



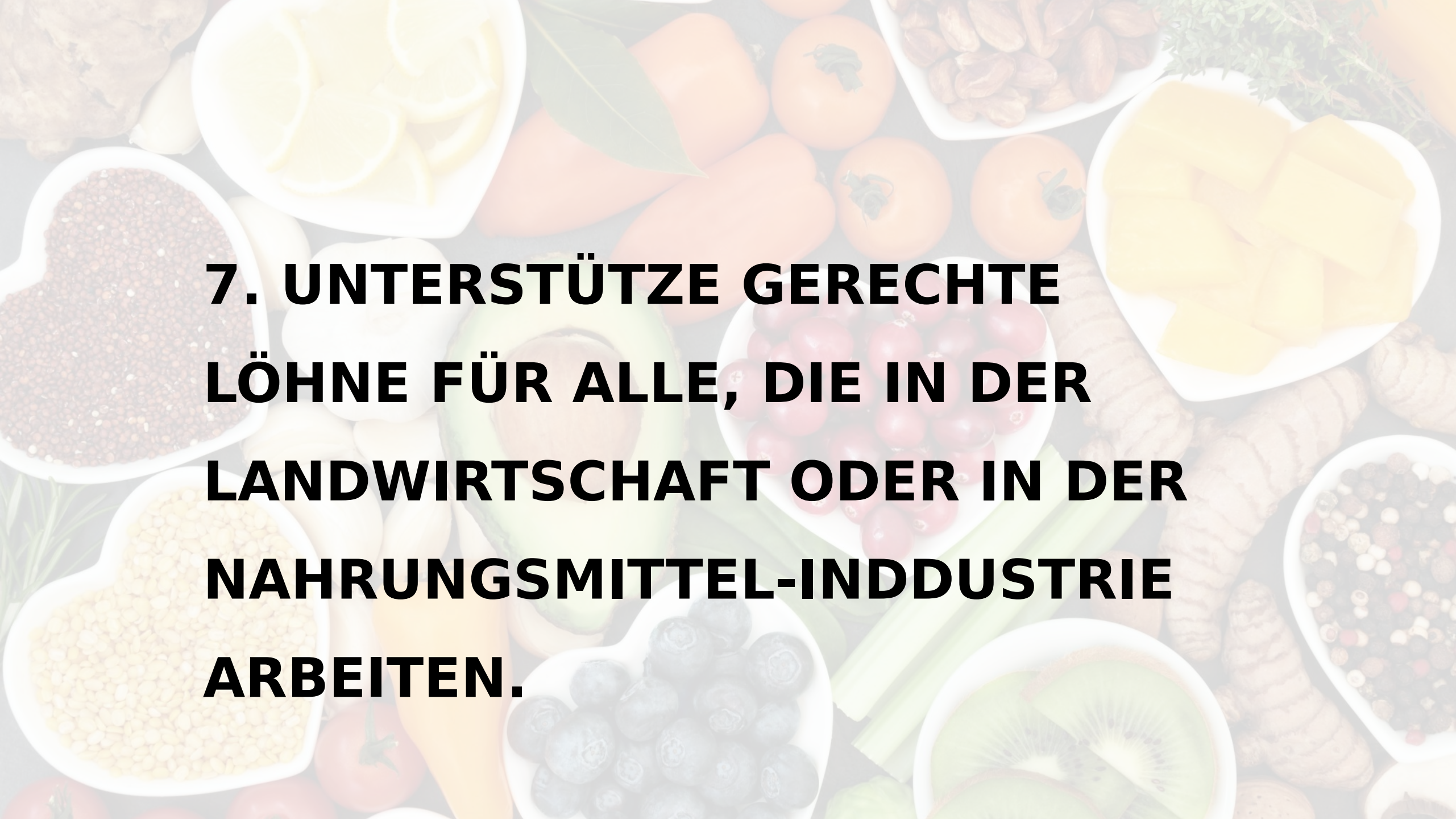
**5. VERSCHWENDE KEINE
LEBENSMITTEL.**



Von Leni
und Meret

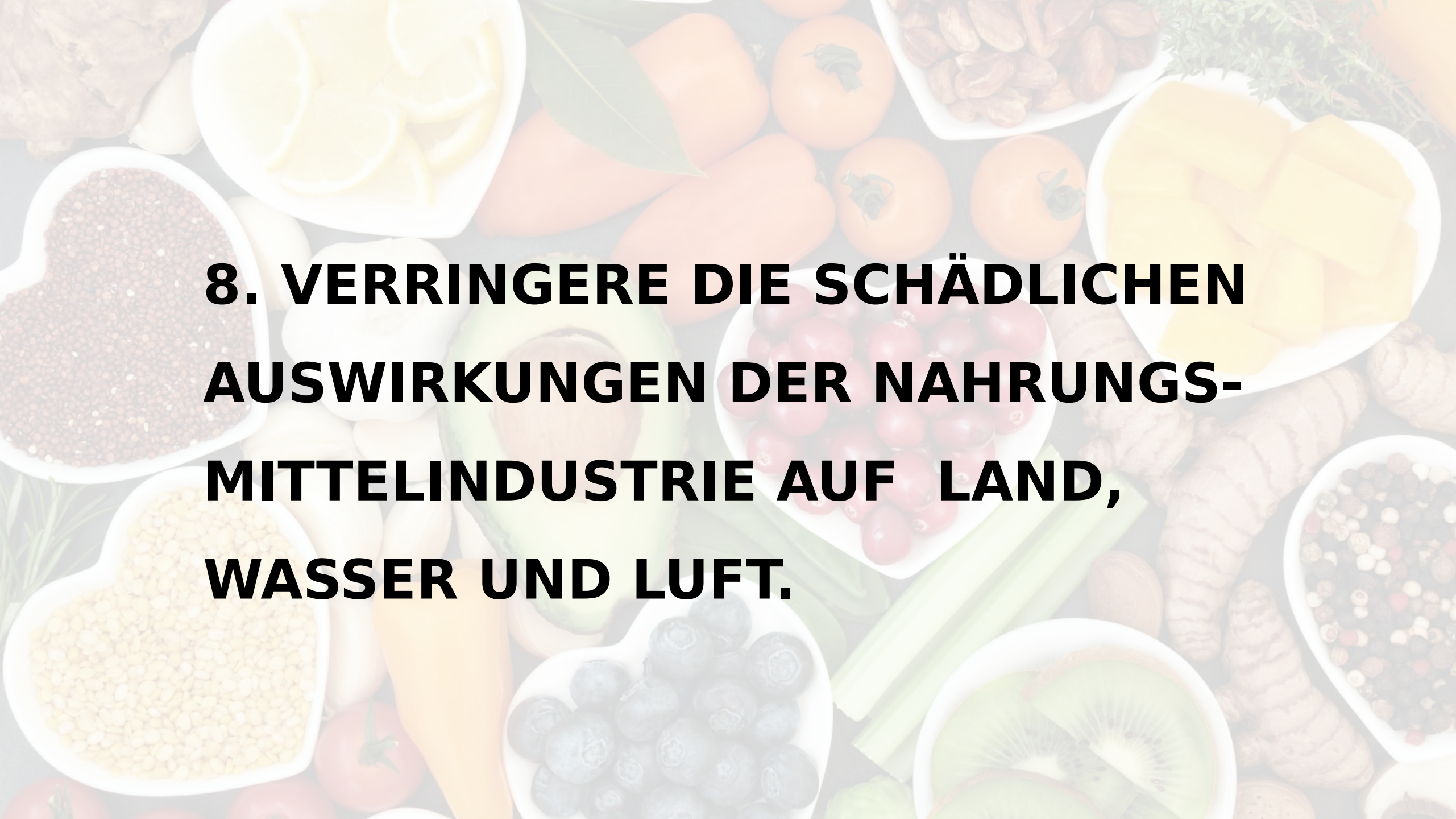


**6. SEI DENEN DANKBAR, DIE FÜR
DICH LEBENSMITTEL ANBAUEN UND
ZUBEREITEN.**

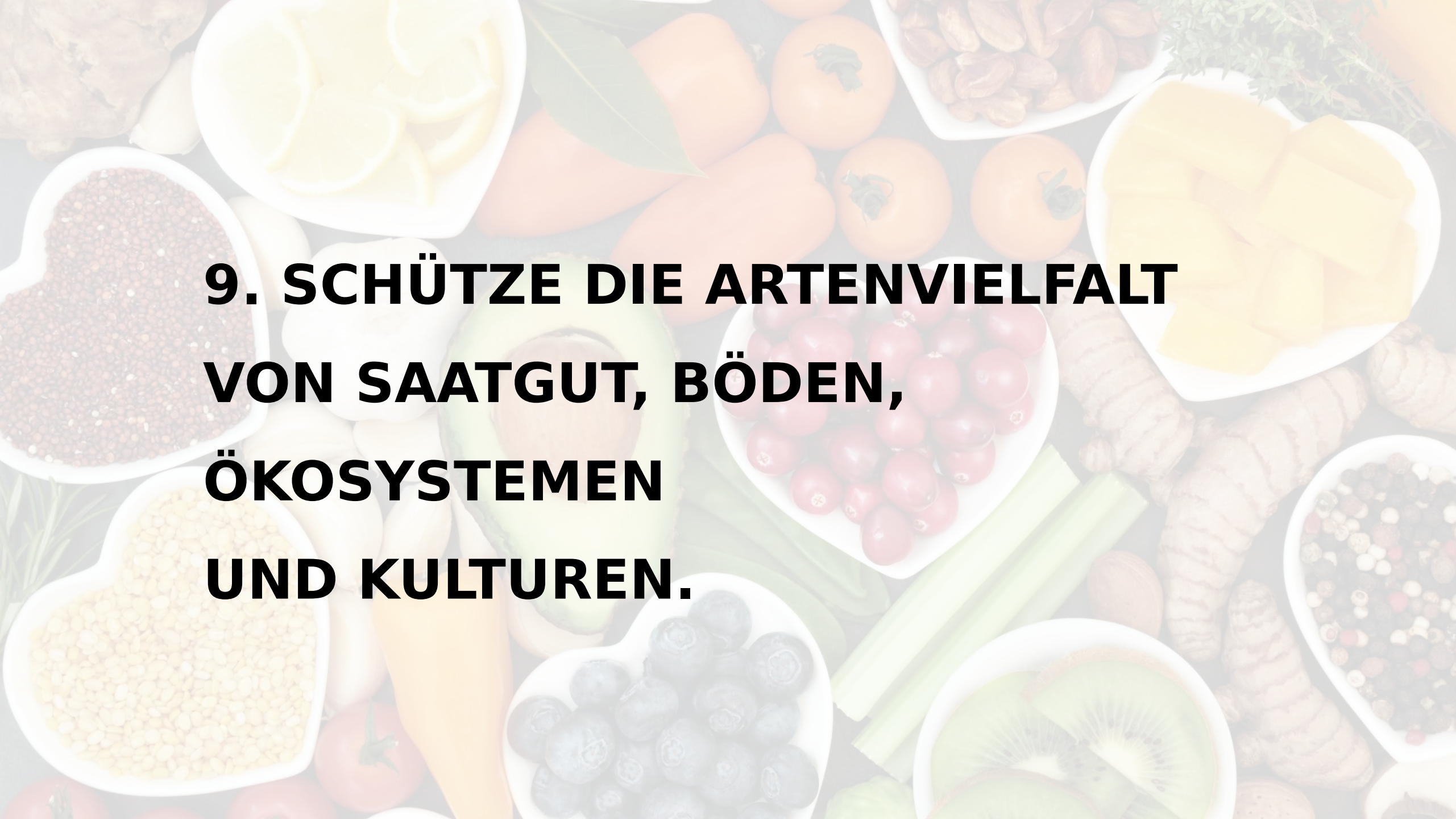


**7. UNTERSTÜTZE GERECHTE
LÖHNE FÜR ALLE, DIE IN DER
LANDWIRTSCHAFT ODER IN DER
NAHRUNGSMITTEL-INDDUSTRIE
ARBEITEN.**





**8. VERRINGERE DIE SCHÄDLICHEN
AUSWIRKUNGEN DER NAHRUNGS-
MITTELINDUSTRIE AUF LAND,
WASSER UND LUFT.**



**9. SCHÜTZE DIE ARTENVIELFALT
VON SAATGUT, BÖDEN,
ÖKOSYSTEMEN
UND KULTUREN.**



**10. ERFREUE DICH AM GESCHENK
DER NAHRUNG UND TEILE ES MIT
ALLEN.**

DIE ZEHN GEBOTE DER NAHRUNG

1. Sei dankbar für die Nahrung, die Du isst.
2. Iss lokale oder regionale Produkte.
3. Setzt Dich dafür ein, dass alle Menschen Wissen über erschwingliche und nahrhafte Lebensmittel und den Zugang dazu haben.
4. Iss bewusst und massvoll.
5. Verschwende keine Lebensmittel.
6. Sei denen dankbar, die für dich Lebensmittel anbauen und zubereiten.
7. Unterstütze gerechte Löhne für alle, die in der Landwirtschaft oder in der Nahrungsmittelindustrie arbeiten.
8. Verringere die schädlichen Auswirkungen der Nahrungsmittelindustrie auf Land, Wasser und Luft.
9. Schütze die Artenvielfalt von Saatgut, Böden Ökosystemen und Kulturen.
10. Erfreue dich am Geschenk der Nahrung und teile es mit allen.