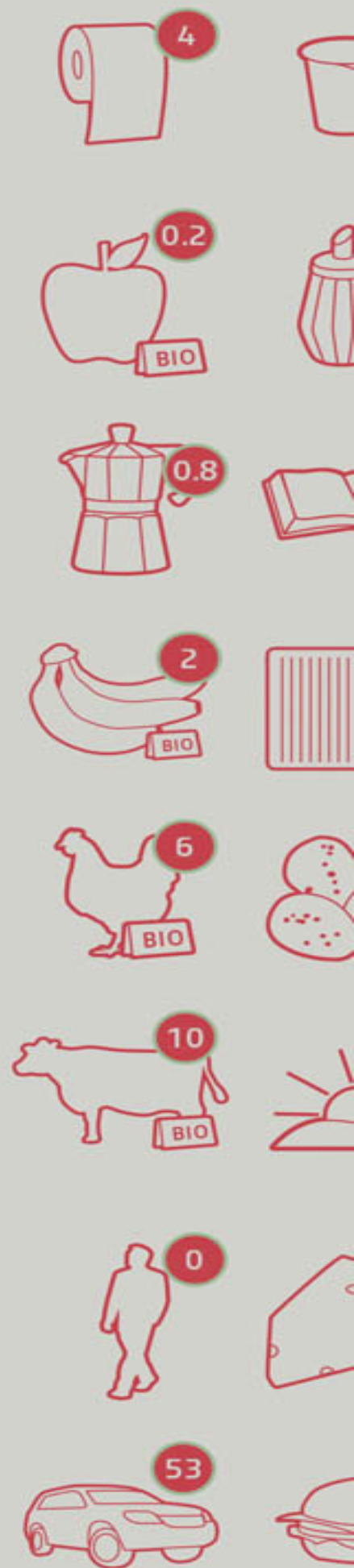


Thomas Weber

Ein guter Tag hat 100 Punkte

... und andere alltagstaugliche Ideen für eine bessere Welt



Residenz Verlag

Thomas Weber

Ein guter Tag hat



Punkte

... und andere alltagstaugliche Ideen
für eine bessere Welt

Residenz Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek:
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

www.residenzverlag.at

© 2014 Residenz Verlag
im Niederösterreichischen Pressehaus
Druck- und Verlagsgesellschaft mbH
St. Pölten – Salzburg – Wien

Alle Urheber- und Leistungsschutzrechte vorbehalten.
Keine unerlaubte Vervielfältigung!

ISBN eBook:
978-3-7017-4485-5

ISBN Printausgabe:
978-3-7017-3342-2

Für Adrian und Klara

›Pfeif auf die Regeln! Probiere es aus.‹
Lord Robert Baden-Powell

Inhalt

Eine Erklärung vorab

Zelebriere den #tierfreitag

Schlachte ein Huhn

Versuch's einen Monat lang vegan

Sei romantisch, iss Karpfen (statt Thunfisch)

Lass anschreiben, aber für andere

Gib, nimm und teile Essen

Werde Mundräuber

Iss Innereien

Kauf gemeinsam mit Gleichgesinnten ein

Bestell eine Bio- oder Ökokiste

Iss bedrohte Tiere

Geh auf die Jagd

Such dir einen Bauern

Frag den Kellner, was in der Küche verkocht wird

Kaninchen und Ratz: als Haustier besser als Hund und Katz

Werde Bauer auf Zeit, zumindest im Urlaub

Arbeite im Urlaub (und bezahl dafür)

Gönn dir ein Jahr Auszeit (und praktische Einblicke)

Öffne deinen Bücherschrank

Miete eine Waschmaschine

Kauf dir ein Stück Land (und schenk es dem Rest der Welt)

Radle zur Arbeit

Lass dein Auto stehen (zumindest in der Fastenzeit)

Bildet Banden – oder gründet einen Co-working Space

Bau ein Kraftwerk

Repariere, anstatt wegzuwerfen

Geh seltener shoppen

Lies bewusst auch das, was dir nicht gefällt

Lebe intensiver, arbeite weniger

Eine Erklärung vorab

Wir leben alle auf Pump, das hat sich herumgesprochen. Doch was hilft es, zu wissen, dass wir ökologisch über unsere Verhältnisse leben und dass jeder von uns eigentlich maximal 6,8 Kilogramm CO₂ pro Tag verbrauchen darf? Dürfte! Nur dann, wird uns vorgerechnet, würden die Ressourcen für uns alle ausreichen; nur dann wäre der CO₂-Ausstoß für unseren Planeten verträglich. Dass fast jeder von uns in der sogenannten entwickelten Welt über seine Verhältnisse lebt, das haben wir zwar längst verinnerlicht. Darüber hinaus verlieren wir uns aber im Tohuwabohu aus Geboten und Behauptungen. Das Halbwissen darüber, was verwerflich und was vertretbar ist, verwirrt uns.



Wie könnte es auch anders sein: Kein Mensch denkt in Kohlendioxidwolken, wahrscheinlich nicht einmal ein Wissenschaftler. Als Größenordnung bleibt unser Abgasausstoß deshalb nebulös, unfassbar und abstrakt. Wir wissen vielleicht, was ein Liter Milch, eine Tankladung Diesel oder Superbenzin kosten – aber kaum, was es eigentlich für unsere Erde bedeutet, wenn wir täglich mit dem Auto zur Arbeit fahren und welchen Unterschied es macht, wenn wir stattdessen zu Fuß gehen, das Rad nehmen oder vielleicht einmal von zu Hause aus arbeiten. Wer solche Relationen

aufzeigen und im allgemeinen Bewusstsein verankern möchte, der muss Abgas zunächst einmal Abgas sein lassen und stattdessen ein Koordinatensystem entlang von ganz konkreten Alltagsbezügen aufspannen.

›Ein guter Tag hat 100 Punkte‹ – das propagiert genau deshalb die Open-Source-Kampagne EinguterTag.org. Alltagsaktivitäten, Grundnahrungsmittel und weitverbreitete Gewohnheiten sowie der Gebrauch von Konsumartikeln werden darin mit Punkten bewertet. 100 Punkte hat jeder von uns an jedem einzelnen Tag zur Verfügung. Liegen wir darüber, dann verbrauchen wir mehr Ressourcen, als uns von Natur aus zustehen. Dieser Punktevorrat entspricht jenen eingangs erwähnten 6,8 Kilogramm CO₂ – nur dass mit einem leicht verständlichen virtuellen Konto von 100 Punkten jedes Kind rechnen kann.



So ›kostet‹ zum Beispiel eine Tasse Tchibo-Kaffee 0,8 Punkte, ein Liter Mineralwasser 9 Punkte, ein Liter Leitungswasser – nichts. 10 Kilometer im VW Golf kommen auf 16 Punkte, 100 Kilometer im Zug auf 27. Mit einem einzigen Flug nach Neuseeland verbrauchen wir annähernd 70 000 Punkte – also Ressourcen, mit denen wir eigentlich 700 Tage lang auskommen sollten. Im Schnitt kommen wir derzeit auf 450 Punkte – pro Tag.

Diese Berechnungen könnten einen entmutigen, womöglich frustrieren. Doch das Faszinierende daran ist: Die schönsten Dinge des Lebens – ein Radausflug mit Freunden etwa, eine Wanderung, die du mit deinen Liebsten unternimmst oder ein gemeinsamer Abend am Lagerfeuer –, die ›kosten‹ zumeist gar nichts. Da bleibt ›Ein guter Tag‹ schnell auch einmal weit unter 100 Punkten.

Dieses findige Konzept ist nicht von mir. Entwickelt und aufgezogen haben dieses 100-Punkte-Koordinatensystem kundige Wirkungsforscher und Designer in Vorarlberg und in Zürich: Das Unternehmen *Kairos* und die Agentur *integral ruedi baur* haben die Idee der Allgemeinheit unter

www.eingutertag.org zur Verfügung gestellt. Ein auf dieser Website verbrachter Abend, an dem du dein eigenes Leben spielerisch unter die Lupe nimmst, bringt dir wahrscheinlich tiefergreifende Erkenntnisse als drei schockierende Dokumentarfilme über unsere ach so schreckliche Welt. Denn es werden dir immer auch Alternativen zu den unterschiedlichsten Konsumgütern und Aktivitäten vorgeschlagen. Ob diese für dich praktikabel sind oder nicht, das entscheidest du selbst.

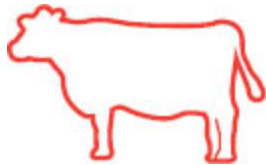


Wenn du etwa – ein Beispiel, das vielen von uns geläufig sein dürfte – deinen Computer nicht abschaltest, sondern ihn rund um die Uhr laufen lässt, dann belastet sein Stromverbrauch dein persönliches Konto jeden Tag aufs Neue mit 12 Punkten. Das ist der Wert für einen durchschnittlichen österreichischen Energielieferanten. Im EU-Durchschnitt kommst du sogar auf 28 Punkte, bei den Konstanzer Stadtwerken auf 8 und bei der niederösterreichischen EVN auf 19 Punkte. Wenn du also deinen Rechner nach getaner Arbeit abschaltest und außerdem zu einem echten Ökostrom-Anbieter wechselst, dann kannst du deinen Punkteverbrauch ohne großen Aufwand bereits massiv reduzieren.

Das Sympathische an EinguterTag.org: Jede Entscheidung bleibt dir überlassen. Es geht niemals um Bevormundung, sondern bloß um das Schaffen von Bewusstsein. »Das Interessante an unserem System ist, dass wir vermeintliche Einschränkungen in unserem Leben positiv und als Erfolg wahrnehmen können«, sagen Martin Strele und Axel Steinberger, die beiden Masterminds hinter dem Open-Source-Projekt.

Auf dieser Überzeugung und auf der Vorarbeit des Teams von EinguterTag.org bauen auch all meine Ausführungen auf den folgenden Seiten auf. Das dahinterliegende System – alle angeführten Zahlen von EinguterTag.org sind wissenschaftlich fundiert – ist die Basis, auf der ich versuche, alltagstauglich weiterzudenken. Ich stelle inspirierende Ideen und inspirierte Initiativen vor, die mir nachahmenswert scheinen. Nicht alle

Details können dabei in ihrer Komplexität mit dem Punktesystem von EinguterTag.org erfasst werden. Nicht für jedes Engagement in der Nachbarschaft, nicht für jede alte Nutztier rasse und nicht für jeden neuen Gedanken gibt es eine genaue Punkteanzahl. Dass all dies trotzdem in das von mir selbst gewählte Koordinatensystem passt, hat einen einfachen Grund: Es geht um Größenordnungen, nicht um Kommastellen. Auf Größenordnungen und Hebel im eigenen Alltag fokussiert auch jedes der folgenden Kapitel. Jedes davon ist als Anregung gedacht, zum Ausprobieren, zum Überdenken; und manchmal fordert es im Detail vermutlich auch zum Widerspruch heraus. Das ist volle Absicht.



Was ich hingegen vermeiden wollte, ist zu moralisieren. Sollte mir doch einmal der Zeigefinger ausgekommen sein, dann ersuche ich hiermit höflich um Nachsicht.

Thomas Weber

Wien, im Oktober 2014

→ www.eingutertag.org

Zelebriere den #tierfreitag

Fleischeslust und Tierwohl dürfen kein Widerspruch sein. Davon ist die Journalistin und Kochbuchautorin Katharina Seiser überzeugt. In ihrem Blog und auf Twitter propagiert sie deshalb den #tierfreitag, einen Wochentag ganz ohne tierische Lebensmittel. Werde Teil der selbstbewussten Crowd mündiger Fleischfresser!

Auch wenn das viele Veganer behaupten: Gar kein Fleisch ist auch keine Lösung. Denn nur weil wir nichts vom Tier essen, wird das weder den Klimawandel stoppen noch den Welthunger stillen. Klar, fast alle von uns essen zu viel Fleisch, und das zumeist auch noch fragwürdigen Ursprungs. Würden aber alle sieben oder bald acht Milliarden Menschen auf Fleisch oder überhaupt ganz auf tierische Produkte verzichten, dann hätten wir ein riesiges Problem. Denn in vielen Weltgegenden sind es einzig Pflanzenfresser, die es dem Menschen überhaupt erst ermöglichen, sich das ganze Jahr über ausgewogen zu ernähren. Rinder beispielsweise verwerten Gräser, die für den menschlichen Magen nicht zu verdauen sind. Ziegen kommen mit kargster Kost und wenig Wasser aus. Über den Umweg von Milch, Käse und Fleisch kann der Mensch also auch Landschaften nutzen und Landstriche bewohnen, die ohne den Beistand von Nutztieren für ihn lebensfeindlich wären. Gras und Heu kann kein Mensch verdauen. Erst indem der Mensch diese Pflanzenfresser verwertet, kann er sogar Graslandschaften und Steppen zu seiner Ernährung nutzen, die für den Ackerbau nicht geeignet sind. Das lebende Tier ist also gewissermaßen ein Nahrungsspeicher auf vier Beinen. Auf Basis rein pflanzlicher Kost hingegen wären zahlreiche Weltgegenden nur mit schweren Einschränkungen und Mangelerscheinungen zu besiedeln gewesen.

Uns vom Supermarktsortiment verwöhnten Zivilisationsmenschen mag dieser Gedanke heute exotisch erscheinen. Mancher denkt vielleicht an afrikanische Hinterland, an griechische Inseln oder die Weite und Menschenleere Irlands. Doch es gilt auch für die Schweiz, Österreich und Süddeutschland: Im Alpenraum ist es nur natürlich, dass auf den Speisekarten Speckbrot und Schnitzel stehen und dass durstigen Wanderern Buttermilch und zum Nachtsch eine Käseplatte serviert werden. Mit Getreide, getrocknetem Obst und den erst spät importierten Kartoffeln allein hätte man es in diesen Breiten nicht weit gebracht (und viel zu viel Zeit der Nahrungssuche widmen müssen).



250 g Rindfleisch konventionell

Das Problem ist also nicht, *dass* wir Fleisch essen, sondern welches und wie viel davon; wie die dafür geschlachteten Tiere gefüttert, gehalten und getötet wurden. Genau hier setzt eine Initiative der Journalistin, Kulinarik-Bloggerin und Kochbuchautorin Katharina Seiser an. Ihr Vorschlag: Leben wir doch zumindest jeden Freitag tierfrei – also als ›Tierfreitag‹. Dass es sich auch für Genießer locker einen Tag in der Woche ohne Fleisch, Milch, Ei, Käse und Honig leben lässt, beweist sie in ihrem Blog. Auf tierfreitag.com sammelt sie nicht nur eigene Rezepte, Lokaltipps und Gedanken zum Thema, sondern verlinkt auch zu Gleichgesinnten. Ihre Erklärung: ›Im Fokus steht das Tier: Zum einen die Überlegung und Notwendigkeit, weniger davon zu essen (aber bitte immer mit Genuss), zum anderen jene Tiere, die genützt werden, weit anständiger als bisher zu behandeln. Für beide Ziele gibt es derzeit nur wenige greifbare und aktuelle Quellen. Die Crowd, die Gemeinschaft, kann das ändern und einen reichen Fundus zusammentragen, aus dem alle schöpfen können.‹

Dass das bereits funktioniert, belegt nicht nur ein Besuch der Website. Auch beim Kurznachrichtendienst Twitter findet sich unter dem Hashtag #tierfreitag bereits eine Vielzahl von Einträgen. Und es werden Woche für Woche mehr Ideen, die auf diese Weise zu einer Art kollektivem ›Meta-Kochbuch‹ anwachsen, welches Katharina Seiser sorgsam betreut. Auch viele vegane Fleischersatzprodukte (sogenanntes ›Vleisch‹) stammen freilich aus industriellem landwirtschaftlichem Raubbau und enthalten Zutaten fragwürdiger Herkunft (etwa gentechnisch manipuliertes Soja), die als kulinarisch minderwertig einzustufen sind. Deshalb verbreitet der #tierfreitag ausschließlich ›appetitliche, rein pflanzliche Rezepte ohne jegliche Ersatzprodukte‹. Weil es ums Tier geht und biologische Landwirtschaft deshalb das Mindeste ist, werden zwar vorbildliche Tierhaltungsprojekte und Bauernhöfe vorgestellt. Aber nur, wenn diese in

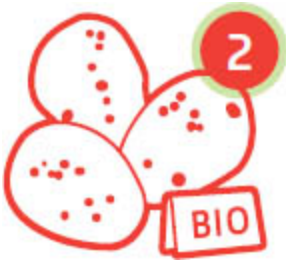
ihren Bemühungen über die gesetzlich vorgeschriebenen Richtlinien der Bio-Verbände hinausgehen.



250 g Bio-Rindfleisch

Damit hält Katharina Seiser – selbst mündige Fleischfresserin und durch und durch Feinschmeckerin – dem allgemeinen Trend zum Veganismus eine lustvolle und letztlich ideologiebefreite Alternative entgegen. Ihr Dogma: Genuss und Tierwohl dürfen kein Widerspruch sein.

Wem der Tierfreitag zu radikal scheint; wer meint, ohne Frühstücksei und Milch im Kaffee zu viel an Lebensqualität einzubüßen; wer aber trotzdem bewusster konsumieren möchte, der möge ein, zwei Generationen zurückdenken und sich seiner Groß- und Urgroßeltern besinnen. An mehreren Tagen hintereinander Fleisch gab es bei denen höchstens zu Weihnachten – oder nach Schlachttagen, wenn es ein ganzes Tier zu verwerten galt. Das übrige Jahr hindurch war der ›Sonntagsbraten‹ der fleischliche Höhepunkt der Woche. Fleisch gab es nur an einem von sieben Tagen. Sich daran zu orientieren, ist gar nicht schwer. Sollten einem am Herd die Ideen dafür fehlen, wird man früher oder später womöglich wieder bei Katharina Seiser landen. In ›Österreich vegetarisch‹ und ›Deutschland vegetarisch‹, beides Kochbuch-Bestseller und neue Standardwerke der vegetarischen Küche, klärt sie uns auf, dass ganz viele der Köstlichkeiten, die wir aus unserer Kindheit und aus Omas Küche kennen, letztlich immer schon vegetarisch waren. Und ganz gleich, ob Strudel, Knödel, Nockerl, Milchreis oder Suppe – Genuss pur.



1 kg Bio-Kartoffeln

→ www.tierfreitag.com

BUCHTIPPS

Katharina Seiser zeigt in ihren Kochbüchern ›Österreich vegetarisch‹, ›Deutschland vegetarisch‹ und ›Italien vegetarisch‹ (Brandstätter), wie vielfältig die fleischlose Küche sein kann.



1 kg Bio-Karotten