



© umweltberatung.at

KLIMASCHUTZ DURCH GESUNDE ERNÄHRUNG

Wann hat welches Obst/Gemüse Saison?

In der Broschüre „Klimaschutz mit gesunder Ernährung!“ werden Tipps zu einer gesunden und klimafreundlichen Ernährung gegeben.

Was wir essen beeinflusst nicht nur unsere Gesundheit und Leistungsfähigkeit, sondern auch Luft, Wasser, Boden und das Klima.

Die Mitgliedsstaaten der EU, und somit auch Österreich, haben sich verpflichtet, die Treibhausgasemissionen bis zum Jahr 2030 um 55% gegenüber dem Wert des Jahres 1990 zu vermindern und bis 2050 komplett CO₂ neutral zu sein.

Mit gemüsericher Kost, viel Obst, viel Getreide, Hülsenfrüchten und wenig tierischen Lebensmitteln UND der Umstellung auf Bio-Lebensmittel sparen Sie 40% der durch Ernährung verursachten CO₂-äquivalenten Emissionen ein! Wussten Sie zum Beispiel, dass Bohnen und Linsen fast genau soviel Eiweiß wie Fleisch enthalten?

Die Saisonzeiten von einigen Ost- und Gemüsesorten sind grafisch dargestellt. Praktische Saisonkalender von Obst und Gemüse sind vielerorts erhältlich—so auch bei DIE UMWELTBERATUNG.

Weitere Infos in der Broschüre zum Download:



www.umweltberatung.at/download/?id=Klimaschutz_mit_gesunder_Ernaehrung_Ernaehrung-1155-umweltberatung.pdf

Quelle: www.umweltberatung.at

Nähere Informationen & Kontakt:



Julia Kreimer, BSc
+43 664 88100030
julia.kreimer@reiterer-scherling.at
www.oberesfeistritztal.at