

WIE KÖNNEN WIR VERBRAUCHER HANDELN?

- **Nutri-Score** kann ein wichtiger Bestandteil unseres Kaufverhaltens und unserer Ernährung sein. Wer als Produzent künftig auf dieses Label verzichtet, setzt sich dem Verdacht aus, dass sein Produkt scheinbar nicht so gesund ist.



- Wir können auf regionale Produkte zugreifen, indem wir z. B. in Hofläden, Märkten einkaufen und im Supermarkt darauf achten, wo das Produkt herkommt.



- Saisonales Obst und Gemüse bevorzugt konsumieren.

- Beim Einkaufen überlegen, wo die angebotenen Lebensmittel herkommen und welchen Transportweg sie zurückgelegt haben.



- **Bioprodukte** kaufen, um deren Hersteller zu stärken.

- In den Fischabteilungen auf **MSC**- und **ASC**-Label achten. Viele Supermärkte haben eigene Label, die nicht überfischte, nachhaltig gefangene oder gezüchtete Arten kennzeichnen. Und es ist nie verkehrt, mal kritisch nachzufragen.



- Zu guter Letzt sollte sich jeder, auch wir als GLB-Fraktion, dafür einsetzen, dass nicht immer mehr wertvolles **Ackergelände** für überflüssige Bebauung, z.B. riesige Logistikhallen, unwiederbringlich verloren geht.



MITMACHEN!

Haben sie Lust darauf, bei uns mitzumachen und die Politik am eigenen Ort mitzugestalten? Dann nehmen Sie mit uns Kontakt auf – per Telefon, E-Mail, über Facebook oder Twitter – oder besuchen Sie uns einfach bei einer unserer stets öffentlichen GLB-Fraktionssitzungen in der Alten Schule Klein-Gerau (Hintergebäude), immer montags um 20:00 Uhr im 2-Wochen-Rhythmus, die Termine finden Sie auf der GLB-Webseite oder in den Büttelborner Nachrichten.



NICHT VERPASSEN!

Unsere nächsten GLB-Stammtische sind am **29. Januar** in Worfelden mit dem Schwerpunktthema dieses Flyers „Ernährung“ und am **26. Februar** in Büttelborn, wo wir die Ausgangslage ein Jahr vor der nächsten Kommunalwahl 2021 besprechen wollen. Sprechen Sie uns einfach an. Unsere Mitglieder geben gerne Auskunft. Besuchen Sie uns auf: www.glb-im-web.de

Unabhängige Wählervereinigung Grüne Liste Büttelborn

Kontakt:
Ute Kroiß
Moselstraße 14
64572 Büttelborn
Telefon 81438

www.glb-im-web.de
 facebook.com/gruenelistebuettelborn
 twitter.com/glb_2016



Grüne Liste Büttelborn



GESÜNDER ERNÄHREN – MAN IST, WAS MAN ISST.



DIE LEBENSMITTELAMPEL

Ernähren wir uns gesund? Immer mehr Aromen, Zucker, Salz und Fett ersetzen den natürlichen Geschmack der Produkte. Weltweit nehmen Krankheiten wie Übergewicht, Diabetes und Bluthochdruck zu. Übergewicht ist in Deutschland eines der größten Krankheitsrisiken für Kinder. Wäre es nicht gut, wenn man mit einem Blick schnell erkennen könnte, welche der vielen Tiefkühlpizzen im Supermarkt die „gesündere“ ist?

Deshalb wird seit einiger Zeit über die Einführung der Lebensmittelampel, auch Nutri-Score genannt, diskutiert. Dies ist eine Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln. Dabei werden Zucker, Fett und Salz, aber auch „gute“ Bestandteile wie Ballaststoffe oder Proteine bewertet. Dies geschieht mittels einer fünfstufigen Farbskala, die von grün (positiv) bis rot (negativ) reicht.



In Frankreich ist Nutri-Score schon eingeführt, Belgien, Spanien und Portugal wollen demnächst folgen. Gemäß EU-Recht ist eine solche Information auf der Packungsvorderseite ausdrücklich erlaubt.

Die Bundesministerin für Ernährung und Landwirtschaft, Julia Klöckner, blockte dieses Vorhaben seit langer Zeit. Verbraucher sollten laut ihrer Aussage nicht verwirrt werden, gab sie vor. Jetzt soll Nutri-Score in Deutschland doch kommen, allerdings für die Hersteller nur freiwillig und nicht verpflichtend.

Zweifellos kann diese Ampel uns bei der Lebensmittelauswahl und einer gesünderen Ernährung helfen. Wer findet sich schon schnell auf den Lebensmittelverpackungen mit den Bezeichnungen, Zutaten und deren Mengen zurecht, die auch oft noch irreführend und kaum lesbar klein dargestellt werden?

Um es klarzustellen: Es geht nicht um die Abschaffung von bestimmten Lebensmitteln oder Bevormundung der Verbraucher. Es geht um eine einfache Möglichkeit um zu erkennen, welches Produkt gesund oder weniger gesund ist. Dies muss man dem Verbraucher zugestehen. Wenn die Hersteller gesünderer Lebensmittel dadurch einen Vorteil haben, umso besser.

REGIONAL UND SAISONAL

Keine Lebensmittelampel nötig haben frisches Gemüse und Obst: Sie können wir frisch und somit unverarbeitet kaufen. In Landläden, auf Wochenmärkten, aber auch in Supermärkten sind sie zu kaufen.

Im Supermarkt bekommen wir auch exotisches Obst und Gemüse in großer Vielfalt angeboten. Sicherlich schmecken Papayas, Litschis, Mangos interessant und sind eine Abwechslung. Aber stehen Nutzen und Aufwand in einem vernünftigen Verhältnis?



Früchte aus fast allen Teilen der Welt

Bild: KarinKarin - pixabay.com

Aber auch in unseren Breiten vorkommende Lebensmittel wie z. B. Erdbeeren werden zu fast jeder Jahreszeit angeboten. Wenn man sieht, wo sie herkommen, kann man sich schon Gedanken machen, was alleine der Weg für die Umwelt bewirkt und wie denn eine solch empfindliche Frucht so lange schön und unverändert haltbar gemacht werden kann. Sind Äpfel aus Neuseeland, die nach 18.000 km Transportweg in Folie abgepackt, strahlend wie frisch lackiert, tatsächlich gesünder als Heimische? Und wie kommt es, dass der Preis zwischen beiden durchaus vergleichbar ist? Es ist für die Umwelt sicher viel besser, auf dem Wochenmarkt nur so viele Äpfel zu kaufen, wie man braucht, statt einer festgelegten, eingeschweißten Verpackungseinheit.

UND DIE LEBEWESEN?

Doch geht es nicht nur um unser Wohlergehen. Den Tieren, wenn sie schon nur für unsere Ernährung leben, sollte man Quälereien wie Massentierhaltung auf kleinstem Raum und Transporte durch halb Europa ersparen. Wir wissen, dass die Großbetriebe mit vielen Mitteln, u. a. auch Antibiotika für schnelleres Wachstum, nachhelfen. Dies wiederum hat auch negativen Einfluss auf unsere eigene Gesundheit. Im eigenen Interesse müssen wir uns dafür einsetzen, dies zu beenden. Die Subventionierung der Landwirtschaft sollte den Landwirten und denen helfen, die sich bemühen, Gesundes – schonend für Tier und Natur – anzubieten, und nicht den Agrarkonzernen.



Schweinetransport

Bild: Izvora, wikimedia.org, Lizenz CC BY-SA 1.0

Dies trifft auch auf Fischzucht und Fischfang zu. Viele Fischarten werden in Teichen gezüchtet. Um schnelles Wachstum, also hohe Erträge zu generieren, wird auch hier teilweise mit fragwürdigen Substanzen gearbeitet. Außerdem hat der Schleppnetzfang u. a.



Fang und Beifang beim Garnelenfischen in Florida.

wikimedia.org

zu einer Überfischung der Meere geführt. Ist es ethisch vertretbar, durch diese Fangmethode auch andere Lebewesen (sogenannter „Beifang“) zu töten um an den eigentlichen Fang zu gelangen? Darf man den Meeresboden so „abgrasen“, dass fast nichts mehr übrig bleibt? Auch bei der Meeresfischerei

gibt es Label, wie das MSC- oder ASC-Siegel, die für nachhaltige Fischerei bzw. Züchtung in Aquakulturen stehen. Sie sind nicht unumstritten, weisen aber einen Weg in die richtige Richtung. Man sollte sich jedoch selbst informieren.