



# Klimafreundlich kochen

**Unsere Ernährung belastet das Klima – mehr als Wohnen und Mobilität. Die Schule spielt gemäss Lehrplan 21 eine wichtige Rolle beim Vermitteln der Hintergründe. Hauswirtschaftsunterricht und Hort bieten ideale Möglichkeiten, um eine Vorbildfunktion punkto nachhaltiger Ernährung einzunehmen.**

Das Thema Ernährung fristet in der Klimadiskussion ein Schattendasein. Zu Unrecht: Die Ernährung ist in der Schweiz für rund ein Drittel der Umweltauswirkungen verantwortlich. Der Fleischkonsum spielt dabei eine grosse Rolle. In unserer Wohlstandsgesellschaft müssen wir uns die Frage stellen, wie viel tierische Produkte wir konsumieren. Früher war Fleisch ein Luxusgut. Heute, wo wir noch ganze sieben Prozent des Einkommens für Nahrungsmittel ausgeben, spielt es finanziell für die meisten keine Rolle, wie oft Fleisch auf den Tisch kommt.

## Tierische Nahrungsmittel schaden dem Klima

Fleischmenüs belasten die Umwelt rund dreimal stärker als vegetarische. Betrachtet man nur die Treibhausgase, wird der Unterschied noch deutlicher: Rindfleisch belastet das Klima rund 17-mal stärker als Tofu und 150-mal stärker als Kartoffeln. Auch Käse schlägt auf die Klimabilanz (siehe Grafik). Dies liegt einerseits am Methan (CH<sub>4</sub>), das Rinder und Kühe ausstossen und das als Treibhausgas 28-mal stärker wirkt als CO<sub>2</sub>. Andererseits essen wir in der Schweiz so viel Tierisches, dass für die Fleischproduktion Kraftfutter aus Südamerika benötigt wird. Dort werden für Futterpflanzen wie Soja Wälder abgeholzt, was den CO<sub>2</sub>-Gehalt in der Atmosphäre erhöht.

Gemäss der Schweizer Lebensmittelpyramide beinhaltet eine ausgewogene Ernährung 200 bis 300 Gramm Fleisch pro Woche – derzeit essen wir ein Kilo. Auch aus gesundheitlicher Sicht ist es also ratsam, den Fleischkonsum um zwei Drittel zu reduzieren. Fleisch würde so wieder zum Genuss für spezielle Tage, und wir könnten unsere Schweizer Tiere mit einheimischem Futter versorgen. Leckere

Alternativen gibt es zum Glück zuhauf. Wer noch mehr für die Umwelt tun will, verzichtet zusätzlich auf Flugware und bevorzugt Bioprodukte.

Auch Food Waste trägt zur Klimabelastung bei. Ein Drittel aller Lebensmittel landet heute im Müll statt auf dem Teller. Fast die Hälfte dieser Lebensmittelabfälle verursachen wir zu Hause. Falsch gelagert, Haltbarkeitsdatum abgelaufen, zu viel geschöpft – Gründe gibt es viele. Unter anderem landen so jährlich rund 24 000 Rinder und Kälber, 84 000 Schweine und 2,8 Millionen Hühner im Abfall. Ohne jeglichen Nutzen werden diese Tiere geschlachtet und die Umwelt belastet.

## Lehrplan fördert Umweltbewusstsein

In der Bevölkerung fehlt nicht nur das Bewusstsein für die Umweltrelevanz der Ernährung, es mangelt auch an Umsetzungswissen. Hier ist die Schule gefordert. Im Lehrplan 21 werden die Themen ab dem zweiten Zyklus aufgegriffen. Die Schülerinnen und Schüler befassen sich mit der Ernährungspyramide und der Lebensmittelverschwendung (Natur, Mensch, Gesellschaft/NMG 1.3). Auch Herstellung und Transport von Gütern (NMG 6.3) können die Kinder anhand von Nahrungsmitteln erforschen. Dabei kann auch der Fleischkonsum zur Sprache kommen. Eine Ergänzung dazu könnte zum Beispiel eine Empfehlung an die Eltern für ein klimafreundliches Znüni sein.

Im dritten Zyklus analysieren die Jugendlichen Mensch-Umwelt-Beziehungen (Räume, Zeiten, Gesellschaft/RZG 3.1 und 3.2). Hier können der Schulbesuch einer Umweltlehrperson der Stiftung Praktischer Umweltschutz Pusch zum Thema Food Waste oder diverse fixfertige Unterrichtsmaterialien, die auf der Pusch-



Website zum Download bereitstehen, die Lehrperson unterstützen. Die Erfahrungen zeigen, dass Jugendliche sehr gut auf das Thema ansprechen, da es nah an ihrem Alltag ist. Im Fach Wirtschaft, Arbeit, Haushalt (WAH) werden die Auswirkungen der Güterproduktion thematisiert (WAH 1.3). Zudem sollen die Schülerinnen und Schüler ökologische Kaufentscheidungen fällen können und die globalen Auswirkungen ihres Konsums verstehen (WAH 3.3, 4.3 und 4.5).

Viele Hauswirtschaftslehrpersonen haben durch die Einführung des Lehrplans 21 das Bedürfnis, sich mit BNE-Themen auseinanderzusetzen. Es überrascht deshalb nicht, dass Weiterbildungen wie «Nachhaltige Ernährung macht Schule», welche die Stiftung Pusch während der letzten drei Jahre durchgeführt hat, auf grosse Nachfrage stossen. Spezielles Interesse besteht am Thema Food Waste, zu dem Pusch deshalb neu an verschiedenen PH ebenfalls eine Weiterbildung anbietet.

#### Die Schule als Vorbild

Das Fach WAH eignet sich ganz besonders, um die Ernährung und das Klima zu thematisieren. Denn hier ist es für Jugendliche möglich, Menüs mit kleineren Fleischmengen, Saisonalem oder einem veganen Gericht auszuprobieren und sich die Hintergründe dazu zu erarbeiten. Man darf den Schülerinnen und Schülern auch etwas schmackhaft machen, ohne hervorzuheben, dass das Gericht fleischlos ist. Erfolgversprechend ist oft, sich Ideen bei exotischen Vegi-Rezepten zu holen und diese mehrheitstauglich abzuändern. Am Anfang könnte zum Beispiel eine selbstgemachte Falafel stehen.

Auch das Vermeiden von Food Waste lässt sich im WAH-Unterricht bestens üben: exaktes Planen, alle Teile von Gemüse verwenden, nicht zu viel schöpfen, Reste verwerten. Oder wie wäre es mit einem Wettbewerb: Wer macht am wenigsten Rüstabfälle? Wer hat dank korrekter Planung am wenigsten Reste? Falls an der Schule ein Pausenkiosk betrieben wird, eignet sich dieser hervorragend, um mit den Schülerinnen und Schülern durchzuspielen, wie ein klimafreundliches

Znüni aussehen kann. Wer es ganz genau wissen möchte, kann den CO<sub>2</sub>-Rechner von «Eaternity» zu Rate ziehen. Für den Elternabend könnten die Kinder zudem ein klimafreundliches Buffet zubereiten und Infos dazu auf einem Flyer kommunizieren.

#### Auch ein Thema für den Mittagstisch

Immer häufiger ist der Schule ein Hort oder eine Mensa angegliedert. Klimafreundliche Verpflegung ist hier noch keine Selbstverständlichkeit, wird aber immer wichtiger. Grosse Caterer wie SV Schweiz oder die Menu and More AG, die unzählige Mittagstische beliefern, bieten klimafreundliche Menüs an. Es ist wichtig, dass Schulleitung und Gemeinde dieses Kriterium in die Vergabe von Aufträgen für Hortküchen einfließen lassen. Eine weitere Möglichkeit ist die Einführung eines Vegi-Tages, wie ihn die Städte Nidau und Lyss in ihren Tagesschulen erfolgreich umsetzen.

Welche Massnahmen auch immer zum Einsatz kommen: Wichtig ist, dass sie attraktiv und positiv vermittelt werden – nicht zuletzt den Kindern. SV Schweiz präsentiert ihre Menüs beispielsweise auf einem Plakat als eisbärenfreundlich, um die Kinder auf der emotionalen Ebene abzuholen. Für Lehrpersonen bietet es sich an, die Klima-Informationen aus der Mensa im Unterricht aufzugreifen. ■

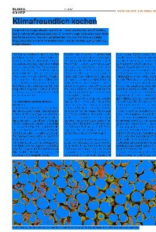
**Andreas Brüttsch**  
**PUSCH Praktischer Umweltschutz**

#### Weiter im Netz

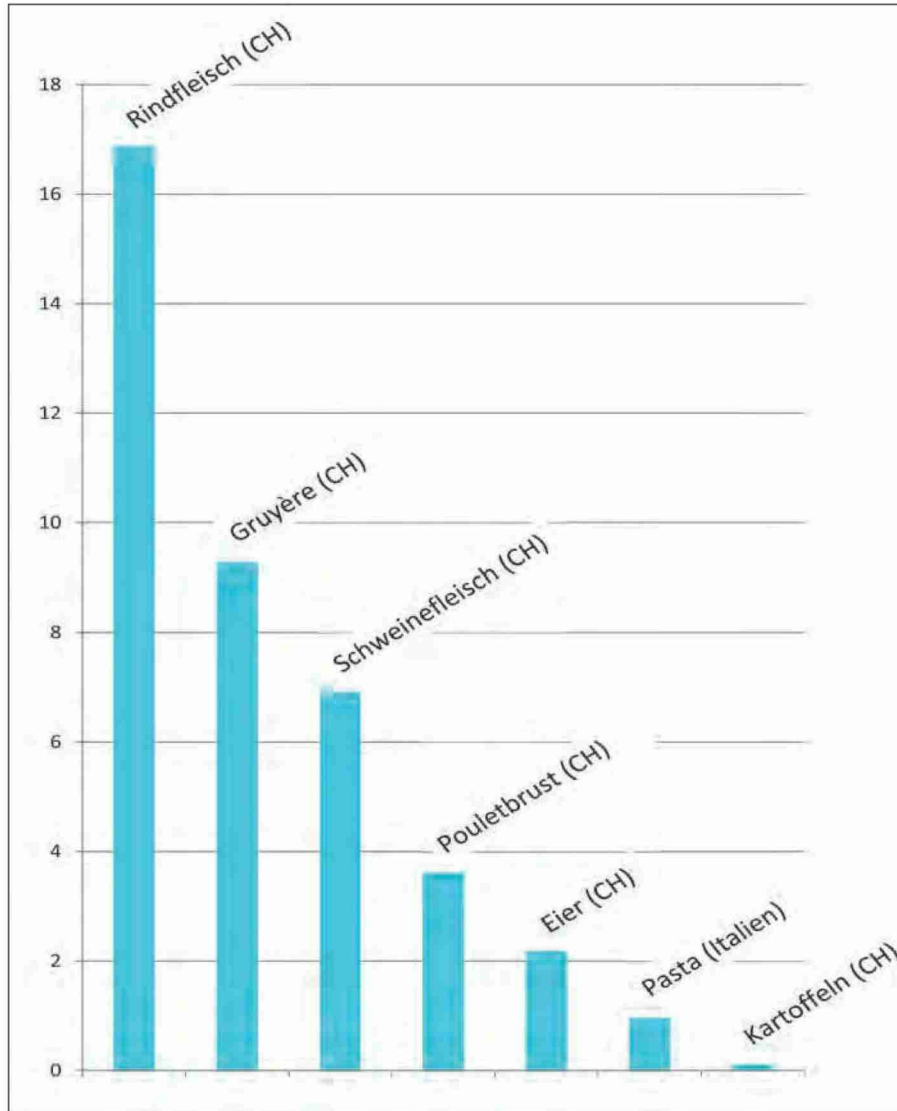
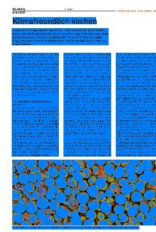
[www.pusch.ch/schule](http://www.pusch.ch/schule)

[www.foodprints.ch](http://www.foodprints.ch) – Infos zur Ernährungspyramide

[www.eaternity.org/blog/](http://www.eaternity.org/blog/) – Zugang zum CO<sub>2</sub>-Rechner für Nahrungsmittel



Ein Drittel aller Lebensmittel wird verschwendet. Das schadet nicht nur dem Portemonnaie, sondern auch der Umwelt. Foto: Shutterstock



**Kilogramm CO<sub>2</sub>-Ausstoss pro Kilogramm Essen (andere Treibhausgase werden anhand ihres Treibhauspotenzials umgerechnet): Tierische Produkte schneiden in der Klimabilanz schlechter ab als vegetarische.**  
Grafik: Pusch/Quelle: Eaternity