

BioStadt Bremen Unsere Ziele

Wir wollen allen Menschen eine gesunde und nachhaltige Ernährung ermöglichen.

Weniger Fleisch

stärkt die Gesundheit, schont die Umwelt und das Klima.

Bio-Lebensmittel

fördern die artgerechte Tierhaltung, den aktiven Bodenschutz und den Erhalt der biologischen Vielfalt.

Saisonal und regional einkaufen

spart Transportwege, Verarbeitungsverfahren und Verpackungsmüll.

Wertschätzung für Lebensmittel

reduziert Lebensmittelverschwendung und fördert nachhaltiges Ernährungshandeln.

Weitere Informationen

www.biostadt.bremen.de
www.instagram.com/biostadt.bremen

Kontakt

biostadt@umwelt.bremen.de

BioStadt Bremen Ihr Beitrag

Weniger Fleisch, mehr Qualität

Machen Sie den Fleischverzehr zum Festmahl, achten Sie auf Bio-Qualität. Fleisch ist nichts für jeden Tag!

Mehr Ursprung, weniger Unfug

Kaufen Sie Frische in ihrer ursprünglichen Form. Denn weiterverarbeitete Lebensmittel belasten nicht nur das Klima, oft enthalten sie auch überflüssige Zusätze.

Lieber Genussmensch als Gewohnheitstier

Viele Küchen der Welt kochen regelmäßig vegan oder vegetarisch. Verlassen Sie alte Gewohnheiten, probieren Sie neue Rezepte aus und kommen Sie auf den Geschmack.

Besser nachschauen als wegsehen

Gut informiert sein heißt handlungsfähig sein. Lieber einmal mehr nachschauen und das Produkt auf Herz, Nieren und Nachhaltigkeit prüfen. Dann erst eine bewusste Wahl treffen.

Besser regional als exotisch

Kaufen Sie überwiegend das ein, was die Region und die Saison gerade bieten. Kurze Lieferketten reduzieren CO₂, und Sie unterstützen nebenbei die Betriebe in Ihrem Umfeld.



BioStadt Bremen Unsere Haltung

Der ökologische Landbau schont Böden, sorgt für weniger belastetes Abwasser, fördert die Artenvielfalt und trägt dazu bei, unser Klima zu schonen. „Bio“ steht daher für Nachhaltigkeit, den sorgsamsten Umgang mit unserer Umwelt und eine möglichst artgerechte Tierhaltung.

Bremen setzt sich aktiv dafür ein, den Ökolandbau und die Nachfrage nach Bio-Lebensmitteln mit kurzen Transportwegen zu fördern.

Von der Bevölkerung in Bremen sind bisher wichtige Impulse für das Themenfeld Ernährung ausgegangen. Diskutieren auch Sie mit und beteiligen Sie sich an der Transformation unseres Ernährungssystems!

Informationen zu Veranstaltungen, Projekten und Fördermöglichkeiten finden Sie unter

www.biostadt.bremen.de oder
www.instagram.com/biostadt.bremen



Die Haltung macht's! „Ich esse weniger Fleisch, weil mir meine Gesundheit wichtig ist!“

Gut fürs Tier, gut fürs
Klima, gut für mich!

www.biostadt.bremen.de



BREMEN
ERLEBEN!

BIOStadt
BREMEN

Die Senatorin für Klimaschutz,
Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung
und Wohnungsbau

Freie
Hansestadt
Bremen

Klasse statt Masse Die Haltung macht's!

Jeden Tag Braten, Wurst oder Aufschnitt, das muss nicht sein – und ist meist nur eine „alte Gewohnheit“. Diese jetzt zu überprüfen, lohnt sich.

Denn die Bereitstellung von billigem Fleisch für den täglichen Konsum ist ein Problem. Dahinter steckt die sogenannte intensive Tierhaltung – und die ist weder gut für das Tier noch für die Umwelt noch für den Menschen selbst. Unter anderem ist die Belastung von Klima und Gewässern enorm. Gleichzeitig erhöhen sich die gesundheitlichen Risiken. Die Folgekosten trägt die Gesellschaft, also jede:r Einzelne von uns.

Dabei können wir durch unseren Konsum viel bewegen. Verändern wir unsere Kauf- und Ernährungsgewohnheiten hin zu mehr biologisch erzeugten und vor allem pflanzlichen Lebensmitteln, stellen wir damit die Weichen für ein nachhaltigeres und gesünderes Leben. Die Devise lautet:

Wer weniger Fleisch isst, gewinnt Lebensqualität, für sich und für andere.

Weniger Fleisch Gut für mich!

Eine pflanzenbetonte Ernährung mit einem geringen Fleischanteil ist gut für die eigene Gesundheit.

Eine vollwertige Mischkost sollte zum größten Teil aus pflanzlichen Lebensmitteln bestehen und lediglich durch geringe Mengen tierischer Lebensmittel ergänzt werden. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) betont:

Viel Gemüse und Obst und wenig Fleisch senken das Risiko für die häufigsten Todesursachen.

Eine pflanzenbetonte Ernährung reduziert das Risiko für Schlaganfall, koronare Herzkrankungen und Dickdarmkrebs.

Gleichzeitig schaffen kleinere Fleischportionen beziehungsweise mehr vegetarische Gerichte auf dem Speiseplan finanzielle Spielräume für den Einsatz von Bio-Produkten. Somit ist eine gesunde und nachhaltige Ernährung für alle Menschen möglich!



Weniger Fleisch Gut fürs Klima!

Die Nutztierhaltung ist mitverantwortlich für die größten Umweltprobleme unserer Zeit.

Mit rund 20 Prozent der weltweiten CO₂-Emissionen zählt die Tierproduktion zu den Hauptverursachern der Erderwärmung.

Die Produktion von 1 Kilogramm Rindfleisch verursacht rund 30-mal so viel CO₂ wie die Herstellung von 1 Kilogramm Kartoffeln.

Unsere Zukunft liegt deshalb auch auf unseren Tellern: Einer WWF-Studie zufolge würde es dem Klima schon helfen, wenn wir unseren Fleischkonsum um die Hälfte reduzierten. Anfangen kann aber nur jede:r bei sich selbst.



Mehr Bio-Qualität Gut fürs Tier!

Jedes Stück Fleisch, das nicht gekauft und verzehrt wird, hilft dem Tierwohl.

Wenn aber mal Fleisch auf dem Teller landet, dann am besten in Bio-Qualität. Die artgerechte, umwelt- und klimafreundliche Tierhaltung ist ein Grundpfeiler der ökologischen Landwirtschaft.

Bio-Betriebe achten darauf, dass die Tiere artgerecht gehalten und gefüttert werden und dadurch gesund bleiben.

Dazu gehören zum Beispiel der Kontakt zu Artgenossen, ausreichend Platz und Auslauf, frische Luft und Tageslicht. Letztendlich ist es auch eine Frage der persönlichen Einstellung.

Wie sehr liegt Ihnen Ihre Gesundheit, unsere Umwelt und das Wohl unserer Nutztiere am Herzen?

Mit unserem Konsumverhalten können wir auf alles Einfluss nehmen, auch auf die Tierhaltung!

