

## MÜLL VERMEIDEN

Was nicht produziert wird, muss nicht entsorgt werden, verbraucht keine Ressourcen und belastet kein Wasser.

- Unverpackt und Mehrweg bevorzugen. Auf wenig, bzw. umweltfreundliche, plastikfreie, recyclingfähige Verpackung achten
- Große Gebinde kaufen
- Getränke idealerweise in der Glas-Mehrwegflasche mit kurzen Transportwegen, sonst PET-Mehrweg; kein Einweg (weder Kunststoff noch Glas)
- Mineral- durch Leitungswasser ersetzen

## NOCH MEHR IDEEN

- Lebensmittel kurz vor Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums / Obst und Gemüse mit optischen Mängeln kaufen
- Gut planen, Reste verwerten
- Reste in geschlossenen Behältern aufbewahren, keine Frischhalte- oder Alufolie
- Weitergabe über z.B. Foodsharing
- Kritisch nachfragen: Manch kleiner Landwirt hat kein Zertifikat (weil die Zertifizierung teuer ist), erfüllt aber sehr gute Rahmenbedingungen – und umgekehrt versucht mancher nur, sich gut zu verkaufen.

**Ein Einkauf rettet nicht die Welt – doch wenn viele Menschen an vielen Orten mit Gottes Hilfe kleine Schritte tun, kann das die Welt verändern.**



Gerechtigkeit ist ein Herzensanliegen Gottes mit über 3000 Bibelstellen. Mehr dazu z. B. bei Christliche Initiative Romero oder Micha-Initiative im Internet.



Mehr Infos und Adressen zu regionalen Bezugsquellen sind auf der Homepage der Friedenskirche zu finden.

John-F.-Kennedy-Str. 6 | 89231 Neu-Ulm  
Fon: 0731 40707070  
E-Mail: buero@friedenskirche-neu-ulm.de

[WWW.FRIEDENSKIRCHE-NEU-ULM.DE](http://WWW.FRIEDENSKIRCHE-NEU-ULM.DE)



# BEWAHRUNG DER SCHÖPFUNG

## Tipps zum nachhaltigen Einkaufen und Kochen

## Gott hat uns die Erde anvertraut

„Wir glauben, dass die Aufforderung zur Umkehr auch das Umweltverhalten des Menschen betrifft. Wir sind in der Nachfolge Jesu zu verantwortungsvollem Handeln aufgerufen und haben den Auftrag zur Veränderung, wo Gottes Maßstab nicht geachtet wird.“

Es ist ein Ausdruck der Dankbarkeit dem Schöpfer gegenüber, dass die Bewahrung der Schöpfung für uns zu einer Selbstverständlichkeit in unserem Handeln wird.

Gerechtigkeit und Bewahrung der Schöpfung sind von der Sache her untrennbar miteinander verbunden. Es ist deshalb nicht möglich, sich nur für die Bewahrung der Schöpfung einzusetzen, ohne danach zu fragen, was gerecht ist.

Als Kirchengemeinde ist uns der respektvolle, nachhaltige Umgang mit der Natur und ihren Produkten wichtig. Unsere Lebensweise soll nicht auf Kosten anderer gehen.“

Auszug aus den Schöpfungsleitlinien der Friedenskirche



## Schöpfungsgerecht einkaufen ist Vielfalt und Fülle!

### REGIONALE PRODUKTE

Je kürzer der Transportweg ist, desto weniger Ressourcen werden benötigt. Die Strukturen vor Ort werden gestärkt.

- Lebensmittel aus Bayern oder Baden-Württemberg, Deutschland oder nahem Ausland bevorzugen, Produkte aus Übersee meiden
- Einkauf auf Wochenmärkten, in Hofläden oder im Unverpackt-Laden
- Teilweise darf auf Streuobstwiesen geerntet werden oder es gibt Gemeinschaftsgärten, bei denen man sich einbringen kann.

### BIOLOGISCH ERZEUGT

Dabei gelten hohe ökologische und meist auch hohe soziale Anforderungen. Es werden keine bzw. weniger Giftstoffe ausgebracht, die Humusschicht langfristig erhalten, Tiere artgerecht gehalten.

- Produkte der Bio-Verbände wie z.B. Bioland, Naturland, Demeter usw. kaufen, sonst EU-Bio
- Bioläden unterstützen: Gewinn wird meist ökologisch investiert, Landwirte erhalten faire Preise

### SAISONALE MENÜPLANUNG

Wer saisonal kauft, kann regional kaufen. Dadurch wird auf energieintensive Lagerung oder die Beheizung von Feldern/Gewächshäusern verzichtet.



### FAIR GEHANDELT

Fair gehandelte Produkte stellen menschenwürdige Arbeitsbedingungen im In- und Ausland sicher: angemessene Bezahlung und Arbeitszeiten, Arbeitssicherheit, Mitbestimmung u.ä.

- Kontrollierte Siegel bevorzugen (z.B. Fairtrade)

### GESUND

Unser Körper ist ein Tempel des Heiligen Geistes. 1. Kor 6,19

- Den Fleischkonsum zu reduzieren schützt Umwelt, Tierwohl und die eigene Gesundheit. Die WHO empfiehlt maximal 600g Fleisch pro Woche.
- Gentechnikfrei einkaufen. Der Eingriff ist irreversibel und risikoreich.

### RESSOURCENSCHONEND

- Auf niedrigen Verbrauch von Wasser, Energie, Fläche, Rohstoffe achten und auf geringen Schadstoffausstoß – schon beim Einkaufsweg
- Naturbelassene Lebensmittel verwenden und Fertigprodukte vermeiden. Jeder Verarbeitungsschritt erfordert Ressourcen und reduziert wertvolle Inhaltsstoffe.
- Palmölfrei: Der Anbau zerstört Regenwälder und verursacht massive ökologische und soziale Probleme. Apps wie Code Check helfen, Palmöl in Produkten aufzuspüren und Alternativen zu finden.