

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

Dein Beitrag

Weniger Fleisch, mehr Qualität

Mache den Fleischverzehr zum Festmahl, achte dabei auf Bio-Qualität. Fleisch ist nichts für jeden Tag!

Mehr Ursprung, weniger Unfug

Kaue frische Produkte und verzichte auf Zusätze. Denn weiterverarbeitete Lebensmittel belasten nicht nur das Klima, sondern oft auch die eigene Gesundheit.

Lieber Genussmensch als Gewohnheitstier

Viele Küchen der Welt kochen regelmäßig vegan oder vegetarisch. Es lohnt sich, was Neues auszuprobieren! Entdecke dein Lieblingsrezept – ohne Tier und mit viel Genuss.

Besser nachschauen als wegsehen

Gut informiert sein heißt bewusste Entscheidungen treffen können. Lieber einmal mehr nachschauen und das Produkt auf Herz, Nieren und Nachhaltigkeit prüfen.

Besser regional als exotisch

Kaue viel von dem ein, was aus der Region kommt und was die Saison gerade bietet. Durch kurze Lieferketten reduzierst du CO₂ und förderst nebenbei die Betriebe, die ganz in der Nähe gesunde Nahrung herstellen.



Gemeinschaftsverpflegung

in Bremen

Aktionsplan 2025 – Gesunde Ernährung

Mit dem „Aktionsplan 2025 – Gesunde Ernährung in der Gemeinschaftsverpflegung der Stadtgemeinde Bremen“ soll das Essen für alle Menschen gesund und nachhaltig werden.

Vorbeugen ist besser als heilen

Durch eine gesunde Ernährung und einen aktiven Lebensstil können viele ernährungsbedingte Krankheiten schon im Vorhinein verhindert werden.

Umdenken ist besser für die Umwelt als reparieren

Es gibt einen dringenden Handlungsbedarf in Sachen Landwirtschaft und Ernährung. Wir überlasten unsere Ressourcen: zu viel Treibhausgase, verschmutzte Gewässer, Artensterben. Zum Glück muss das Rad für eine zukunftsfähige Ernährung nicht neu erfunden werden. Der „Aktionsplan 2025“ ist ein wichtiger Schritt, um den Absatz von regionalen Bio-Produkten zu steigern und somit die Umwelt zu schonen.



Die Haltung macht's!

„Ich esse weniger Fleisch,
weil mir unsere Zukunft
wichtig ist!“

Für eine gesunde und
nachhaltige Ernährung

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, gut für alle!

Wie man sich als Kind und Jugendlicher entwickelt, hängt zum großen Teil von einer gesunden und ausgewogenen Ernährung ab.

Gesund und nachhaltig zu essen bedeutet, sich überwiegend pflanzlich zu ernähren – mit ökologischen, regionalen, saisonalen und frischen Lebensmitteln.

Ausgewogen, lecker und abwechslungsreich sollte das Essensangebot sein – nicht nur zu Hause, sondern auch in Kitas und Schulen.

Eine vollwertige Mischkost sollte deshalb zum größten Teil aus pflanzlichen Lebensmitteln bestehen und lediglich durch geringe Mengen tierischer Lebensmittel ergänzt werden.

Viel Gemüse und Obst und wenig Fleisch senken das Risiko für chronische Krankheiten.



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.

Einer WWF-Studie zufolge würde es dem Klima schon helfen, wenn wir unseren Fleischkonsum um die Hälfte reduzierten. Die Zukunft unserer Kinder liegt deshalb auch auf unseren Tellern.



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.

Wie sehr liegt dir deine Gesundheit, unsere Umwelt und das Wohl unserer Nutztiere am Herzen?

Mit deinem Konsumverhalten kannst du auf alles Einfluss nehmen, auch auf die Tierhaltung!

