



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Europäische Woche der Abfallvermeidung

Vom 16.11. bis zum 24.11.2024

Vermeidung von Lebensmittelabfällen

Aktionsvorschläge für das ganze Jahr



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Wie können wir als kfd-Gemeinschaft an der WDAV teilnehmen?

- Aktion(en) überlegen /klein (in der Ortsgruppe)/mittel (in der Gemeinde)/groß (in der Region, im Dekanat, mit mehreren Ortsgruppen zusammen)
Beispiel: „Kirchzarten krümelt“
=> Aktionsbeispiele siehe Ideen „**Vermeidung von Lebensmittelverschwendung**“
- Ggf. Materialien downloaden oder bestellen
Dropflag-Druckdateien, Factsheet, Banner, Poster, Vorlagen (zB für Pfarrblatt oder Presseinfos) Best Practice Beispiele, online-Broschüre „Ein zweites Leben für Brot“
<https://wochederabfallvermeidung.de/materialien/>
- Aktion anmelden, sie erscheint dann auf der Karte
<https://wochederabfallvermeidung.de/anmeldung/>

Alle Aktionen sind auch außerhalb der Abfallvermeidungswoche spannend und können außerdem öffentlichkeitswirksam zusammen mit anderen Gruppierungen durchgeführt werden, zB andere Frauengemeinschaften KLFB, Ev. Frauen ..., Tauschkreise, Familienverbände ...



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Zahlen-Daten-Fakten

Was wird verschwendet?





Wieviel wird verschwendet?

Rund

11. MIO. TONNEN

Lebensmittel landen in Deutschland jährlich im Müll.



#NoFoodWaste

Das entspricht einem Gegenwert von etwa 300 € pro Kopf oder ca.

25. MILLIARDEN €

insgesamt.



#NoFoodWaste

Pro Person landen jährlich

78 KILOGRAMM

Nahrungsmittel in der Tonne – täglich also über 200 Gramm pro Person.

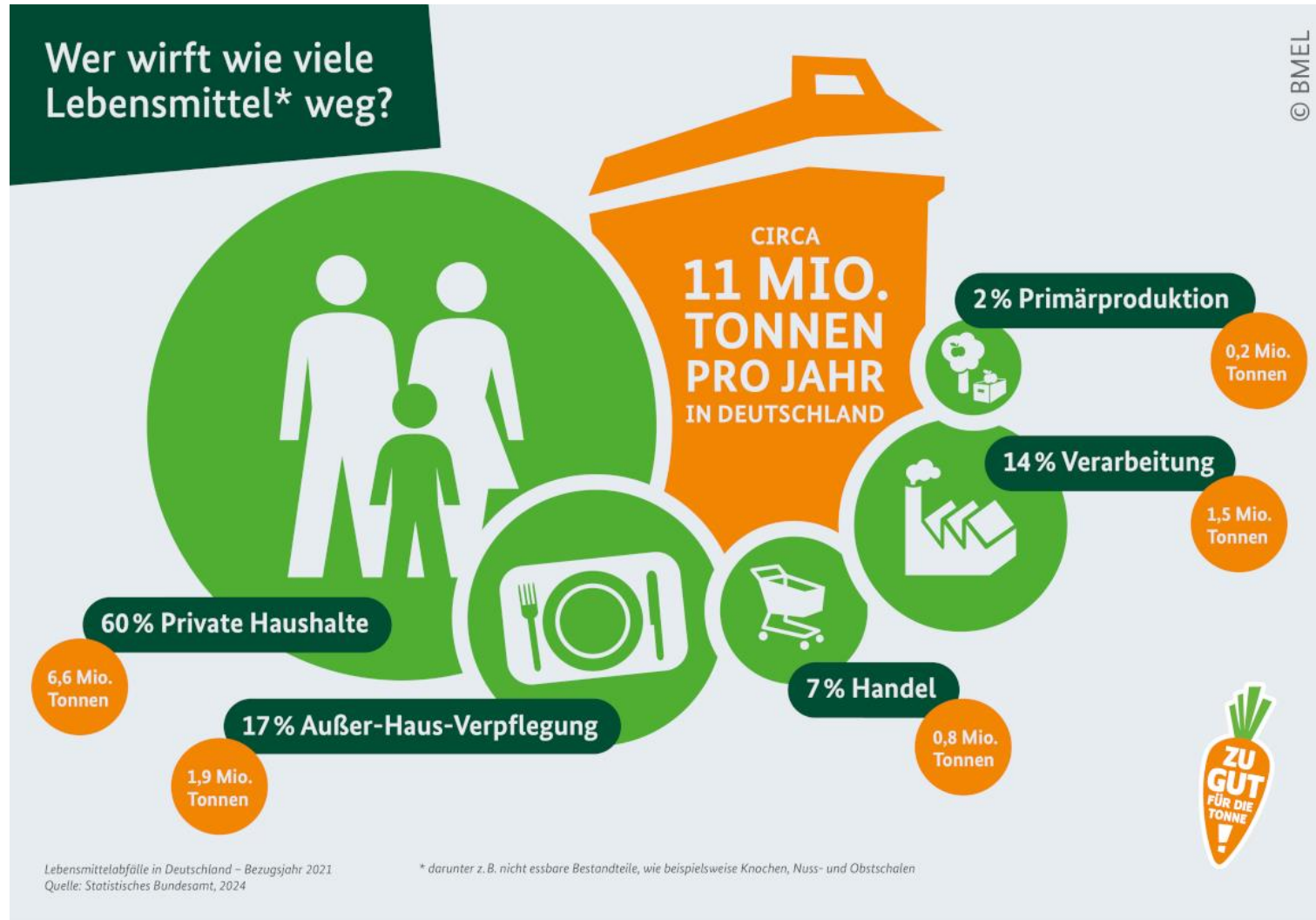


#NoFoodWaste

Warum werfen wir Lebensmittel weg?



Wo wird verschwendet?





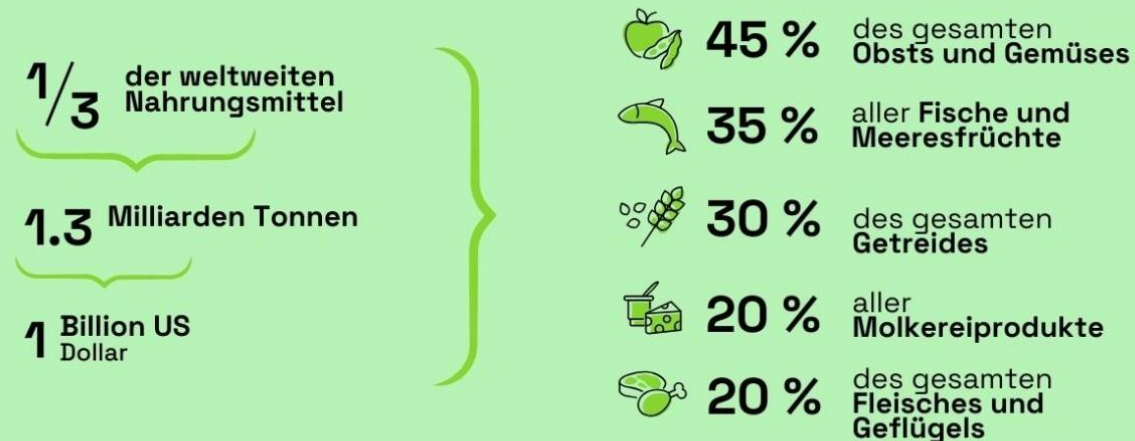
KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Welches Land verschwendet die meisten Lebensmittel (nach IFCO)?

Die USA

Verbraucher zusammengenommen werfen mehr weg als alle Einzelhändler in den USA zusammen. Insgesamt verschwenden die privaten Haushalte in den USA rund 48 % der überschüssigen Lebensmittel, was bedeutet, dass 44 Millionen Tonnen der in den USA produzierten Lebensmittel von den Haushalten in den Müll geworfen werden.

Weltweite Lebensmittelverluste und Verschwendung



Mit einem Kohlenstoff-Fußabdruck von **3.3** Milliarden Tonnen tragen Lebensmittelabfälle wesentlich zum Klimawandel bei



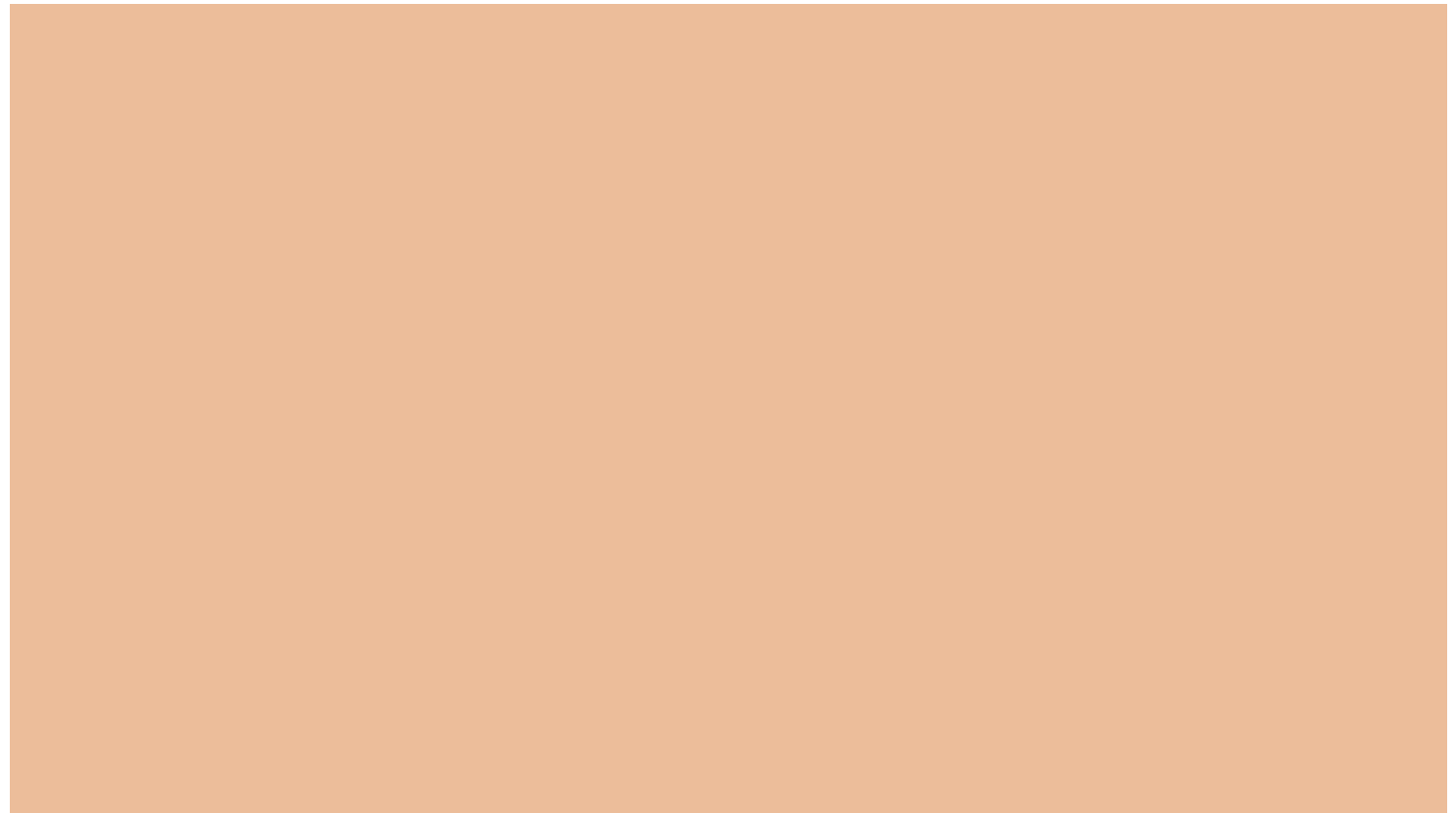


KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Lebensmittelverschwendung - Doku- Schlaumal

Einführungsvideo

<https://www.youtube.com/watch?v=EE-wlrceO9w>





KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Informationsquellen



Informationsquellen - Vermeidung von Lebensmittelabfällen

Ziele, Aktionen, Vorgehen

<https://wochederabfallvermeidung.de/>

Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung

Agenda 2030 | 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung

<https://www.bmz.de/de/agenda-2030/sdg-12>

Nachhaltige Konsum- und Produktionsmuster sicherstellen



Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung

Agenda 2030 | 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung

<https://www.bmz.de/de/agenda-2030/sdg-123>

Umgehend Maßnahmen zur Bekämpfung des Klimawandels und seiner Auswirkungen ergreifen



Verbraucherzentrale Baden-Württemberg <https://www.verbraucherzentrale-bawue.de/>

Sehr interessante, ausführliche Sach-Informationen

IFCO, der weltweit führende Anbieter von Mehrwegverpackungen

Weltweite Lebensmittelverschwendung nach Ländern: Wer ist der größte Verschwender?

Fakten zur weltweiten Lebensmittelverschwendung im Jahr 2023

<https://www.ifco.com/de/welches-land-verschwendet-die-meisten-nahrungsmittel/>



Informationsquellen

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

Aktivitäten des BMEL zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung/"Zu gut für die Tonne!"

<https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/aktivitaeten-lebensmittelverschwendung.html>

Welthungerhilfe

<https://www.welthungerhilfe.de/lebensmittelverschwendung>

WWF

<https://www.wwf.de/themen-projekte/landwirtschaft/ernaehrung-konsum/lebensmittelverschwendung>

Umweltbundesamt

<https://www.umweltbundesamt.de/themen/abfall-ressourcen/abfallwirtschaft/abfallvermeidung/lebensmittelabfaelle#undefined>

Bundeszentrale für Ernährung

<https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/lagern-kochen-essen-teilen/lebensmittelverschwendung/>



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

App „TooGoodToGo“

Wir retten Lebensmittel



App „TooGoodToGo“

Ziel der App ist es, Lebensmittelverschwendung zu reduzieren, durch die Verbindung zwischen Geschäften und Verbrauchern:innen. Ein bisschen wie eine „Wundertüte“ für Erwachsene, denn was letztendlich in der Tüte zum kleinen Preis landet, bleibt spannend.

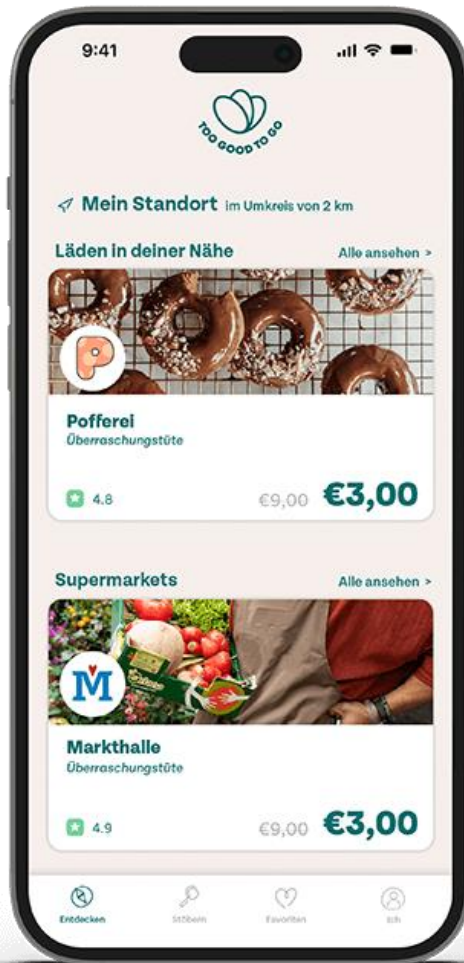
AKTION: Geschäfte verkaufen am Ende des Tages überschüssige Lebensmittel zu einem sehr günstigen Preis an Sparwillige, anstatt sie wegzuworfen. (Supermärkte, Bäckereien, Tankstellen, Gaststätten ...)

"Too Good to Go" möchte einen **Beitrag zum Umweltschutz** leisten, indem das Unternehmen die Lebensmittelverschwendung reduziert. Die App sensibilisiert Nutzer:innen für das Problem und ermöglicht es ihnen, aktiv etwas dagegen zu unternehmen. Zudem fördert die App den sozialen Zusammenhalt, indem sie lokale Gemeinschaften unterstützt und Lebensmittel, die „zu gut um zu gehen“ sind für Bedürftige zugänglicher macht.

Nachteil: Bei manchen Geschäften muss man reservieren und vorab bezahlen



App „TooGoodToGo“



Aktionen

- App nutzen
- App an Freund:innen und Bekannte empfehlen
- App an Geschäfte empfehlen
- App an einem kfd-Treffen vorstellen

Aktionen ohne App

- Geschäfte animieren „Restetüten“ zu geringerem Preis anzubieten
- Freund:innen und Bekannte empfehlen, in Geschäften nach Restetüten zu fragen
- ...

Mögliche Nachteile bei den „Überraschungstüten“

- Inhalt ist nicht nach dem Geschmack
- Inhalt enthält zu viel von einer Sorte
- Inhalt muss bei Obst und Gemüse sehr schnell verbraucht werden
- ...



Weitere Apps => viele auch ohne Smartphone nutzbar

APP	Anmerkungen
<p>https://foodsharing.de/ Es gibt Essenskörbe – hiermit kannst du deine eigenen überschüssigen Lebensmittel anbieten und Lebensmittel bei anderen abholen.</p>	<p>Auf der <u>Karte</u> findest du Fairteiler, das sind Regale oder Kühlschränke, an denen du Lebensmittel kostenfrei abholen oder vorbeibringen kannst.</p> <p>Die Community ist in Bezirken organisiert. <u>Finde Bezirke in deiner Umgebung</u></p>
<p>Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft „Zu gut für die Tonne“ https://zugutfuerdietonne.app/</p>	<p>Hier kann man Reste eingeben und die App schlägt Rezepte vor</p>
<p>https://www.resq-club.com/de/ Resque Club ResQ-Kund:innen entdecken Restaurants, Cafés und Lebensmittelgeschäfte zu einem Rabatt von rund 50 % und tragen dabei gleichzeitig zu einer nachhaltigeren Umwelt bei.</p>	<p>Momentan hauptsächlich in Berlin</p>



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Wie kann ich meine eigene
Lebensmittelverschwendung
eindämmen?



Essen retten im Alltag

1. Bewusster einkaufen.

Wer vorher überlegt, was auf den Tisch kommen soll, kann besser planen und passend einkaufen. Und: Im Gegensatz zu den meisten Discountern sind auf dem Markt auch kleinere Mengen erhältlich. Klasse statt Masse!

3. Auf die Sinne verlassen.

Ist das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten, bedeutet das nicht, dass das Produkt nicht mehr genießbar ist. Den abgelaufenen Joghurt öffnen und probieren, statt ihn ungeprüft in die Tonne zu werfen. In der Regel helfen Augen, Nase und Mund, um zu erkennen, ob das Produkt noch gut ist. Vorsicht aber mit dem Verbrauchsdatum von Fisch und Fleisch – dies sollte in der Regel eingehalten werden!

2. Auf den letzten Drücker.

Wenn das Gekaufte sowieso für den gleichen oder kommenden Tag gedacht ist, ruhig mal bewusst zu den Produkten mit kurzem Mindesthaltbarkeitsdatum greifen. Sie sind schließlich immer noch einwandfrei! (> 30% preiswerter)

4. Reste-Party veranstalten.

Zwei Kartoffeln, eine halbe Schüssel Nudelsalat und drei Scheiben Käse sind übrig? Beim gemeinsamen Kochen mit Freund*innen können alle ihre Reste mitbringen und kreative Menüs kreieren.

5. Besser schnippeln.

Was landet beim Gemüseschnippeln im Abfall? Oft vielleicht mehr als nötig. Der Stiel vom Brokkoli zum Beispiel schmeckt genauso lecker wie die Röschen.



Essen retten im Alltag

7. Bei den Nachbar:innen klingeln.

Es geht ab in den Urlaub und der Kühlschrank ist noch voll? Eine perfekte Gelegenheit, die Nachbarn kennenzulernen – einfach mal klingeln gehen und Reste anbieten.

8. Haltbar machen.

Was Großmutter schon konnte, kann ich auch. Einkochen rettet Obst und Gemüse vor der Tonne. Die Ergebnisse sind köstlich und eignen sich auch noch gut als kleine Geschenke.

9. Nicht hungrig einkaufen gehen

Das kennt wohl jeder. Hunger füllt den Einkaufswagen. Übrigens: Ein großes Glas Leitungswasser reduziert auch das Hungergefühl.

10. Mut zu hässlichem Obst & Gemüse

Verbraucher wünschen sich perfekte Produkte. Obst und Gemüse, das nicht der Norm entspricht, gelangt deshalb gar nicht erst in den Handel. Trotzdem bleibt dort „hässliche“ Ware im Regal liegen. Eine Zucchini mit Kratzer, der Apfel mit braunen Streifen, die Zwiebel, deren Schale schon zu arg abgeblättert ist – schmecken tut es genauso, also kann man hier auch zugreifen. Gemüse und Obst sind nun mal Naturprodukte!

6. Bei foodsharing.de und foodwatch.org mitmachen.

Bei Foodsharing können Privatleute in Supermärkten, Restaurants, bei Bäckereien und Bäuer:innen usw. kostenlos Essen abholen und auch selbst Essen zur Abholung anbieten. Foodwatch engagiert sich im Bereich Verbraucherschutz bei Lebensmitteln. Hier gibt es zahlreiche Infos und Mitmachaktionen.



Essen retten im Alltag

11. Essen, was essbar ist

Wir werfen beim Kochen oft mehr weg als wir müssten. Gerade bei Gemüse ist mehr essbar, als wir glauben. Das Grüne vom Lauch, der Strunk des Brokkolis oder das Karottengrün...

13. Reste einpacken und mitnehmen

„Reste im Restaurant mitnehmen, das gehört sich nicht!“ Den Spruch kennt vermutlich jeder. Aber mal ehrlich: Lieber einpacken lassen und mitnehmen, statt in die Tonne! Das „Mitnehmen“ kann man auch auf private Veranstaltungen ausweiten, z. B. auch die Reste von Hochzeiten und Festen.

15. Kein XXL oder „Drei für zwei“

Wenn man XXL Packungen kauft und später dann einen Teil wegwirft, weil man's nicht schafft, spart das kein Geld und sorgt nur für noch mehr Verschwendung. Fertiggerichte vermeiden (Packung sparen).

16. Aus Resten Gerichte zaubern

12. Saisonal und regional einkaufen

Gemüse und Obst das gerade Saison hat, hält sich länger. Außerdem hat es einen höheren Vitamingehalt – und reduziert die eigene Klimabilanz.

14. Lebensmittel richtig lagern

Richtige Lagerung verlängert die Haltbarkeit. Nudeln, Mehl, Couscous, Linsen und Öle mögen es trocken und dunkel im Regal. Südfrüchte sollte man bei Zimmertemperatur lagern. Salat, Gemüse und Obst welken bei einer Luftfeuchtigkeit von rund 60% nicht so schnell – ab damit ins Gemüsefach im Kühlschrank. Falls das Gemüse in Plastik verpackt ist, solltet ihr die Verpackung gleich entfernen. Das Kondenswasser tut nicht gut. Kauft's besser einfach gleich ganz unverpackt und spart Plastik



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Ständ. Ausschuss Hauswirtschaft und Verbraucherthemen
Michaela Renz - 19. Okt. 2024

Die Präsentation als PPP kann bestellt werden
bei michaela.renz@kfd-freiburg.de