

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, Mai 2016

Earth Day 2016 "Mein Essen verändert die Welt" Themen, Aktionen zum Earthday

Earth Day 2016:

Mein Essen verändert die Welt Bewusst genießen, Bio, Regional, Fair

Was wir essen und wie wir es zubereiten hat nicht nur einen bedeutenden Einfluss auf unsere Gesundheit sondern auch auf das Klima. Nachhaltiger Konsum wird oft mit Verzicht in Verbindung gebracht. Doch eigentlich hat nachhaltiger Konsum nichts mit Verzicht zu tun, sondern mit einer Umstellung auf eine ressourcenschonendere Lebensweise. Es sind viele kleine Schritte und jeder kann sie gehen. So einfach es erscheinen mag, etwa mit vergessenen alten Zutaten neue Rezepte zu entwickeln, oder vielleicht mal Bio-Gemüse im Abo und einen Tag pro Woche ohne Fleisch zu testen – mit beschämend einfachen Mitteln kann jeder dazu beitragen, zentrale Probleme der Welt zu lösen. Jeden Tag, jede Mahlzeit aufs Neue. Eine nachhaltige Ernährung im ganzheitlichen Verständnis umfasst die Art und Weise, wie Lebensmittel angebaut, gezüchtet, gefischt, transportiert, gelagert und verarbeitet werden. Bis hin zu unseren täglichen Essgewohnheiten, Wie und was wir essen hat also weitreichende Auswirkungen auf unser Klima.

Dafür steht das Earth Day Motto 2016 „Mein Essen verändert die Welt“, bewusst Geniessen, Bio, Regional, Fair“. Es ist Leitgedanke zu Aktionen rund um das Thema nachhaltige Ernährung. Nachhaltigkeit bedeutet, dass man sich überlegt, was Dinge, die man tut auf die Dauer für Auswirkungen haben. Unzählige Faktoren beeinflussen unsere Ernährungsgewohnheiten, Von Herkunft, sozialem Standard, Religion, Gesundheit, Schule, Persönlichkeit, Hungergefühl, Aussehen des Nahrungsmittels, bis hin zu Klima, Wetter und Technologie. Wir erkennen wie komplex nachhaltige Ernährung ist. Wer denkt schon beim Lebensmittel-Einkauf an seinen ökologischen Rucksack. Wir essen durchschnittlich 500 Kilogramm Lebensmittel im Jahr und produzieren dadurch etwa zwei Tonnen Kohlendioxid. Etwa 45 Prozent davon entstehen bei der Erzeugung vom Acker bis zum Supermarkt, der Rest bei Einkauf, Lagerung und Verarbeitung. „Augen auf beim Einkauf“, fordert Earth Day Präsident Thomas Dannenmann. Unbewusst würden wir beim Einkaufen im Lebensmittelmarkt gelenkt- von unseren Wünschen und Neigungen und vom Marketing der Märkte. Aber bewusst einkaufen macht Spaß. Bio und Öko gibt es immer mehr. Und es schmeckt. Im Sinne des Earth Day Mottos lohnt sich das genaue Hinschauen, was ich kaufe, wo es her kommt, mit welcher Verpackung, wie ich es verbrauche und entsorge.

Auch viele junge Menschen nahmen teil an der der Gemeinschafts-Veranstaltung von Earth Day Deutsches Komitee e.V., IHK Frankfurt und dem US-General-Konsulat.



Markus Lehnert erläutert eindrucksvoll: *Nicht die Ernährung bestimmt unsere Emotionen, sondern unsere Emotionen bestimmen unser Essverhalten. Können wir unser Essverhalten mehr in Richtung nachhaltiger Ernährung steuern?*

Earth Day Präsident Dannenmann, gibt Einblicke in die Welt von „Bio“ und „Nachhaltige Ernährung“



Jane Shay, Organic Farming Research Foundation bei ihrem Vortrag: *From Government Policy to Grass Roots Activism: Towards a Sustainable American Food System*

Ulrike Mösner erläutert das Konzept der Earth Week von Aramark unter dem Motto *„Klimaschutz kann schmecken“*



Insel Mainau feiert Earth Day:

Auch die Mainauerinnen und Mainauer sowie ihre Partner beteiligten sich an dem Aktionstag: An verschiedenen Stationen haben unter anderem die Grüne Schule Mainau und die Europa Minigärtner informiert und wurden passend zum Earthday-Motto 2016 „Mein Essen verändert die Welt – Bewusst Genießen, Bio, Regional, Fair“ mit den Besuchern aktiv. Interessierte waren eingeladen, die Aktionsfläche in am „Mainau Träff“ zu besuchen.

Die Insel zeichnet sich immer wieder durch ihr Engagement zum Thema Nachhaltigkeit aus. Die Mainau GmbH möchte auch im Blumenjahr 2016 wieder neue Impulse für nachhaltiges Handeln geben. Sie strebt nach einer Balance aus ökonomischen, ökologischen und sozialen Gesichtspunkten. Umweltschonende Anreise wird angeboten, der Einsatz regenerativer Energien und ein neun Stationen umfassender Nachhaltigkeitsparcours tragen hierzu bei. Auch im Restaurant Comturey am Hafen der Insel - ebenfalls eine Station des Nachhaltigkeitsparcours - wird die Thematik aufgegriffen. Mit der Bestellung von einem Liter Bodenseewasser unterstützt der Gast die Initiative Viva con Aqua de Sankt Pauli e.V. Darüber hinaus kann er an den Inseleingängen sogenannte soulbottles, d.h. Glasflaschen mit Bügelverschluss kaufen und diese auf der Insel mit Trinkwasser füllen. Auch hierbei geht ein Euro pro gekaufter soulbottle an Viva con Aqua de Sankt Pauli e.V. Ganz nach einem der Leitsätze der Mainau GmbH „Nachhaltigkeit für Region und Umwelt“.

tegut Markt Marburg-Cappel ist der Zukunftsmarkt 2016 LebensmittelPraxis zeichnet für Energieeffizienz und Klimafreundlichkeit aus

Marburg- Am 20. April nahm Thomas Fritzsche von der LebensmittelPraxis die Auszeichnung „Supermarkt des Jahres 2016“ Kategorie Zukunftsmarkt für den tegut Markt in Marburg-Cappel entgegen. Der Filialgeschäftsführer ist stolz, seit Juni 2015 den bisher ersten und immer noch einzigen Lebensmittelmarkt in Deutschland zu führen, der den Umweltpreis „Blauer Engel“ trägt: „Dieser weitere Preis bestärkt uns, dass wir mit dem Zukunftsmarkt auf dem richtigen Weg sind. Nicht nur nachhaltige Produkte wie Bio-Lebensmittel sind wichtig. Auch mit unseren Märkten können wir Ressourcen sparen“, erklärt Fritzsche. Überzeugt hat die Jury das effiziente und nachhaltige Energiemanagement. Es werden ausschließlich klimafreundliche, natürliche Kältemittel verwendet, eine Technik vor der sich viele Händler aufgrund der hohen Investitionen noch scheuen.

LED, Abwärme, Stromtankstelle. Der Energieverbrauch der klimafreundlichen Vorzeigefiliale ist 30% geringer als bei vergleichbaren älteren Filialen. Die Beleuchtung eines Supermarktes ist mit 20% der zweitgrößte Stromverbraucher im Markt. „Hier setzen wir bewusst im ganzen Markt LED-Beleuchtung ein, dies ist noch nicht state-of-the-art im deutschen Lebensmittel Einzelhandel“, verdeutlicht Fritzsche.: „Dazu gehören auch unsere Stromtankstellen mit kostenlosem Öko-Strom für die Kunden“, ergänzt der Filialgeschäftsführer. Geheizt werde klimafreundlich ausschließlich mit der Abwärme der Kälteanlagen. 21% des Strombedarfes werden durch die eigenen Kollektoren auf dem Dach

Pariser Klima-Abkommen: Taten müssen jetzt folgen

News York- Sind die Unterschriften zum Pariser Klima-Abkommens durch Staats- und Regierungschefs in New York nur „schöne Reden voller großer Worte“? Das Pariser Abkommen sei zwar „ein fantastischer Erfolg der internationalen Klimadiplomatie. Weniger gern gehört wird: Das Abkommen ist noch kein Durchbruch für einen wirksamen Klimaschutz“, erklärt Professor Dr. Ottmar Edenhofer, Ökonom und Stellvertretender Direktor am Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung (PIK), Es sei „der Anfang eines Weges, nicht sein Ende“, schreibt der Experte in einem Kommentar „Zur Sache“ für die Website des Deutschen Klima-Konsortiums (DKK).

Karbonisierung: Kohlekraftwerke in Planung

„Derzeit ist die Weltwirtschaft nicht auf dem im Dokument der UN-Klimakonferenz ganz ausdrücklich angepeilten Weg in die Dekarbonisierung, sondern im Gegenteil auf dem der Karbonisierung. In China, Vietnam, der Türkei sind Kohlekraftwerke in einer solch ungeheuren Größenordnung in Planung, dass sie alle Bemühungen zur Begrenzung der Klimarisiken zunichte machen können, wie wir jetzt errechnet haben“, so berichtet der renommierte PIK-Chefökonom, der auch das Mercator Research Institute for Global Commons and Climate Change leitet

Cleantech muss billiger werden

Jetzt sei es an den Sozialwissenschaften, die „scharfen Werkzeuge“ aufzuzeigen, mit denen sich das angestrebte Klimaziel erreichen lässt, die globale Erwärmung auf unter zwei Grad zu begrenzen. „Ein Mindestpreis auf CO₂-Emissionen ist das Wichtigste.“

Es setzt gleich doppelt einen Anreiz, der zu Klimaschutz führt: Das Verfeuern von Kohle und Öl wird teurer – und Energie aus Sonne und Wind attraktiver. Vor allem aber bietet die CO₂-Bepreisung nicht nur langfristig die Vermeidung von kostenrächtigen Klimarisiken, sondern auch kurzfristig dringend benötigte Einnahmen, die zur Armutsbekämpfung eingesetzt werden können.“ Allerdings, so ergänzt der Kommentator: Beim Europäischen Emissionshandel haben auch wir Ökonomen Lehrgeld zahlen müssen. Er funktioniert miserabel.

Deshalb ist heute klar, dass es nicht nur irgendeinen Preis auf CO₂ geben muss, sondern einen von handlungsfähigen Regierungen gesetzten Mindestpreis. Erst dieser kann die Erwartungen der Investoren so weit stabilisieren, dass diese ihr Geld in emissionsarme Innovationen stecken, wodurch dann Cleantech auf breiter Front billiger und besser wird. Nationale Mindestpreise für CO₂ könnten dann international koordiniert werden – dafür wäre die G20 ein Forum, gerade jetzt mit der Präsidentschaft erst von China und dann von Deutschland.“

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, Mai 2016

Earth Day 2016 "Mein Essen verändert die Welt" Themen, Aktionen zum Earthday

Gesundheit für den ganzen Menschen

Neues Gesundheitshaus in Wehrda vermittelt praxisnahe Lebensberatung

Marburg (td). „Ganzheitlich – umfassend die Lebensqualität verbessern. Das ist unser Ansatz“, erklärt der Systemische Berater und Seminarleiter Dr. Dietmar Pfennighaus. So stehe in der Kurzbezeichnung „Ge-haus“ Ge nicht nur als Abkürzung für Gesundheit, sondern auch für ganzheitlich entlastet. Körper, Seele und unsere Beziehungen sind gleichermaßen im Blickfeld. „Beispielsweise. aktiv einen Konflikt anzugehen oder durch eine kleine Lebensstilveränderung mehr Freude am Leben zu gewinnen“, sagt Pfennighaus. Die Zusammenhänge werden in Kursen oder Beratung aufgedeckt und zugleich Möglichkeiten bereitgestellt, nachhaltig positive Veränderungen für die eigene Lebensqualität auf den Weg zu bringen. „Dazu haben wir uns mit zwölf miteinander verflochtenen Themenschwerpunkten breit aufgestellt“, sagt Pfennighaus. Alles ist praxisnah orientiert- vom Kräutergarten, bis hin zu gesunder Ernährung, Bewegung und Themen rund um das Seelische und die Beziehungen.

Hoffnungsgarten der Begegnung

Uraltes Erfahrungswissen soll der Kräutergarten in unmittelbarer Nähe des Gesundheitshaus vermitteln. „Um uns herum wächst alles, was für wir für den Alltag brauchen“, sagt Kräuterfrau Ruth Pfennighaus. Dieser liebevoll gestaltetete Schau- und Lehrgarten ist ein Ruhepol der Begegnung- ein Garten der Hoffnung. Nicht umsonst findet der Besucher hier auch das Pflanzenwissen der Bibel. „Die einfache Anwendung der heimischen Kräuter auf die verschiedensten Alltagsbeschwerden begeistert mich immer wieder“, sagt Ruth Pfennighaus, die sich schon lange mit der Heilkraft der Kräuter beschäftigt. „Unsere Wiesen und Äcker sind so etwas wie unsere Apotheken“, erklärt sie. Und der Funke springt über, wenn aus der Fülle der Wildrosenblütenblätter ein duftender Tee gebraut wird Kräuterführungen sowie Weiterbildung in Heilpflanzenkunde gehören zum Programm.

Vortragsabende, Kurse, Beratung

Vorträge und Kurse im Gesundheitshaus sollen Freude an einem gesunden Lebensstil vermitteln. Dazu gehören gesunde Ernährung, vollwertig backen und kochen, Basische Ernährungskurse und Fastenwochen. „Gesundheit muss gelebt werden“, ist das Motto und auch die Bewegung kommt nicht zu kurz. „Es geht um den Kern unserer Persönlichkeit, unsere Ressourcen“, erklärt Dr. Pfennighaus. „Von den vielen Facetten, die wir im Gesundheitshaus entdecken können, seien hier nur drei beispielhaft genannt: Vertrauen in die Kraft unserer Entscheidungen. Hoffnung, eine Krise nicht nur zu überstehen, sondern daran zu wachsen. Liebe zum Leben und den Menschen, die wir schätzen.“ Die in Beratungen und Kursen gefundenen Antworten sollen helfen, eine gesundheitliche Krise zu bewältigen oder zu vermeiden.



Der liebevoll gestaltete Schau- und Lehrgarten des Gesundheitshaus in Wehrda ist ein Ruhepol der Begegnung- ein Garten der Hoffnung. Leitspruch im Kräutergarten von Ruth Pfennighaus: „Unkraut ist die Opposition der Natur gegen die Regie des Gärtners.“

Papst Franziskus beim Earth Day Italia

Rom – Papst Franziskus war Überraschungsgast beim Earth Day in Rom zu einem Earth Day Event der gemeinsam von der Fokolarbewegung und der Initiative Earth Day Italia getragen wurde. Im Sinne der Enzyklika Laudato Si' von Papst Franziskus soll dabei der Beitrag der Stadt Rom für die Welt-Gemeinschaft in den Blick genommen werden. Drei Tage lang wurde dazu ein kleines Dorf inmitten des Parks Villa Borghese in Rom errichtet, dabei soll sichtbar werden, wie Rom zu einem besseren Zusammenleben aller Menschen und von Mensch und Natur beitragen kann. Es gab Workshops, Arbeitsgruppen, Seminare, Kunst und Debatten, dabei sollen „Brücken des Dialogs“ entstehen, so die Fokolarbewegung in einer Pressemeldung. „Ich danke euch, weil ihr die Wüste in einen Wald verwandelt“, so Papst Franziskus beim Besuch im ‚Dorf für die Welt‘, einer Drei-Tages-Aktion rund um den Earth Day in einem römischen Park.

„Jemand hat mir mal gesagt“, so Papst Franziskus, „ dass das Wort ‚Konflikt‘ im Chinesischen aus zwei Symbolen gebildet wird: aus dem für Risiko und dem für Möglichkeit. Wir Christen wissen, was der Levit gemacht hat und was der Gesetzeslehrer gemacht hat, als sie an diesem armen Mann am Wegesrand vorbei gingen. Sie sind ihren Weg weiter gegangen, um nicht zu sehen und um dem nicht nahe zu kommen“, griff der Papst die von ihm sehr geschätzte Parabel vom barmherzigen Samariter auf. „Wer nicht riskiert, kommt der Wirklichkeit niemals nahe.“ Und dann verschärfte der Papst seine Aussage noch einmal: „Nie, nie, nie dürfen wir uns wegrehen, um das alles nicht zu sehen.“ Der Papst wollte ein Aufgabe mit nach Hause geben. Sich nähern, den Konflikten, der Wüste der Straße, wo die Menschen ohne Lächeln entlang gingen, denn es fehle die soziale Freundschaft, so Papst Franziskus.

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, Mai 2016

Earth Day 2016 "Mein Essen verändert die Welt" Themen, Aktionen zum Earthday

Trends und Strategien für zukunftsfähige Ernährung in den USA

Earth Day 2016 im Institut Dr. Flad, Stuttgart:

„Mein Essen verändert die Welt, bewusst genießen, bio, regional fair“, ist das Jahresmotto 2016 von Earth Day in Deutschland. Hierzu finden vorwiegend im April und speziell am 22. April- dem traditionellen Welt Earth Day- eine Vielzahl von Veranstaltungen statt. Darauf verwies Schulleiter Wolfgang Flad anlässlich des Earth Day im Institut Dr. Flad am 13. April und freute sich auch, dass die Bodensee Insel Mainau mit dem diesjährigen Thema zu zahlreichen Aktionen am 22. April aufgerufen hat. In seiner Begrüßung der Referentin Jane E. Shey, aus den USA stellte er vor allem auch die gesundheitlichen Auswirkungen unserer Ernährungsweisen zur Diskussion. Thomas Dannenmann, Präsident von Earth Day Deutsches Komitee e.V. erläuterte, dass unser Essen untrennbar verknüpft ist mit Politik, Wirtschaft, Gesellschaft, Kultur, Wissen, Landwirtschaft, Gesundheit und Umwelt. Unterschiedliche Ernährungsweisen lösen – bewusst oder unbewusst – auch unterschiedliche gesundheitliche, ökologische, ökonomische und soziale Wirkungen aus. Was wir essen und wie wir es zubereiten, hat nicht nur einen bedeutenden Einfluss auf unsere Gesundheit, sondern auch auf das Klima.

Welche Tendenzen, Trends und Strategien gibt es in den USA für eine nachhaltige, zukunftsfähige Ernährungsweise?

Darüber sprach die Expertin Jane E Shey, die als Politikberaterin und Lobbyistin bei der Organic Farming Research Foundation im Bundesstaat Maryland, USA tätig ist und sich für die Förderung bio-ökologischer Landwirtschaft durch Forschung, Bildung, sowie durch Gesetzgebung und Regulierung einsetzt..

In ihrem Vortrag in englischer Sprache zum Thema: "From Government Policy to Grass Roots Activism: Towards a Sustainable American Food System", machte Sie gleich zu Beginn deutlich, dass in den USA viele Akteure – Gesetzgeber auf Bundes-, Einzelstaats- und kommunaler Ebene, Forschungseinrichtungen, Denkfabriken, Nahrungsmittelhersteller, Einzelhandel, NGOs, Pädagogen und lokale Aktivisten und Initiativen – an der Entwicklung eines nachhaltigen „food system“ im Interesse von Verbrauchern und Umwelt aktiv sind

US Bürger wollen gesünder essen

Historisch ist die US Landwirtschaft seit der Großen Depression 1930 immer stärker industrialisiert worden. Nach dem politischen Motto, „Get big or get out“, wurden die kleinen und mittleren Farmer verdrängt. Damals lebten 25 Prozent der US Bürger auf dem Land in Familienbetrieben, heute sind es nur noch zwei Prozent. Doch angesichts dramatisch ansteigender ernährungsbedingter Krankheiten, wie Übergewicht und Diabetes und der Kosten für das Gesundheitssystem, entwickelt sich in den USA ein Bewusstsein für gesunde Ernährung. Nach einer Umfrage des Wirtschafts_magazin „Fortune“ bemühen sich rund 77 Prozent der US Bürger gesünder zu essen. Mehr als die Hälfte bevorzugt „saubere“ Lebensmittel, sind besorgt wegen Pestiziden, Antibiotika, Gentechnik. Aber der Preis spielt bei Gemüse und Obst immer noch eine entscheidende Rolle. Eine aktuelle Studie der John Hopkins Universität, Baltimore, zeigt sehr deutlich das Umdenken der Wähler: danach befürworten 92 Prozent eine Politik zur Förderung nachhaltiger Ernährung. Die Leitlinien sollen jedoch wissenschaftlich begründet sein. Eine Anzahl von Förder- und Informationsprogrammen hat das US Department of Agriculture begründet. Besondere Beachtung finden die Programme „Farm to School und Farm to Preschool“. Was soviel bedeutet wie, „vom Bauernhof aus der Region frisch auf den Tisch“. Eltern und Kommunen legen Wert auf gesundes, nachhaltiges Essen und die Akzeptanz bei den Schülern steigt. Die Menschen erwarten beim Einkaufen gute Qualität und Frischeware aus der Region. Immer mehr Zulauf erhalten deshalb auch die Wochenmärkte.

„Organic Food“ wird beliebter

Bio Lebensmittel, sogenannte „Organic food“ wird beliebter- im Jahr 2015 stieg der Verkauf um 11 Prozent. "Bio" in den großen Supermärkten mit den eigenen Labels ist für bewusste Käufer in den USA oftmals nicht ökologisch genug. Ihre Produkte mit dem "Organic"-Siegel kennzeichnen dürfen jedoch nur Farmer, die sich haben zertifizieren lassen – das kostet Geld – und wird auch deswegen von kleinen Biobauern selten gemacht. Aber die Supermärkte kaufen zunehmend regionale Produkte für

ihre Frischeware, um die Kunden zu gewinnen. Städte wie Minneapolis setzen Standards vor allem auch für kleine Läden, wieviel Gemüse und Obst aus der Region im Angebot sein sollte.

23 Millionen leben in Food Deserts

Dass sich noch immer große Teile der Bevölkerung vorwiegend von Pizza, Donuts und Eiscreme ernähren, hängt auch damit zusammen, dass rund 23 Millionen Amerikaner in sogenannten "Food Deserts" - "Lebensmittelwüsten" - leben: ärmliche und sehr ländliche Gegenden, in denen es kaum Frisches zu kaufen gibt. Fast-Food-Ketten dominieren dort die Shoppingcenter. Doch das beginnt sich zu ändern. Naturkost-Supermärkte mit einem gigantischen Angebot an Bio-Lebensmitteln sprießen wie Pilze aus dem Boden. Die Öko-Supermarktkette "Whole Foods" beispielsweise verzeichnet zweistellige Umsatzsteigerungen. Mit der "Real Food Challenge" setzen Universitäten neue Standards für die regionale Herkunft der Lebensmittel in den Universitätskantinen. Stichwort: local, fair, sustainable and humane.

Labels für Genfood gefordert

Die Kennzeichnung von Gentechnik im Essen (GMO) sorgt zunehmend für politische Diskussionen in der Öffentlichkeit. Politischer Druck auf die Gesetzgebung kommt aus dem Nordosten der USA. Die Bevölkerung beispielsweise im Bundesstaat Vermont nimmt Umweltschutz ernst. Anders, als im Mittleren Westen, wo landwirtschaftliche Großbetriebe mit industrieller Massenproduktion dominieren, gibt es in den nordöstlichen Bundesstaaten unzählige kleine Bauernhöfe. Dort haben sich Kleinbauern dafür entschieden, biologische Landwirtschaft zu betreiben. Das heißt: Ihre Erzeugnisse sind nicht genmanipuliert. Im Sinne der anspruchsvollen Kunden greift die Lebensmittel-Industrie dem Gesetz vor. Jetzt haben sich freiwillig eine Anzahl großer Unternehmen aus der Lebensmittelbranche entschlossen Produkte mit dem Label "GMO" zu versehen.

, Denkfabriken, Nahrungsmittelhersteller, Einzelhandel, NGOs, Pädagogen und lokale Aktivisten und Initiativen – an der Entwicklung eines nachhaltigen „food system“ im Interesse von Verbrauchern und Umwelt aktiv sind.

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, Mai 2016

Earth Day 2016 "Mein Essen verändert die Welt" Themen, Aktionen zum Earthday

Gewinner „Going Green“- Projekt- Wettbewerb ausgezeichnet.

Earth Day IHK Frankfurt: Programm-Direktor Dr. Gerhard Wiesinger vom US General-Konsulat Frankfurt zeichnete anlässlich des Earth Day am 12. April 2016 in der IHK Frankfurt Schüler aus, die sich am „Going Green“- Projekt beteiligt hatten. Nachhaltig leben, Klima und Umwelt schützen ist das Ziel des transatlantischen Schulprojektes „Going Green“. Das Projekt ermutigt Schulklassen in ganz Deutschland dazu, im Rahmen eines Wettbewerbes in Zusammenarbeit mit amerikanischen Schulklassen Ideen zu eigenen Aktionen für den Klimaschutz zu entwickeln und umzusetzen. In mehreren Lehrerseminaren in Rheinland Pfalz und Hessen wurde das Projekt vorgestellt und diskutiert. Auch Earth Day Präsident Thomas Dannenmann informierte über Schulprojekte von Earth Day Deutschland.

In einem „Blended-Learning-Projekt“ zum Thema Nachhaltigkeit konnten sich deutsche und amerikanische Schülergruppen (Zielgruppe ab 10. Schuljahr und Oberstufe, auch englisch bilinguale Kurse) über eine Moodle-Plattform vernetzen. Lehrmaterialien und die Moodle-Plattform wurden allen Teilnehmer/-innen kostenlos zur Verfügung gestellt (auch als kopierbare PDF). Das Ziel von Going Green ist es, über den Atlantik hinweg gemeinsame Strategien zu entwickeln und innovative lokale Projekte zur Bekämpfung der Auswirkungen des Klimawandels zu starten. Am Ende des Projekts nahmen die Partner im Vorfeld zum Earth Day 22. April an einem Wettbewerb und einer Schülerkonferenz teil. Going Green ist ein Kooperationsprojekt der US Botschaft und US-Konsulate in Deutschland, der Leuphana Universität Lüneburg, und wird von zahlreichen Lehrkräften vor Ort unterstützt. Das Projekt erhielt 2015 den „Ausgezeichnete Orte – Land der Ideen“- Preis.



'Sag, was du isst und ich weiß, was du fühlst'

Markus Lehnert

Autor des im Ullstein Buchverlag
 Allegria erschienenen Buches

Hardcover, Klappenbroschur,
256 Seiten, ISBN-13 9783793423027,
16.99 € Allegria Verlag Ullstein Buchverlage GmbH



Die Wahrheit liegt auf dem Teller

Frankfurt. Der erfolgreiche Hypnosetherapeut und Buchautor Markus Lehnert beeindruckte die zahlreich erschienenen Besucher beim Earth Day in der IHK Frankfurt am 12. April 2016 durch seine überraschende Schau auf die Verbindung von Gefühlen und den Essgewohnheiten. „Nachhaltige Ernährung hat etwas mit Selbstwertgefühl und Verantwortung für sich selbst zu tun“, erklärte der Autor.

Wir sind Emotionen durch und durch. Alles, was wir tun, alles was wir sind ist emotional bedingt. Das Unterbewusstsein bildet unseren inneren Antrieb, den eigentlichen Motor und Motivator des Menschen. Aufgrund seiner Fähigkeit, Informationen parallel zu verarbeiten, ist das Unbewusste in der Lage, mit riesigen Datenmengen in Multitasking-Manier umzugehen. Mit einer potenziellen Kapazität von bis zu 40 Milliarden Bit pro Sekunde kann es ca. 11 Millionen Informationseinheiten gleichzeitig aufnehmen und dadurch über 200.000-mal mehr Daten pro Sekunde bearbeiten als unser Verstand. Es ist die Summe aller Marotten und Launen, Vorlieben und Abneigungen, Vorstellungen, Eindrücke, Motive und Einstellungen. Folglich bestimmt nicht die Ernährung unsere Emotionen, sondern unsere Emotionen bestimmen über unser Essverhalten. Du bist, was Du isst. Der Autor Markus Lehnert vermittelt dem Leser, wie viel wir von uns verraten, nur weil wir essen, was wir eben essen. Er unterscheidet dabei sieben Essenstypen- Praxisbeispiele aus seiner Praxistätigkeit als Hypnosetherapeut in Frankfurt. Diese einzelnen Ernährungsgruppen spiegeln unsere inneren Bedürfnisse wieder. Im Alltag vermischen sich die Linien. Unsere Persönlichkeit ist überaus vielfältig. Er erklärt anschaulich die Zusammenhänge zwischen unseren Ernährungsgewohnheiten und unserer aktuellen Lebenssituation. „Egal welche Symptome unser Körper ausprägt, wir können in diesen Symptomen lesen, wie in einem Buch“, schreibt Lehnert. Mit dieser Erkenntnis lässt der Autor den Leser nicht allein. Sondern gibt praktische Anregungen, zeigt Übungen um mit den eigenen Emotionen zu arbeiten. „Raus in die Natur“- Trauer und Wut nehmen ihren Lauf, Tanzen und Singen, den Baum umarmen. Emotionen bewusst wahrnehmen. Akzeptieren, dass diese Emotionen Teil von uns selbst sind. Selbstliebe und Selbstachtung, Verantwortung für uns selbst, hören auf die Innere Stimme. Und diese Emotionen aktiv leben. Jetzt ist mir klar, warum ich öfter mal Schokolade nasche.

Earth Day Press - Pressedienst für Umweltbildung, Mai 2016

Earth Day 2016 *„Mein Essen verändert die Welt“* Themen, Aktionen zum Earthday

Klimaschutz auf dem Teller

Aramark plant auch 2016 wieder seine bundesweite Aktion „Earth Week“, bei der die Gäste der rund 500 Betriebsrestaurants in den Genuss klimafreundlicher Menüs kommen werden. Der Catering-Dienstleister Aramark und Earth Day International Deutsches Komitee e.V. führen ihre Kooperation bereits im sechsten Jahr in Folge fort. Im Fokus der Zusammenarbeit steht der fachliche Austausch.



Erfolgsfaktoren:

- Kulinarische Raffinesse:
Nur was schmeckt, kommt an
- Rezeptentwicklung im Projektteam
- Einbeziehung aller Stakeholder
- Wissenschaftliche Basis
- Netzwerk an regionalen Lieferantenpartner
- Zielgruppenspezifisches Kommunikationskonzept (z.B. Visualisierungen)
- Positive Botschaften, kein erhobener Zeigefinger, kulinarisch erlebbar



Ziel der „Earth Week“ ist es, bei Kunden und Gästen das Bewusstsein für eine klimafreundliche, nachhaltige Ernährung zu stärken sowie das Thema Klimaschutz kulinarisch erlebbar zu machen. Bei den Aktionsgerichten wird nicht nur auf kulinarischen Genuss sondern auch auf die Ökobilanz der Zutaten bei Herstellung und Transport geachtet. Im Fokus stehen regionale und saisonale Produkte, auf Flugware wird weitgehend verzichtet. Um eine größere Vielfalt an regionalen und saisonalen Produkten anbieten zu können, findet die Aramark „Earth Week“ im September statt, da die Verfügbarkeit regionaler Produkte im Spätsommer besonders hoch ist. „Wir möchten unseren Kunden und Gästen zeigen, dass klimafreundliche vegetarische Ernährung nicht nur der Umwelt guttut, sondern auch kulinarisch kreativ und voller Genuss sein kann“, erklärte Ulrike Mößner, Diplom-Ökotrophologin bei Aramark. So können die Gäste während der „Earth Week“ leckere Gerichte wie Kartoffelwaffeln mit Bohnenallerlei oder Curryrahm mit jungem Basilikum genießen.

EU- Warnsystem für Spielzeug und Kleidung

Brüssel- Vom Kinderwagen bis zum KFZ-Ersatzteil: im Jahr 2015 lösten mehr als 2000 gefährliche Produkte EU-weiten Alarm aus. Die meisten Gefahrenmeldungen an das EU-Schnellwarnsystem gingen im letzten Jahr in den Bereichen Kleidung und Spielzeug ein. Ganz vorne mit gefährlichen Produkten steht China im Schnellwarnsystem nach wie vor oben auf der Liste der Ursprungsländer. Das geht aus dem von der Kommission vorgelegten Jahresbericht über das EU-Schnellwarnsystem für gefährliche Produkte hervor. Věra Jourová, EU-Kommissarin für Justiz, Verbraucher und Gleichstellung, erklärte: „Das Schnellwarnsystem hat dazu beigetragen, rasche Reaktionen der Verbraucherschutzbehörden zu koordinieren und gefährliche Produkte in ganz Europa vom Markt zu nehmen. Wir stehen vor zwei Herausforderungen: Online-Verkäufe, bei denen Waren per Post direkt an die Verbraucher geliefert werden, und die starke Präsenz chinesischer Waren, die bereits über das Schnellwarnsystem gemeldet wurden. Insgesamt wurden 2015 mehr als zweitausend Warnmeldungen im System registriert, davon kamen auch Warnungen aus Deutschland. Dabei waren EU-weit vor allem bei Spielzeug, sowie bei Bekleidung, Textilien und Modeartikeln Korrekturmaßnahmen erforderlich.“

Laufen und Fettverbrennung

Nur ein Mythos? Langsames und längeres Laufen kurbelt die Fettverbrennung besser an als ein kurzer Spurt. Richtig: Eine wichtige Voraussetzung für ein gut funktionierendes Fettstoffwechseltraining ist, dass Ihre Kohlenhydratspeicher weitgehend entleert sind. Dazu sind längere Trainingszeiten von über 50 Minuten ideal. Kohlenhydrate sind eine schnell verfügbare Energiequelle, die Ihr Körper bei einem kurzen Sprint anzapft. Beim entspannten, längeren Laufen benötigen Ihre Muskeln weniger Energie und greifen daher auf die schwieriger verfügbaren Fettreserven zurück. So verbrennt ein 75 Kilogramm schwerer, mäßig trainierter Mann bei einem schnellen Lauf über 30 Minuten etwa 400 kcal. Davon stammen rund 75% aus Kohlenhydraten und 25% aus Fett. Ist der gleiche Läufer langsamer unterwegs, verbrennt er in der gleichen Zeit etwa 300 kcal - davon jedoch 40% aus Fett und 60% aus Kohlenhydraten. Übrigens: Die Enzyme, die in Ihrem Körper das Fett verwerten, sind genauso aktiv wie Sie. Mit jedem Ausdauertraining werden die Enzyme aktiver und Ihr Körper greift schneller auf die Fettpölsterchen zurück.

Earthday Aktion in Braunschweig Bündnis 90 die Grünen

Das Motiv des diesjährigen Earthday ist bei dem Kreisverband des Bündnis 90 die Grünen in Braunschweig gut angekommen. Bei einer Stadtaktion engagierte sich Beate Gries sehr. Es wurden Bio-Äpfel verteilt und das Gespräch mit den Braunschweiger Bürgern gesucht zum Thema „mein Essen verändert die Welt“. Die selbst erstellen Tier-Aufkleber *„Lieben nicht essen“* waren vor allem bei den Kindern sehr begehrt. Earth Day bedankt sich für dieses tolle Engagement!



Earth Day Aktion in Braunschweig zum Thema *„Mein Essen verändert die Welt“* (Foto: Beate Gries)

Impressum

Earth Day Deutsches Komitee e.V.
Earth Day Press, Pressedienst für
 Umweltbildung und Gesundheit
 Hasselborning 24
35619 Braunfels
 www.earthday.de
 praesident@earthday.de
 Tel.: 0151 - 18615005

Verantwortlich: Tamara Dannenmann
 Text /Fotos wenn nichts angegeben
 Thomas Dannenmann &
 Tamara Dannenmann