

Die Verhältnisse zum tanzen bringen

Wir Menschen müssen mit dieser Welt nachhaltiger umgehen. Nur ein nachhaltiger Umgang sichert uns und den kommenden Generationen eine sichere Zukunft.

Dazu kann jedeR von uns etwas beitragen. Viele kleine Schritte können viel bewegen, hier und anderswo.

Das wollen wir hier am Beispiel Ernährung zeigen. Klar, unser Konsumverhalten bezieht sich auf mehr: Wir konsumieren Nahrung, Unterhaltung, Mobilität, Kleidung usw. All dies macht unseren Lebensstil aus. Der Markt und die Waren, die produziert werden, passen sich unserem Lebensstil an - und viel zu oft auch umgekehrt. Aber genau darauf haben wir als jugendliche Einfluss. Längst hat die Wirtschaft und die Industrie erkannt, das mit uns Geld zu machen ist. Dies mag mensch kritisieren. Fazit ist, dass dies uns Gestaltungsmöglichkeiten gibt.

Mit einem bewussteren Konsumverhalten, also auch mit einer bewussteren Ernährung können wir die Weichen in die richtige Richtung stellen. **Wir haben die Macht!**



Kontakt

Ihr erreicht uns per Telefon unter:

05 11 / 12608577

Oder schreibt einfach eine Email an:

gjn@gruene-niedersachsen.de

Spenden an:

Grüne Jugend Niedersachsen

Konto: 84 31 500 BLZ: 251 205 10

Kreditinstitut: Bank für Sozialwirtschaft

Grüne Jugend Niedersachsen

Odeonstr. 4

30159 Hannover

Tel.: 0511/126085-77

Fax: 0511/126085-85

Email: gjn@gruene-niedersachsen.de

Internet: www.gj-nds.de

Text: Jan Haude, Anne Bonfert
Layout: Jan Ph. Albrecht

Ernährung



Bewusst ernähren.

Grünerleben

>> Eine Kampagne der GJN im Rahmen von

projectlifestyle

selbst_bewusst_leben



Grüne Jugend
Niedersachsen

Was ist denn Ernährung?

Ernährung, Nahrung <f.; -; unz.> 1. alles zur Ernährung dienende, Nahrungs-, Lebensmittel, Speise und Trank; abwechslungsreiche, gesunde, kalorienarme, kräftigende ~; die ~ mit Vitaminen anreichern; jmdn mit ~ versorgen [...]

Also Essen, die Aufnahme von Nahrung! Logisch, muss ja sein: Kühlschrank auf, Kühlschrank zu, so einfach geht das! Aber ist das alles? Ernährung ist mehr. Auch mit der Art, wie wir uns ernähren gestalten wir aktiv die Politik. Viele sind sich dessen nicht bewusst.

Zwischen Supermarkt und Bioladen

Viele Jugendliche machen sich über ihre Ernährung keine Gedanken. Entweder sie wird ihnen von ihren Eltern vor die Nase gesetzt, oder sie wählen den praktischsten Weg. Einfach das Billigste kaufen.

Erst nach der BSE-Krise kam die Art der Beschaffung unserer Nahrung erstmalig ins öffentliche Bewusstsein.

Der Bio-Landbau erhielt seinen bisher größten Aufschwung:

Artgerechte Tierhaltung, bewusste Ernährung und ein nachhaltiger Umgang mit unseren Lebensverhältnissen bekamen in der Gesellschaft eine breitere Akzeptanz.

Und morgen die Revolution?

Diese Entwicklungen zeigen deutlich, dass die VerbraucherInnen und KonsumentInnen mehr Macht haben, als sie sich zugestehen möchten. Mit unserem Konsumverhalten bestimmen wir, was produziert und vor allem, wie es produziert wird! Du hast die Macht!

Dadurch, dass wir uns für biologisch erzeugte Produkte entscheiden, muss der Markt reagieren. Wir gestalten uns und unsere Lebensverhältnisse selbst. KonsumentInnen machen Politik.

Der goldene Schnitt

Eine ökologisch vertretbare Ernährung ist möglich, auch für die „Otto-normal-VerbraucherInnen und -VerdienerInnen“ unter uns. Denn eine bewusste Ernährung bedeutet nicht,

dass wir ab heute nur noch im Naturkostladen einkaufen und gleichzeitig 3 Kg pro Woche abnehmen, weil wir uns eben nicht mehr so viel Nahrung leisten können.

Vielmehr geht es darum, Produktionsort und -weise unserer täglichen Lebensmittel höher zu bewerten und ihre möglichst ökologische Herkunft stärker in unseren Alltag zu integrieren.

Die Chemie im Regal versauern lassen

Ein Blick in den eigenen Kühlschrank oder in den Einkaufswagen genügt:

Woher stammen die Produkte, die da so herumlungern?

Ist es immer ratsam, das Billigste oder das Erstbeste in der schönsten Verpackung zu kaufen?

Konventionelle Artikel sind häufig teurer, als der Preis es widerspiegelt. Die Kosten für Natur und Umwelt sind darin nicht enthalten.

Muss es wirklich der sämige, mit Chemie vollgepumpte Apfel sein, nur weil der auch nachdem er einmal quer durch die Welt transportiert wurde, in den Regalen der Supermärkte immer noch frisch aussieht?