



SAISONKALENDER

Einkaufstipps für saisonales und regionales Obst und Gemüse

Bewertung der CO₂-Belastung nach dem Ampelprinzip (grün = wenig CO₂)

	Überwiegend saisonal, fair und ökologisch erhältlich
	Lagerware
	Gewächshaus unbeheizt oder Folienanbau
	Gewächshaus beheizt
	Nicht im Handel erhältlich oder nur als Importware mit hoher Co ₂ -Belastung



GEMÜSE	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Aubergine												
Blumenkohl												
Bohnen												
Broccoli												
Champignon												
Chirorée												
Chinakohl												
Erbsen												
Feldsalat												
Fenchel												
Gurken												
Grünkohl												
Kopfsalat												
Kartoffeln												
Kürbis												
Mangold												
Möhren												
Pastinaken												
Paprika												
Porree												
Radieschen												
Rettich												
Rhabarber												
Rosenkohl												
Rote Beete												
Rotkohl												
Rucola												
Schwarzwurzel												
Sellerie												
Spargel												
Steckrüben												
Spinat												
Tomaten												
Weiß-/Spitzkohl												
Wirsing												
Zuckermais												
Zucchini												
Zwiebel												

OBST	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Apfel												
Aprikose												
Birne												
Erdbeere												
Heidelbeere												
Kirsche, süß												
Kirsche, sauer												
Pfirsich												
Pflaumen												
Melone												
Weintraube												



Dieser Saisonkalender

wurde erstellt von:

In Zusammenarbeit mit:



Evangelische
Landeskirche in
Baden
www.ekiba.de



Büro für Umwelt
und Energie
www.ekiba.de/bue



Evangelische
Landeskirche in
Württemberg
www.elk-wue.de



Evangelische Kirche
der Pfalz
www.evkirchepfalz.de

Geändert 2017 von:
KirUm - ökumenisches kirchliches
Umweltmanagement-Netzwerk

www.kirum.org



Lebensmittel und Klimawandel

Die Ernährung ist in Deutschland für ca. 20% der CO₂-Emissionen verantwortlich, insbesondere durch unseren Fleischkonsum¹⁾. Mehr als 95% der gekauften Lebensmittel haben einen Transportweg von mehr als 100 km²⁾. Eingeflogene Lebensmittel sind dabei besonders klimaschädlich. Tomaten aus beheizten Gewächshäusern verursachen bis zu 100 mal mehr CO₂ als erntefrische Freilandtomaten³⁾.

Was können wir dagegen tun?

Ganz einfach: Bewusst, regional und saisonal essen. Das ist nicht nur frisch und schmeckt besser, sondern auch klimafreundlich und gut für die heimische Wirtschaft. Exotische Lebensmittel können als Feiertagsgenuss genutzt werden. Niemand muss Vegetarier werden, aber das Wiederbeleben des „Sonntagsbratens“ hilft bereits sehr.

Klimawandel und Kirche

In aller Deutlichkeit: der Klimawandel ist die größte jemals dagewesene Herausforderung für die Menschheit. Wir alle - jede und jeder von uns, jede Gemeinde, jede Einrichtung, jede Kirche - muss jetzt was tun. Wir müssen jetzt handeln. Die Evangelische Kirche in Deutschland (EKD) setzt sich dafür ein, den Temperaturanstieg auf unter 2 Grad zu begrenzen. Das Ziel kann erreicht werden durch bewußten Umgang, Nutzersensibilisierung und -Schulung, Energieeffizienzsteigerung - durch die großflächige Einführung von Energie- und Umweltmanagement Grüner Gockel.

- 1) http://www.verbraucherfuersklima.de/cps/rde/xbcr/projektklima/Ernaehrung_Klima_Ueberblick_erlaeuterung_lebensmittel.pdf
- 2) http://www.bund-naturschutz.de/uploads/media/BN-Studie_-_Klimaschutz-auf-kurzen-Wegen_mareg_05-2009-web.pdf S.5
- 3) Andreas Grabolle, Tanja Loitz, Universität Gießen, Ökologie und Landbau
Pendos CO₂-Zähler: Die CO₂-Tabelle für ein klimafreundliches Leben, München, S.4

Das Netzwerk Kirchliches Umweltmanagement - KirUm - ist ökumenisch orientiert, Mitglieder sind Landeskirchen, Diözesen, Bistümer, Einrichtungen, Kirchengemeinden und Organisationen, die sich zum Ziel gesetzt haben, die Schöpfung bewußt und systematisch zu bewahren in ihrem jeweiligen Bereich.



Was können Kirchengemeinden und Einrichtungen tun?

Das Energiecontrolling / Energiemanagement

Die Idee dieser Ansätze ist, mit wenig (Energiecontrolling) bzw. geringem (Energiemanagement) Aufwand und Kosten bereits 5 - 15% Energie, CO₂ und Kosten einzusparen.

Einsparungen werden durch regelmäßiges Ablesen der Verbrauchszähler erfasst. Ein Energieteam (evtl. mit Energieberater) begeht die Gebäude und empfiehlt kostenfreie bzw. geringinvestive Maßnahmen für bewusste, intelligente und effiziente Nutzung im Bereich Heizen, Strom, Wasser.



Umweltmanagement Grüner Gockel / Grüner Hahn - www.gruener-gockel.de

Der Grüne Gockel integriert das Energiemanagement und geht einige Schritte weiter, die das Potential zur Einsparung auf bis zu 50% erhöhen:

1. Es wird nicht nur auf Energie geschaut, sondern auf alle Umweltbereiche
2. Es werden Ziele, Maßnahmen und Verantwortlichkeiten verbindlich festgeschrieben und daran gearbeitet
3. Es wird regelmäßig intern und extern überprüft, wo die Gemeinde/Einrichtung steht.

Das führt sicherer zum Erfolg und wirkt nachhaltig und langfristig. Viele Grüne-Gockel-Gemeinden und -Einrichtungen sind seit Jahren dabei!