

So viel du  
brauchst ...

Fastenaktion  
für Klimaschutz  
& Klimagerechtigkeit



## Lesetipps

### **Klimaschutz allgemein**

Sven Plöger, Frank Böttcher

#### **Klimafakten**

Westend, 2015

ISBN 978-3864891021

Die wichtigsten wissenschaftliche Fakten zum Klimawandel leicht verständlich erläutert und in den Gesamtzusammenhang gesetzt. Dank der klaren Struktur auch zum Querlesen gut geeignet.

### **... anders und achtsamer kochen und essen**

Heinrich-Böll-Stiftung, BUND Deutschland, Le Monde diplomatique

#### **Fleischatlas 2014 und 2016**

zum Download unter <http://www.bund.net/fleischatlas>

Der Fleischatlas 2014 und 2016 serviert in Essays und anschaulichen Grafiken neue Themen rund um den Fleischkonsum.

Nordkirche

#### **Mahlzeit Gemeinde! Die Nordkirche kocht**

ISBN 978-3-87503-161-4

Zu bestellen unter <http://www.bestellung-nordkirche.de/mahlzeit-gemeinde-die-nordkirche-kocht.html>

Kirchengemeinden und Gruppen finden in diesem Klimakochbuch der Nordkirche etliche erprobte Anregungen für Anlässe, bei denen viele Menschen gemeinsam essen: Gemeindefeiern, Jugendtreffen oder gemeinsames Grillen. Alle Rezepte sind ausgerichtet auf 20 Personen, öko-fair und bio und mit regionalen und saisonalen Zutaten.

Julia Balz e.a., Jugend im BUND e.V. (Hrsg.)

#### **Das Klima Kochbuch – klimafreundlich einkaufen, kochen und genießen**

Kosmos, 2009

ISBN 978-3-440-11926-6

55 Rezepte mit vielen vegetarischen und veganen Alternativen. Dazu gibt es 16 Infotexte und appetitlich-anschauliche Grafiken, die erklären, wie wir mit unserer Ernährung tatsächlich das Klima beeinflussen können.

... für mich, für Einkehr und Umkehr, zum Nachdenken und Weiterdenken

**Laudato si : die Umwelt-Enzyklika des Papstes**

Vollständige Ausgabe. Herder, Freiburg i.Br. 2015

ISBN 3-451-35000-9.

In seiner Umweltzyklika „Laudato si“ entwickelt Papst Franziskus eine ganzheitliche Ökologie, die sich nicht nur auf Natur- und Klimaschutz beschränkt, sondern auch soziale Ungleichheiten und die Beziehung des Menschen zur Umwelt, seinen Mitmenschen und zu Gott in den Blick nimmt.

Über Konfessionsgrenzen hinweg lesenswert.

Hans Joachim Schellnhuber

**Selbstverbrennung**

C. Bertelsmann Verlag, 2015

ISBN 978-3570102626

Hans Joachim Schellnhuber ist ein international führender Experte auf dem Gebiet der Klimaforschung. Seine jüngste Veröffentlichung "Selbstverbrennung" bezeichnet er als sein Vermächtnis. Dieses Buch ist kein weiteres populärwissenschaftliches Werk über den Klimawandel. Es ist viel mehr: Ein Erfahrungsbericht, eine Abrechnung, eine Zeugenaussage.

Thomas Fatheuer, Lili Fuhr, Barbara Unmüßig

**Kritik der Grünen Ökonomie**

Ökom-Verlag, 2015

ISBN 978-3-86581-748-8

Der allgemeine Wohlstand und seine ökonomischen und ökologischen Grundlagen sind in Gefahr, die Kluft zwischen Arm und Reich in der Gesellschaft wird immer größer. Das Konzept der »Grünen Ökonomie« will als neues Leitbild Lösungen anbieten. Im Zentrum der aktuellen Wirtschaft stehen meist Großtechnologien, die global agierenden Unternehmen noch mehr Kontrolle über zentrale Bereiche unseres Lebens gewähren.

Doch kann die »grüne« Technologie eine Lösung sein, wenn sie den Konsum weiter anheizt? Wer kommt für die Folgekosten von Atomstrom, Fracking & Co. auf? Das Buch unterzieht die Grüne Ökonomie einer kritischen Prüfung, testet ihre Versprechen, erörtert ihre Möglichkeiten, beschreibt die tatsächlichen Konsequenzen für die Umwelt, nennt ihre blinden Flecke – und skizziert einen Weg, um Umweltprobleme auch unter sozialen Gesichtspunkten zu meistern

Peter Wohlleben

**Das geheime Leben der Bäume**

Ludwig Buchverlag, 2015

ISBN 3453280679

Der Förster Peter Wohlleben beschreibt in diesem Buch seine tiefgründige Liebe zu den Bäumen – und lehrt uns das Staunen über die Natur. Er nimmt uns mit auf eine Entdeckungsreise in eine erstaunliche, und beim oberflächlichen Beobachten meist auch verborgene Welt.

Jörg Schindler

**Stadt – Land – Überfluss**

Fischer-Verlag, 2015

ISBN 978-3-596-19888-7

IMMER MEHR, IMMER BESSER, IMMER SCHNELLER? Es geht auch anders: Da ist der ehemalige Bankdirektor, der jetzt Suchtkranke betreut und plötzlich wieder Zeit hat. Die Designerin, die keine Lust mehr hat auf Dinge, die die Welt nicht braucht und jetzt nicht normgerechtes Gemüse vor dem Abfall rettet. Da ist der Fußballverein, der sich nicht ausverkauft und trotzdem erfolgreich ist.

Jörg Schindler erzählt von Menschen, denen es nicht um Profit geht, deren Ziel nicht Wachstum um jeden Preis ist. Was sie verbindet, ist keineswegs purer Verzicht oder weltabgewandtes Aussteigertum. Durch ein bewusstes Weniger ergibt sich ein Gewinn an Lebensqualität, mehr Zeit und Zufriedenheit. Schindlers spannende Geschichten aus unserem Land des Überflusses sind Anstiftungen zum Umdenken: die Gesellschaftsdebatte zum Konsum- und Wachstumswahn

Verena Winiwarter, Hans-Rudolf Bork

### **Geschichte unserer Umwelt: Sechzig Reisen durch die Zeit**

Primus Verlag 2014

ISBN 978-3863120696

Die Autoren haben 60 Beispiele für menschliche Eingriffe in die Natur und Auswirkungen von Naturereignissen auf menschliche Gesellschaften zusammengetragen.

Die verständlich aufbereiteten Geschichten gehen auf Störfälle in Atomkraftwerken ebenso ein wie auf umweltschonende Landnutzung in Spanien seit der Jungsteinzeit, Sturmfluten an der Nordsee oder das empfindliche Ökosystem der Galapagosinseln. Die Autoren zeigen auf, warum das herrschende wirtschaftliche System der Ungleichheit für viele „Beziehungsprobleme“ zwischen Mensch und Umwelt verantwortlich ist: Es sei auf stetiges Wachstum zur Steigerung der Wohlfahrt ausgerichtet, die Erde und die meisten Ressourcen aber wüchsen nicht mit. Die Umweltgeschichte sei daher immer auch eine Geschichte von Macht über Ressourcen und von Nutzungskonflikten.

Umweltbuch des Jahres 2015

Uwe Schneidewind, Angelika Zahrnt

### **Damit gutes Leben einfacher wird - Perspektiven einer Suffizienzpolitik**

oekom verlag 2013

ISBN 978-3-86581-441-8

Angesichts der Umwelt- und Energiekrise wird diese Frage immer öfter mit "Ja" beantwortet. Immer mehr Menschen drosseln ihren Fleischkonsum und Plastikverbrauch oder ziehen Car-Sharing-Angebote dem eigenen Auto vor. Um den Energie- und Ressourcenverbrauch unserer Gesellschaft zu senken, muss diese Öko-Avantgarde jedoch in eine Massenbewegung transformiert werden. Hierzu bedarf es einer Fokussierung der Politik auf wirksame Suffizienzstrategien. Den Autoren gelingt es, die Idee des Maßhaltens erstmals in ein politisches Programm zu überführen und zu zeigen, wie es sich weitab von totalitärem Zwang in politische Praxis übersetzen lässt. Ein mutiger Vorstoß, das kontroverse Thema Suffizienzpolitik auf die politische Agenda zu setzen!

Anton Rotzetter, Annette Forster, Eva Opitz

**Rette uns, wer kann! Fasten für Klimagerechtigkeit,**

Paulusverlag, 2015

Paulusverlag Academic Press Fribourg (19. Dezember 2014) ISBN-13: 978-3722808635

Was hat Fasten mit dem Klima und der Klimagerechtigkeit zu tun? Und warum fasten wir überhaupt? Warum ist Fasten ein so zentraler Bestandteil vieler Religionen? Und was ist daran franziskanisch? Diesen und vielen anderen Fragen rund ums Thema Fasten ist der bekannte und streitbare Schweizer Kapuziner Anton Rotzetter auf den Grund gegangen. Wie politisch fasten auch sein kann, zeigt Rotzetter, der auch Präsident der Aktion Kirche und Tiere (AKUT) ist, auf eindrückliche und aufklärende Weise anhand einiger Aufrufe von kirchlichen und politischen Initiativen. Den Abschluss bilden spirituelle Impulse für die persönliche Fastenzeit.

Alexander Schiebel

**„Das Wunder von Mals“**

**Wie ein Dorf der Agrarindustrie die Stirn bietet**

240 Seiten, oekom verlag München, 2017

ISBN-13: 978-3-96006-014-7

Preis: 19.00 €

Im Südtiroler Dorf Mals gelang 2014 die europaweit erste erfolgreiche Volksabstimmung gegen den Einsatz von Pestiziden in der Landwirtschaft. Das gefällt der Landesregierung, der Agrarindustrie und den Bauernvertretern gar nicht. Aber es geht um mehr als eine pestizidfreie Zone – es geht um die Verdrängung artenreicher Wiesen durch Monokulturen von Obstplantagen sowie die Existenzgefährdung von Biobetrieben.

<https://www.oekom.de/nc/buecher/gesamtprogramm/buch/das-wunder-von-mals.html>

Beachten Sie auch den Film!

<https://utopia.de/filmtipp-das-wunder-von-mals-32758/>

<http://wundervonmals.com/>

Michael Kopatz

**Ökoroutine**

416 Seiten, oekom verlag München, 2016

ISBN-13: 978-3-86581-806-5

Was unmöglich erscheint, ist konzeptionell denkbar einfach: Mülltrennung, Sparlampen, Effizienzhäuser – alles längst akzeptiert oder in Reichweite. Was wir zur Durchsetzung brauchen, sind neue, innovative Standards und Limits: Wenn Geräte weniger oft kaputt gehen, die Tierhaltung schrittweise artgerechter wird oder bedenkliche Zusatzstoffe aus Lebensmitteln verschwinden – welcher Verbraucher würde sich darüber beschweren?

Michael Kopatz präsentiert eine Vielzahl leicht umsetzbarer, politischer Vorschläge für alle Lebensbereiche, damit die Utopien von heute schon bald die Realitäten von morgen werden.

Robert und Edward Skidelsky

**Wie viel ist genug?**

Verlag Antje Kunstmann, 2013

ISBN: 978-3-88897-822-7

Wachstum wozu, muss deshalb die Frage lauten, und: Wie viel ist genug? Wir sind viermal reicher als vor 100 Jahren – und doch abhängiger denn je von einem Wirtschaftssystem, in dem manche zu viel und viele nicht genug haben. Zeit, die Grundfragen neu zu stellen: Was macht ein gutes Leben aus, was droht uns im Wachstumsrausch verloren zu gehen? Die Autoren nennen sieben »Basisgüter« wie Sicherheit, Respekt, Muße und Harmonie mit der Natur, auf denen eine Ökonomie des guten Lebens aufbauen muss. Vor allem aber machen sie Mut, Wirtschaft wieder neu zu denken: als moralisches Handeln von Menschen, die in Gemeinschaften leben.

Maja Lunde

### **Die Geschichte der Bienen (Roman)**

Aus dem Norwegischen von Ursel Allenstein

512 Seiten, btb Verlag, München, 2017

ISBN: 978-3-442-75684-1

Wie alles mit allem zusammenhängt: Mitreißend und ergreifend erzählt Maja Lunde von Verlust und Hoffnung, vom Miteinander der Generationen und dem unsichtbaren Band zwischen der Geschichte der Menschen und der Geschichte der Bienen. Sie stellt einige der drängendsten Fragen unserer Zeit: Wie gehen wir um mit der Natur und ihren Geschöpfen? Welche Zukunft hinterlassen wir unseren Kindern? Wofür sind wir bereit zu kämpfen?

Stefan Kreuzberger, Valentin Thurn

### **Die Essensvernichter**

368 S., KiWi-Taschenbuch, 2012

ISBN: 978-3-462-04454-6

Durch dieses Buch und den Kinofilm »Taste the Waste« sowie eine große Kampagne von Verbraucherinitiativen trat erstmals ins Bewusstsein, dass rund die Hälfte unserer Lebensmittel – bis zu 20 Millionen Tonnen allein in Deutschland – im Müll landet. Das Buch enthält viele Anregungen, wie jeder Einzelne umsteuern kann: durch regionale Einkaufsgemeinschaften etwa oder eine gesunde Küche, die sich auf das Verarbeiten von Resten versteht, aber auch durch Verbraucherdruck auf Supermärkte, Waren kurz vor Ablauf billiger zu verkaufen oder zu verschenken. Unser Konsum ist politisch und unsere Ernährungsweise kann die Welt verändern.

Das Buch zum Film „Taste the Waste“ <http://www.tastethewaste.com/>

[www.klimafasten.de](http://www.klimafasten.de)

