der in der Realität beide Systeme ausgezeichnet hat – zum Drang, die Wachstumskurven möglichst steil nach oben zu treiben –, der hat die Tabugrenze erreicht. Bisher bestenfalls als naiv-romantischer Öko-Rigorist belächelt, bekommt er jetzt in der Krise noch Zynismus vorgeworfen. Sind doch vor allem die sozial Schwachen getroffen, wenn nun die Wachstumsraten oder die Wirtschaft ganzer Länder – von den USA bis Indien und China – chaotisch und un gelenkt schrumpfen. Viele Menschen verlieren ihr Angespartes, ihre Altersversicherung, ihre Arbeit. So fällt die Freude über einen vielerorts sinkenden Energie- und Ressourcenverbrauch schwer. Und der Gedanke liegt nah: Keine Zeit für Grundsatzfragen!

Weiter wie bisher?

Aber wann ist dann Zeit dafür, wenn sie doch in besseren Jahren schon fehlte, sodass jetzt, wo es darauf ankäme, die Entwürfe fehlen? Das Nachdenken weiter aufzuschieben ist schon deshalb Selbstbetrug, weil die Wachstumsbesessenheit zu den wichtigsten Ursachen des großen Finanzcrashs gehört. Bei einer Wiederherstellung der Weltökonomie nach dem Modell »business

weiss darauf. Längst kaufen Schwellenländer große Flächen in Armutsstaaten, um ihre Bevölkerung zu ernähren, und lösen damit wie in Madagaskar politische Krisen aus. Überdies ist ein ernsthaft gerechtes globales Klimaschutzregime, das den Entwicklungsländern eine Chance auf Wohlstand einräumt und zugleich der dramatischen Lage entspricht, nicht zu haben, ohne dass die Ökonomien der entwickelten Industrieländer schrumpfen. Zumindest muss ihr Wachstum – wie auch das der Nachholer – mit drastisch weniger Rohstoff- und Energieverbrauch einhergehen. Doch selbst die meisten Effizienzgewinne beim Energieverbrauch haben sich bisher durch gesteigerte Ansprüche, mehr Konsum und Produktion wieder in Wohlgefallen aufgelöst. Ein anderes Wachstumsmodell braucht andere Werte und Antriebe, und der Biologe Michael Succow fragt richtig: »Wie können wir von der Strategie der Natur lernen: wachsen und dabei immer komplexer und reicher zu werden, ohne pleitezugehen?«

Drei Krisen mit einer Klappe

Die Redewendung von der Krise als Chance hat oft etwas inhaltsleer Routiniertes. Doch wenn jetzt zig Milliarden Euro in Konjunkturprogramme gesteckt werden, dann bergen diese Investitionen tatsächlich die Option, »drei Krisen mit einer Klappe« zu schlagen, wie die ZEIT formulierte, und den wenigen, meist lokalen Modellen für Kreislaufökonomien Schwung für die breitere Ebene zu geben. Stattdessen wird mit hilflosen Abwrackprämien der alten Konsumspirale Tempo verliehen, in der vagen Hoffnung, das Auto danach könnte etwas niedrigere Emissionswerte haben.

In den 80ern gab es einmal einen sehr schönen Begriff: »qualitatives Wachstum«. Höchste Zeit, ihn wieder mit Inhalt zu füllen.

Christiane Grefe

... ist Redakteurin der ZEIT.

Schumann/Grefe:
Der globale Countdown – Wege aus der Weltkrise, 2009, Verlag KiWi

