

Online-Kurs «ClimateLab»

Ernährung – weitreichender Einfluss auf Gesundheit und Klima

Wussten Sie, dass eine typische Mahlzeit durchschnittlich 1,6 kg CO₂ verursacht? Das entspricht ungefähr einer Autofahrt von 10 km. Oder dass Sie beim Einkauf von 1 kg Tomaten ausserhalb der Saison knapp 10 kg CO₂ in den Einkaufswagen legen? Der von MYBLUEPLANET organisierte Online-Kurs «ClimateLab Ernährung – gesund für Körper und Klima» schafft hier Klarheit.

MYBLUEPLANET ist eine als Verein organisierte Non-Profit-Klimaschutz-Organisation. Das Team besteht aus Klimaenthusiasten und Expertinnen aus Wirtschaft, Wissenschaft, Politik und Sozialwesen in den Bereichen Bildung, Projektmanagement, IT und Kommunikation. MYBLUEPLANET möchte in der Schweiz eine bedeutende Rolle im Klimaschutz spielen und unterstützt über 85 Partner umfassend in der Entwicklung und Umsetzung ihrer Klimaschutzaktivitäten.

Zudem lanciert MYBLUEPLANET viele innovative Projekte, die einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz leisten, und setzt diese um. Klimaschutz ist nur möglich, wenn sich viele Menschen gemeinsam auf den Weg machen, unseren Planeten zu schützen. Mit alltäglichen Tipps und massgeschneiderten Bildungsangeboten soll der Umstieg in einen klimaschonenden Lebensstil Freude machen und selbstverständlich werden.

In einer Stunde erweitern Sie Ihren kulinarischen Horizont

Das MYBLUEPLANET-Engagement «ClimateLab» führt in zweitägigen Bildungswork-



shops Lernende an den Klimaschutz heran. Für die Mitglieder der Angestellten Schweiz wurde nun aber ein einstündiger Online-Kurs konzipiert, der interaktiv und praxisbezogen den Zusammenhang zwischen körperlicher Gesundheit und klimabewusster Ernährung aufzeigt. Dafür wurden unter anderem die Spezialisten von ClimateFood an Bord geholt, einer MYBLUEPLANET-Initiative, die sich mit klimabewusster und gesunder Ernährung beschäftigt. Ergänzend bieten die Experten von Eaternity Praxistipps und – mithilfe ihrer App für die Berechnung des ökologischen Fussabdrucks von Lebensmitteln – technisches Know-how.

Wenn Sie Lust haben, Ihren kulinarischen Horizont zu erweitern oder Ihren Homeoffice-Alltag etwas aufzupeppen, dann liegen Sie mit dem Online-Kurs «ClimateLab Ernährung –

gesund für Körper und Klima» genau richtig. Möchten Sie erfahren, wieso klimafreundliche Ernährung auch gut für den Körper und das eigene Wohlbefinden ist? Und welchen Einfluss unsere täglichen Mahlzeiten auf Klima und Umwelt haben? Dann buchen Sie den Kurs «ClimateLab».



[Details zum Kurs](#)

**ClimateLab
Ernährung –
gesund für Körper
und Klima**

Die Ausschreibung des Kurses finden Sie auf unserer Website: www.angestellte.ch/weiterbildung in der Rubrik «Kurse für alle». Dort können Sie sich auch gleich anmelden. Die Veranstaltung wird via Zoom durchgeführt.