



Du zahlst mich zweimal

Die versteckten Kosten
unserer Lebensmittel und
was wir dagegen tun können

Ein Einkaufsguide

1. Nicht vom Preis täuschen lassen

Nicht-nachhaltig produzierte Lebensmittel sind an der Ladentheke oft günstiger. Dafür zahlen wir umso mehr für die versteckten Kosten dieser Lebensmittel. Über Steuern, Abgaben und Krankenkassenbeiträge zahlen wir z.B. für durch Überdüngung notwendige intensive Trinkwasseraufbereitung.

2. Regional und transparent einkaufen

Unterstütze Direktvermarkter*innen und inhabergeführte Geschäfte Deines Vertrauens und bekunde Dein Interesse am Mehrwert ihrer Produkte. So erhältst Du Transparenz über den wahren Preis Deiner Lebensmittel.

3. All you need is less

Konsumiere generell nur so viel, wie Du wirklich benötigst.

4. Auf Logos und Zertifikate achten

Schaue zum Beispiel auf das Bio- oder Fairtrade-Logo, die für nachhaltige Produktionsbedingungen stehen - für die Natur und den Menschen.

5. Spread the news

Kläre Deine Mitmenschen über die wahren Kosten unserer Lebensmittel auf und werde zum Multiplikator für die Reduzierung der versteckten Kosten unseres Ernährungssystems.