

Wie viel Energie steckt in unserem Essen?

Clara Esteve, Umwelt und Energie
St.Gallen, 15. September 2025





Clara Esteve

Projektleiterin Konsum und Ressourcen
Umwelt und Energie, Stadt St.Gallen

Fokus

- Nachhaltige Ernährung
- Gemeinschaftsgastronomie

Privat

- Familiengarten – Permakultur
- Regioterre – Solidarische Landwirtschaft im Raum St.Gallen

Agenda

1. Treibhausgasemissionen
2. Stadt St.Gallen – Energiekonzept 2050
3. Inspirationen



Treibhausgasemissionen

Emissionen von Treibhausgas (THG) weltweit

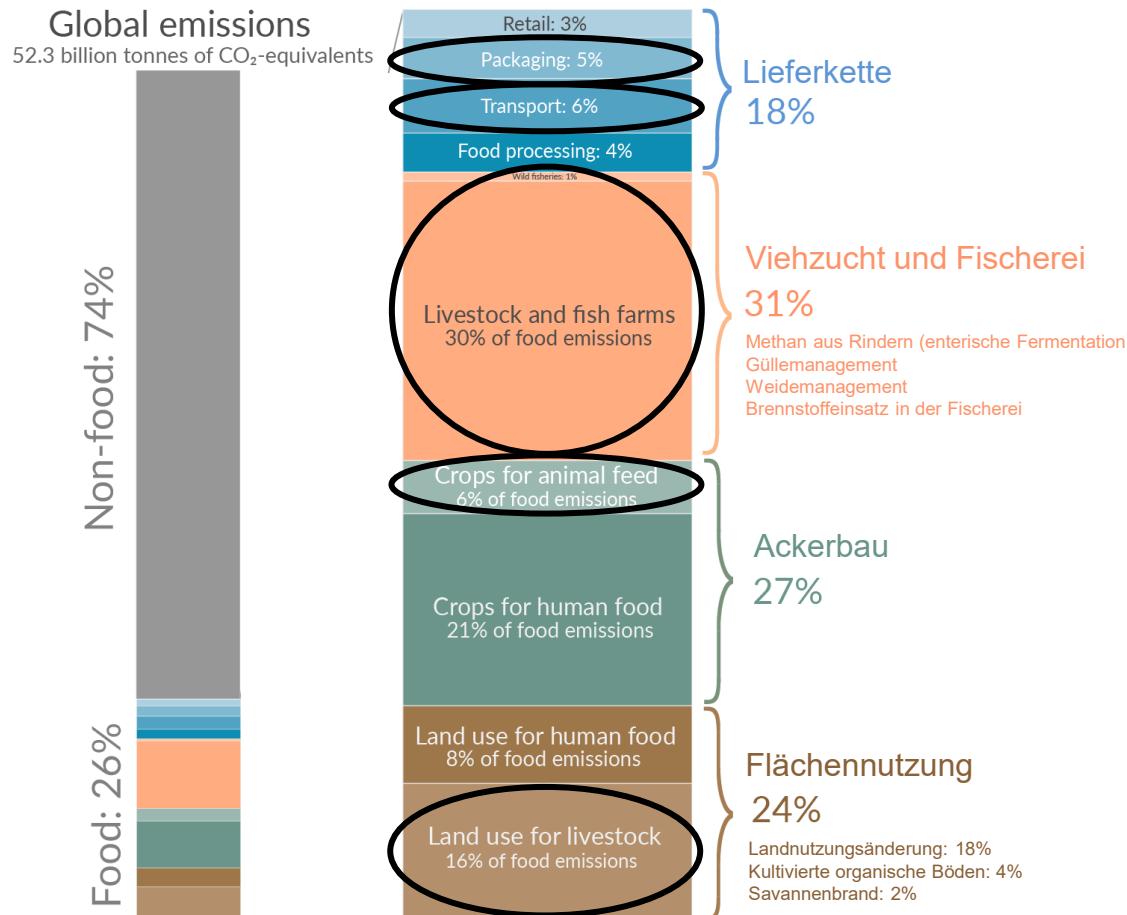
Our World
in Data

Ist mit lokalen Produkten
alles schon gelöst?

Anteil Transport?
< 15 % - 15-35 % - >35 %

Der Transport macht
nur **6 %** der THG im
Lebensmittelsektor aus!

Viehzucht gesamthaft:
53 % der THG im
Lebensmittelsektor



Data source: Joseph Poore & Thomas Nemecek (2018). Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. Published in *Science*.

Licensed under CC-BY by the author Hannah Ritchie (Nov 2022).

Treibhausgasemissionen Food Waste

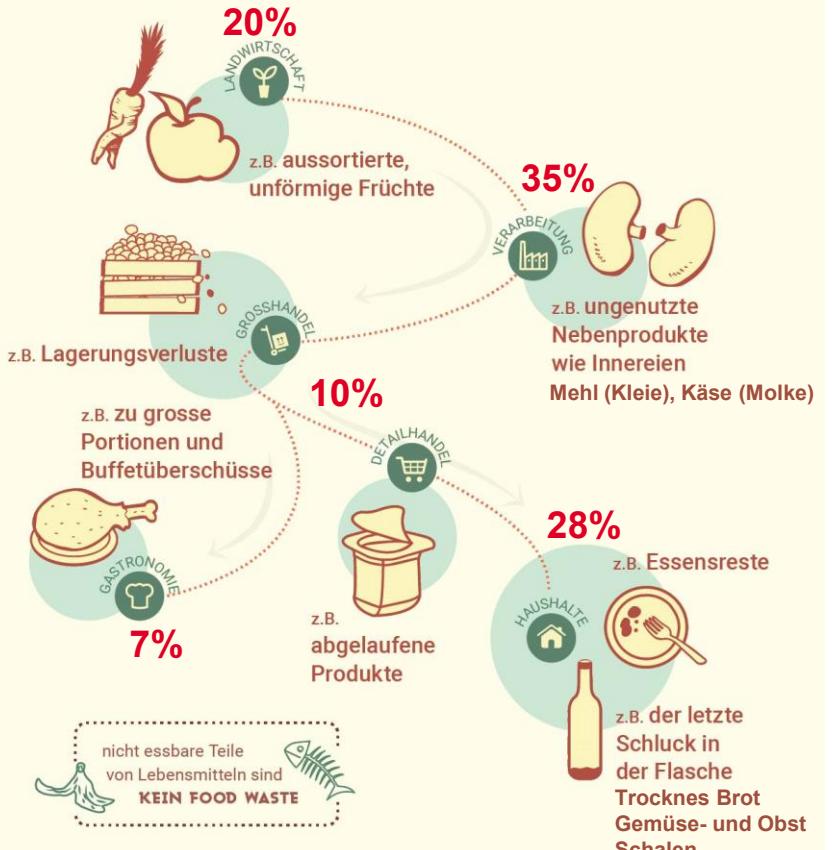


Food Waste in der Schweiz



Was ist FOOD WASTE?

Lebensmittel, die für den menschlichen Konsum produziert wurden und auf dem Weg vom Feld bis zum Teller verloren gehen oder weggeworfen werden, nennt man Food Waste.



Welcher Anteil (Gewicht) aller Lebensmittel geht über die ganze Lebensmittelkette verloren (Schweiz)?

15 % - 33 % - 50 %

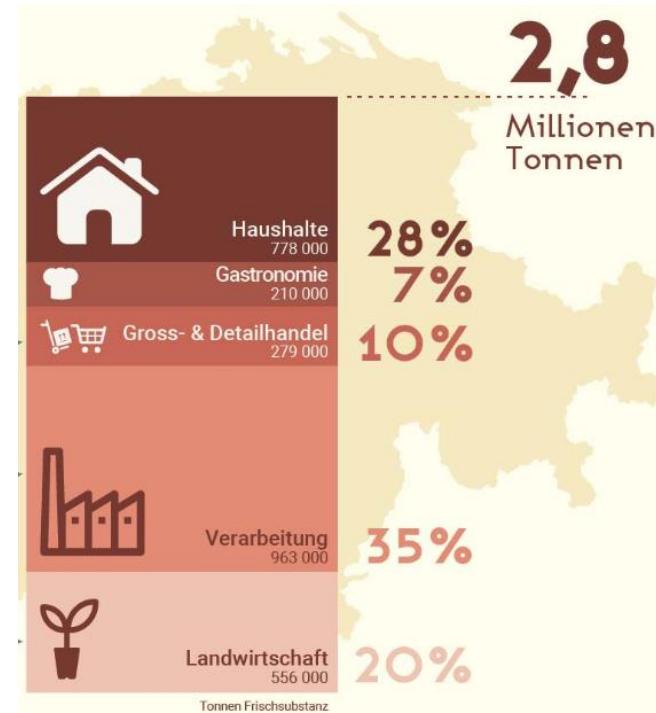


Food Waste in der Schweiz (THG)

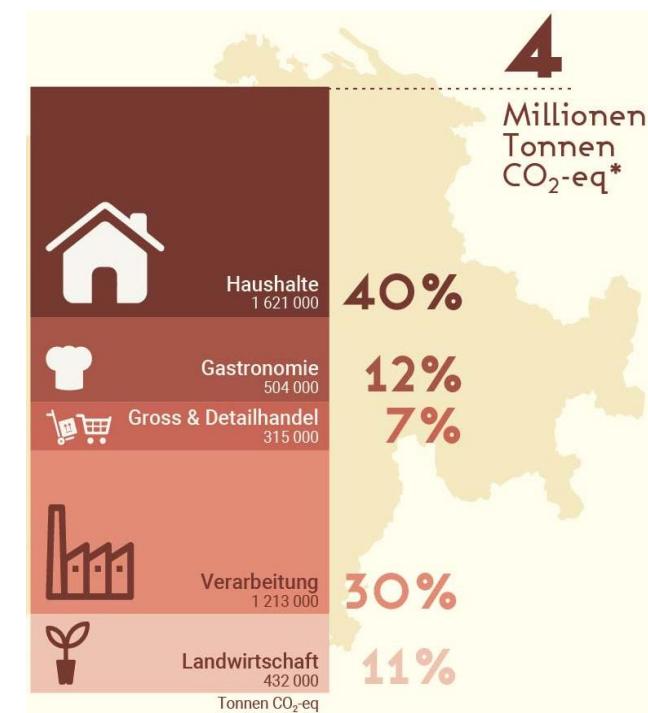
Je weiter hinten in der Lebensmittelkette die Lebensmittelverluste anfallen, desto mehr belasten sie das Klima.
(Energie zum Kochen, Kühlen, Transport...)

Schweizer Food Waste zu vermeiden wäre so klimawirksam wie rund **40 % der Autos** aus dem Verkehr zu nehmen!

Gewicht
(Tonnen)



Treibhausgasemissionen
(tCO₂eq)



Treibhausgasemissionen Proteine

Treibhausgasemissionen pro 100 g Proteine von proteinreichen Lebensmitteln

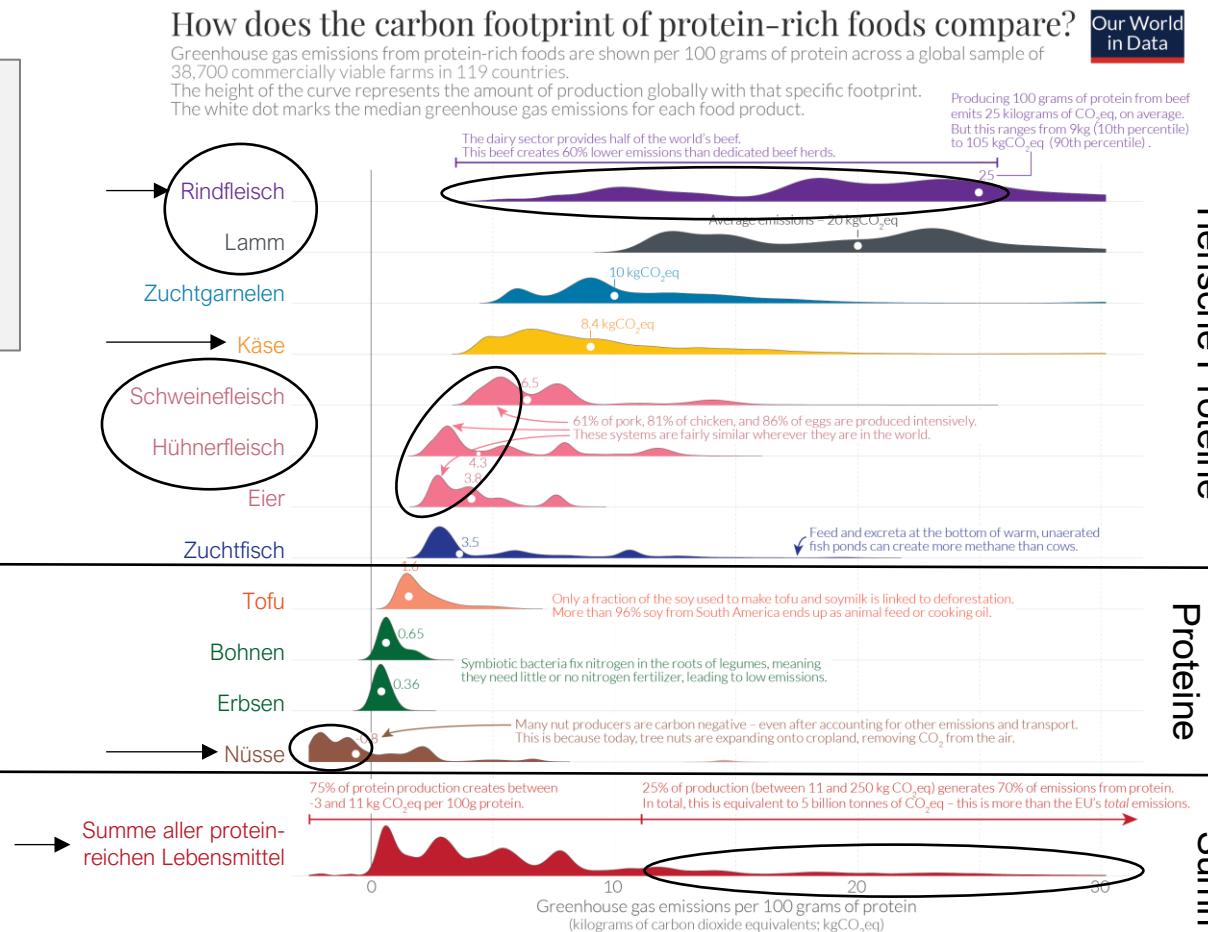
Rindfleisch aus Milchviehherden statt aus dezidierten Fleischviehherden: 60 % weniger Emissionen

Massentierhaltung wirkt sich auf das Tierwohl negativ aus, ist ethisch sehr bedenklich; ist aber effizienter, spart Ressourcen und emittiert deshalb weniger Treibhaugase

Schweine- und Hühnerfleisch: geringere Emissionen als Rindfleisch und Lamm. Käse höher als Schweine- und Hühnerfleisch.

Nüsse können THG-Emissionen speichern, wenn die Bäume auf Ackerland angebaut werden (positive Änderung der Landnutzung)

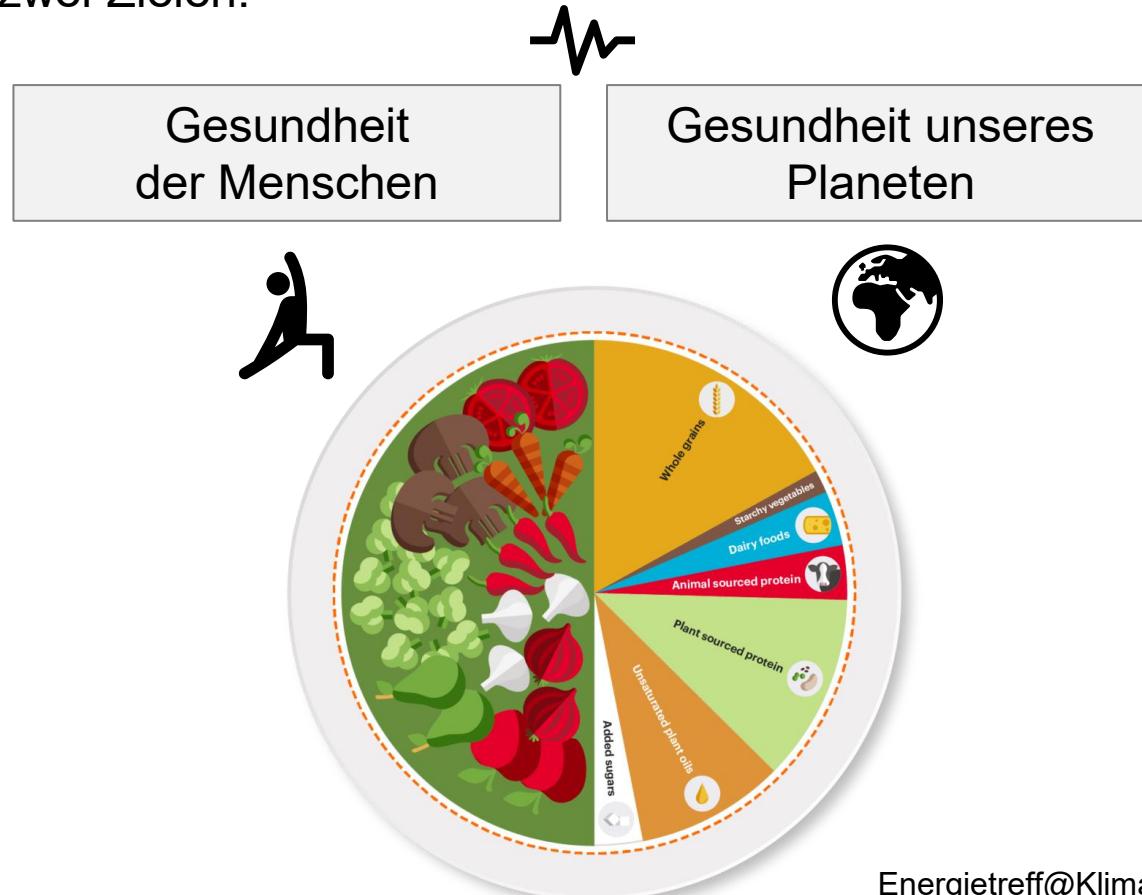
25 % der Proteinproduktion verursacht 70 % der Emissionen aus Proteinen



The Planetary Health Diet (EAT-Lancet)

«Gesunde, ausgewogene und klimafreundliche Ernährung»

Ernährungskonzept mit zwei Zielen:

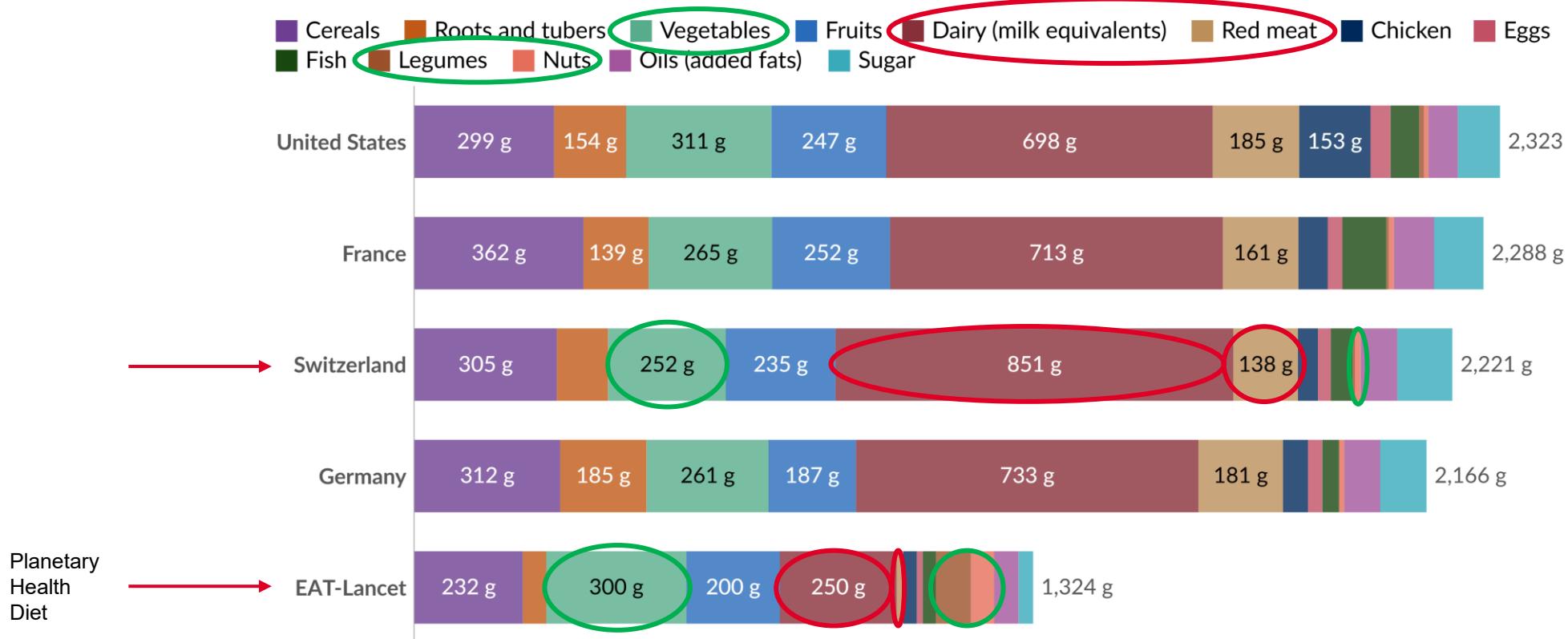


Schweizer Ernährung

How do actual diets compare to the EAT-Lancet diet?

Our World
in Data

Diets are shown as average daily per capita supply of different food groups, compared to the EAT-Lancet diet. The EAT-Lancet diet is a diet recommended to balance the goals of healthy nutrition and environmental sustainability for a global population.



Data source: Food and Agriculture Organization of the United Nations; EAT-Lancet Commission

Note: Diets by country are given as food supply – this is higher than actual intakes because it does not correct for consumer waste.

OurWorldInData.org/diet-compositions | CC BY

Gewicht in g pro Kopf und Tag

An aerial photograph of the city of St. Gallen, Switzerland. The city is nestled in a valley, with its dense urban area featuring numerous buildings of varying architectural styles. A prominent feature is the large, modern railway station with multiple tracks. The city is surrounded by lush green hills and mountains, some of which are covered in forest. The sky above is filled with large, white, billowing clouds.

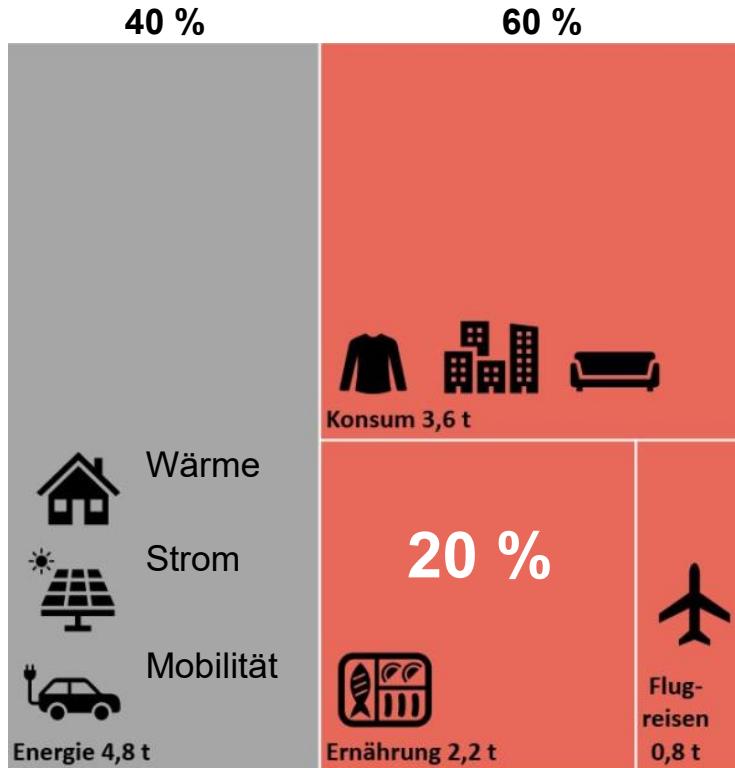
Stadt St.Gallen

Treibhausgasemissionen der Stadt St.Gallen

2020 11,4 tCO₂eq (pro Person und Jahr)

2050 (Ziel) Klimaneutralität (79 %, Volksabstimmung 2020)

Aufteilung nach Aktivitäten



stadtsg.ch/energiekonzept

The screenshot shows the homepage of the 'Energiekonzept 2050' website. At the top left is the logo 'st.gallen'. In the top right corner, it says 'Stadt St.Gallen Umwelt und Energie'. Below the header is the title 'Energiekonzept 2050'. A large image of the city of St. Gallen is centered on the page.

5 Bereiche

Bisher:
Wärme, Strom, Mobilität

Seit 2024:
Konsum und Ressourcen /
Querschnittshandlungsfelder

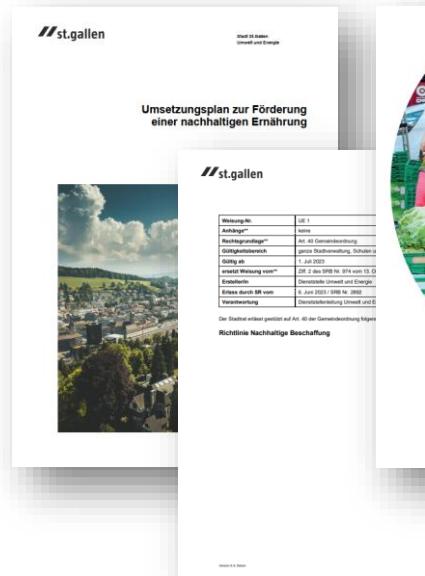
24 Handlungsfelder

88 Massnahmen

Bereiche > Handlungsfelder (Energiekonzept 2050, 2024)

Querschnittshandlungsfelder		
Q1 Wissen vermitteln und zum Handeln animieren		Q4 Klimabildung auf allen Stufen fördern
Q2 Durch Partizipation gemeinsam wirken		Q5 Energie- und Klimapolitik mitgestalten
Q3 Attraktiven Stadtraum erhalten und weiterentwickeln		Q6 Umsetzung des Energiekonzepts 2050 messen
Wärme		Strom
W1 FernwärmeverSORGUNG ausbauen		S1 Intelligentes Stromnetz bereitstellen
W2 Gebäudepark energetisch sanieren		S2 Photovoltaik ausbauen
W3 Nahwärmeverbunde realisieren		S3 Auf 100 Prozent erneuerbaren Strom umstellen
W4 Dezentrale Wärmeversorgung auf erneuerbare Energien umstellen		
W5 Auf 100 Prozent erneuerbares Gas umstellen		
Mobilität		Konsum und Ressourcen
M1 Fuss- und Veloverkehr fördern		KR1 Klimafreundliche Ernährung fördern
M2 Güterlogistik optimieren und elektrifizieren		KR2 Kreislaufwirtschaft im Bereich Konsumgüter fördern
M3 Ladeinfrastruktur für E-Mobilität bereitstellen		KR3 Kreislaufwirtschaft im Bau- und Immobilienwesen fördern
M4 Motorisierten Individualverkehr elektrifizieren		KR4 Ressourceneffizienz von Produktionsprozessen fördern
M5 Öffentlichen Verkehr ausbauen und elektrifizieren		KR5 Dekarbonisierung im Dienstleistungssektor fördern

Klimafreundliche Ernährung: Massnahmen



KR1

Klimafreundliche Ernährung fördern

KR1_1

Umsetzungsplan zur Förderung einer nachhaltigen Ernährung

Zuständigkeit: Umwelt und Energie



KR1_2

Sensibilisierung der Bevölkerung

Zuständigkeit: Umwelt und Energie



KR1_3

Klimacharta, Information und Beratung für die Gastronomie

Zuständigkeit: Umwelt und Energie

Fokus 2025



mit dem Handel

KR1_4

Leitbild für klimafreundliches Angebot und gegen Food Waste

Zuständigkeit: Umwelt und Energie



KR1_5

Bildungsangebote zur klimafreundlichen und nachhaltigen Ernährung

Zuständigkeit: Umwelt und Energie

umgesetzt

Laufend



mit der Schule, Schulgesundheit

KR1_6

Update Landwirtschaftskonzept

Zuständigkeit: Stadtgrün



Inspirationen

Food Waste – Gastro – Buffet



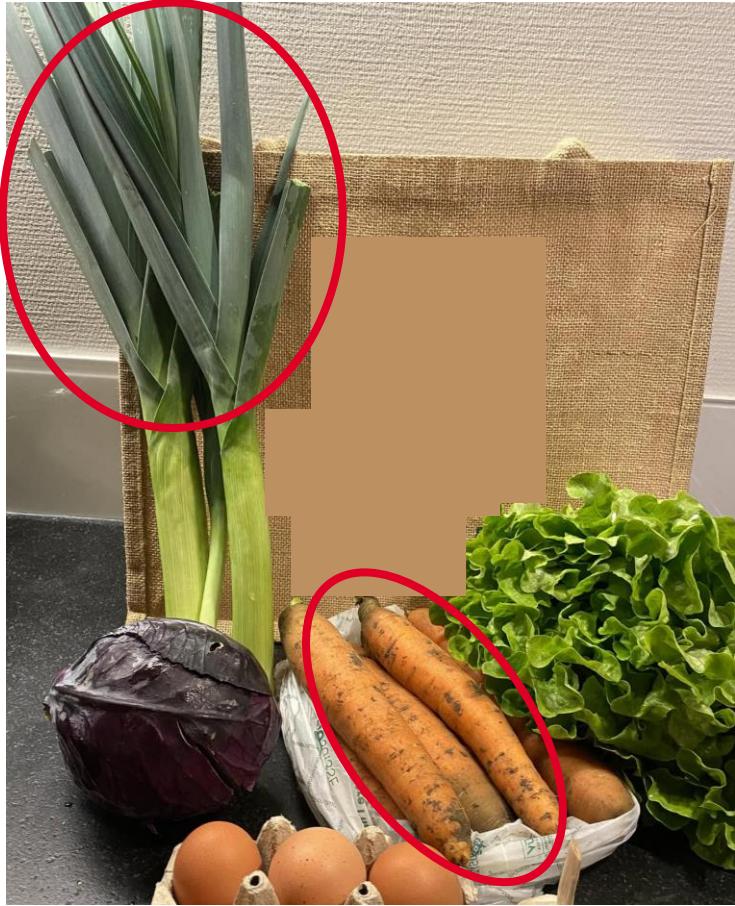
Bezahlung pro g auf dem Teller
vs.
kostenloses Essen



Ab 13.30 Uhr
CHF 5 pro Teller oder als reCIRCLE Takeaway Box



Food Waste – Gastro und Privatpersonen

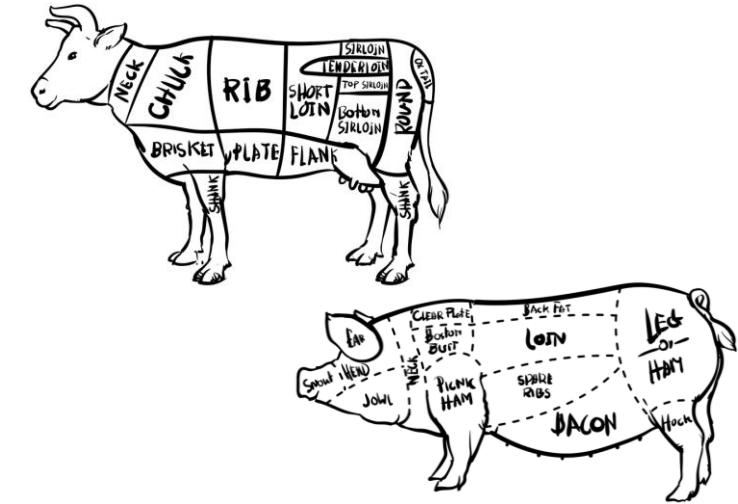


Alle Teile nutzen



Vom Blatt zur Wurzel

Alles ist essbar
Lauchgrün, Schalen,
alle Tierteile...

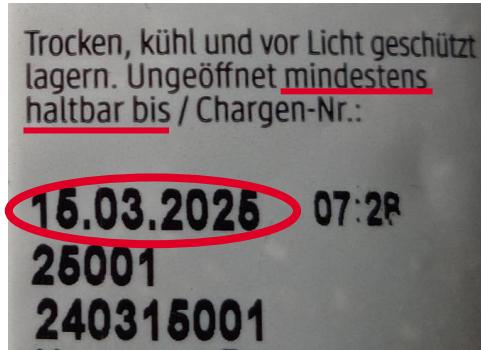


Nose to Tail

Food Waste – Privatpersonen

Alles ist essbar
Produkte mit überschrittenem
Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)

Zu verbrauchen bis (VD)
vs.
Mindestens haltbar bis (MHD)



Lebensmittelkategorie überprüfen

Länger geniessen ohne Risiko

Auf dieser Seite findest du alles Wichtige zur Verwendung von Lebensmitteln über das Mindesthaltbarkeits- (MHD) und Verbrauchsdatum (VD) hinaus.

Kann ich das noch essen?

Schokolade



Suche nach Lebensmittel-Kategorie



foodwaste.ch/wissen/check-die-haltbarkeit



Proteine variieren

Tierische Proteine reduzieren

vor allem rotes Fleisch und
Milchprodukte

Pflanzliche Proteine erhöhen

Hülsenfrüchte, Nüsse ...

Kommunikation (Gastro)

Pflanzliche Gerichte attraktiver machen:

- Platzierung
- Benennung
- Kennzeichnung
- Preis

Gemeinsam-wirkt Webseite

Veranstaltungen und Angebote anschauen und eintragen

The screenshot shows the homepage of the Gemeinsam-wirkt website. At the top, there is a navigation bar with links: News, Agenda, Angebote, Tipps, Das Grüne Brett, and Suche. Below the navigation is a large image of the city of St. Gallen. A red arrow points from the 'Angebote' link in the navigation bar to the 'Angebote' section in the footer, which contains a list of various events and offers. Another red arrow points from the 'Angebote' link in the footer back up to the 'Angebote' link in the navigation bar.

Gemeinsam wirkt
St.Gallen wird **klimaneutral**

News Agenda Angebote Tipps Das Grüne Brett Suche

st.gallen

Gemeinsam wirkt
St.Gallen wird **klimaneutral**

Kontakt
Stadt St.Gallen
Umwelt und Energie
Vadianstrasse 6
9001 St.Gallen
+41 71 224 56 76
gemeinsam-wirkt@stadt.sg.ch

Linkliste
Anmeldung Newsletter

© 2024 gemeinsam-wirkt.ch Disclaimer Impressum

f i



Newsletter anmelden

Soziale Medien folgen

Besten Dank