



Umwelttipp Juni 06: Gesunde Ernährung aus regionalem Ökolandbau

Wo kommt unser Essen her, wie wird es hergestellt und was ist drin? Fragen, die heute wichtiger denn je sind. Vieles spricht für den hohen gesundheitlichen Wert von Öko-Lebensmitteln.

- Bio-Lebensmittel enthalten mehr sekundäre Pflanzenstoffe und werden voll ausgereift geerntet.
- Bio-Lebensmittel enthalten keine Rückstände von Pflanzenschutzmitteln und Arzneimittelstoffen und sind gentechnikfrei.
- Bei der Weiterverarbeitung von Bio-Lebensmitteln sind Zugaben von Geschmacksverstärkern, Konservierungsmitteln, synthetischen Farbstoffen und Stabilisatoren verboten.
- Bio-Lebensmittel schonen unsere Umwelt. Die schonende Anbauweise fördert das Bodenleben und die Artenvielfalt. Das Trinkwasser bleibt sauber.
- Probieren Sie es aus und tauschen einzelne Produkte wie Kartoffeln, Karotten, Eier und Milch gegen Bio-Produkte aus, die über den regionalen Handel erhältlich sind.
- Kaufen Sie saisonale Produkte zu günstigen Preisen in Hofläden und auf Wochenmärkten - oder probieren Sie die „Ökokiste“ aus.
- Achten Sie auf Wochenangebote. Die Möglichkeit der günstigen Vorratshaltung für Kartoffeln, Karotten und Äpfel besteht bestimmt auch für Sie.

Mehr Informationen erhalten Sie im Umweltladen – schauen Sie rein.

Eine spezielle Sprechstunde mit zahlreichen Informationen zum regionalen Ökolandbau bietet der TAGWERK Förderverein e.V. am Mittwoch, 7. Juni von 15 bis 17 Uhr an.