Wissen

Ausgewählte CO2-Bilanzen von Nahrungsmitteln und Bekleidung

Alles was wir herstellen und konsumieren, was wir bauen, wohin und wie wir reisen, alles trägt zum CO2 Ausstoss bei. Mit unserem Verhalten können wir positiven Einfluss nehmen.

Klimafreundlich sein heisst nicht nur vom Auto auf den ÖV oder das Velo umzusteigen. Es bedeutet auch, dass wir unsere Ernährung entsprechend gestalten müssen und bei der Wahl und besonders der Anzahl der Kleidungsstücke wählerisch sein müssen.

Die angegebenen Grössen sind als Richtwerte zu betrachten, da die Zahlen je nach Quelle in einer Bandbreite schwanken können. Gründe dafür sind, dass Erdbeeren aus der Schweiz einen geringeren CO2 Wert haben als Erdbeeren z.B. aus Israel, bei denen der Transport noch dazugerechnet werden muss. Ähnliches gilt für Textilien. Webart, Webdichte, Herstellungsland, Verarbeitung, Farbe, etc. können z.B. den Wert bei einem T-Shirt schwanken lassen. Trotzdem sind die Zahlen ein Anhaltspunkt, wo jeder mit leicht verändertem Konsumverhalten zur Reduzierung des CO2 Ausstosses beitragen kann.

Lebensmittel:
Emissionen aus der Ernährung betragen im europäischen Mittel etwa 1,65 Tonnen CO2 Äquivalente pro Person. In dieser Zahl sind die Emissionen aus Produktion, Lagerung und Transport enthalten. Nicht berücksichtig ist der zusätzliche CO2 Ausstoss durch Einkaufsfahrten, Kochen, etc. Alle Untersuchen haben bisher ergeben, dass eine klimafreundliche Ernährung auf folgende Punkte setzt: **saisonal, regional, Fleischarm und Bioprodukte**

- Ausgewählte Nahrungsmittel

Produktgruppe	**Produkt**	**CO2-Emission in g*)**
Fleisch- und Wurstwaren	Rindfleisch	13'3000
	Rohwurst	8'000
	Schweineschinken	4'800
	Geflügel	3'500
	Schweinefleisch	3'250
Milch- u. tierische Produkte	Butter	23'800

	Hartkäse	8'500
	Sahne	7'600
	Eier	1'950
	Quark	1'950
	Frischkäse	1'950
	Margarine	1'350
	Joghurt	1'250
	Milch	950
	Milchschokolade	2'900
Obst / Gemüse	Äpfel	550
	Erdbeeeren	300
	Tomaten, Saison, Region	315
	Tomaten, Gewächshaus	9'300
Backwaren	Mischbrot	750
	Brötchen	650
	Weissbrot	650
Getränke	Mineralwasser, 1l in PET	335
	Leitungswasser 1l	0.16
	Rotwein 1l	1'840
	Orangensaft 1l	660
	Kaffee 1l	650

*) die CO2-Emission bezieht sich immer auf 1 kg bzw. 1 Liter des Produkts

Bekleidung:
Kleidung verursacht eine höhere CO2 Belastung als bisher angenommen. Qualität und Langlebigkeit muss dem Nachjagen nach Modetrends und Billigprodukten vorgezogen werden.

- Ausgewählte Kleidungsstücke

Produktgruppe	**Produkt**	**CO2-Emission in g**
Bekleidung	1 T-Shirt	5'500
	1 Jeans	15'675
	1 Paar Lederschuhe	1'692

Mehr Informationen zur Ökobilanz und ausgewählten Ökobilanzen zu Baustoffen, Energie und Verkehr

Copyright © 2009 - 2026 www.gesundes-haus.ch – Stand: 01.11.2026

Sponsoren/Partner:

