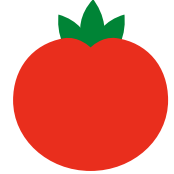


BIO UND REGIONAL

Was heißt das eigentlich?

EINE EINFÜHRUNG IN DIE WELT DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG



Vielleicht habt ihr es von euren Eltern schon gehört oder im Supermarkt in der Obst- und Gemüseabteilung gelesen: „Wir lieben Bio.“ „Garantiert aus der Region!“

Diese Produkte werden immer häufiger gekauft: Seit 2015 ist der Umsatz mit Bio-Produkten um 13 Prozent gestiegen, Deutschland stellt sogar den größten Absatzmarkt für Bio-Produkte dar. Und zu regional angebauten Produkten greifen auch immer mehr Konsumenten. Damit ihr euch beim nächsten Einkauf mit euren Eltern oder beim nächsten Gespräch mit euren Freundinnen und Freunden gut auskennt, erfahrt ihr hier das Wichtigste rund um „bio“ und „regional“.

Das Versprechen „Bio“

„Bio“ bedeutet, dass ein Produkt biologisch angebaut wurde. Das heißt, dass keine chemisch-synthetischen Pflanzenschutzmittel und Dünger eingesetzt wurden. Das ist erstens für den Konsumenten selbst ein wichtiges Kriterium: Er entscheidet sich für ein chemiefreies Produkt. Zweitens schon die biologische Anbauweise die Umwelt: Es gelangen viel weniger belastende Stoffe in unser Grundwasser. Sie stellen so keine Gefahr für unser Ökosystem dar.

Bio-Produkte sind meistens teurer als herkömmliche Produkte und sind durch sogenannte Bio-Siegel gekennzeichnet. Diese Siegel sollen den Kunden gewährleisten, dass ihr Produkt auch wirklich „bio“ ist, aber manchmal prüfen die Siegel nicht ganz korrekt. Deshalb lohnt es sich, sich genau über das Produkt zu informieren. Wo kommt es her? Wie wurde es angebaut? „Bio“ können übrigens nicht nur Obst und Gemüse sein, sondern auch viele weiterverarbeitete Produkte wie Nudeln, Brot und sogar Kleidung.

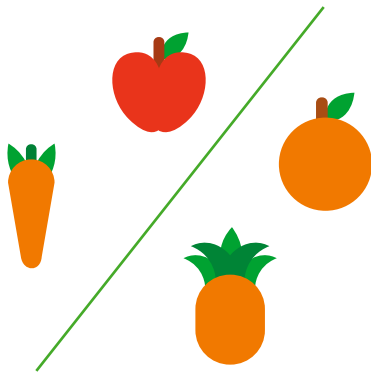


Auf der nächsten Seite geht es weiter! →

BIO UND REGIONAL

Das Versprechen „Regional“

Regional bedeutet in der Regel: **Aus der Region**. Das heißt, **das Produkt wurde in deiner Nähe angebaut und geerntet und musste nicht um die halbe Welt geflogen werden**. Und das heißt wiederum: Regionale Produkte schonen die Umwelt, da die Transportwege viel kürzer sind. Allerdings ist der Begriff „regional“ nicht klar definiert und man weiß nicht sicher, von wie weit her das Produkt letzten Endes kommt.



Es können auch nur bestimmte Produkte regional angebaut werden. Die Auswahl dieser Produkte hängt stark von der Jahreszeit ab: Im Herbst wachsen in Deutschland Kürbisse, Kohl und Möhren, im Sommer gibt es viel Spargel und Obst. Bananen, Ananas und **viele andere Produkte können hier in Deutschland nicht angebaut werden und müssen aus anderen Ländern, zum Beispiel aus Brasilien, importiert werden**.

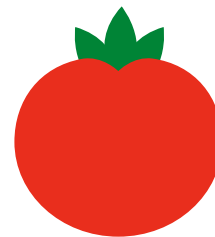
Auch regionale Produkte können teurer sein als Produkte, die für niedrigere Kosten im Ausland produziert wurden.

Und was heißt das jetzt?

Es ist wichtig, dass wir uns Gedanken darüber machen, wie das, was wir einkaufen, produziert wurde. Dabei geht es um Nachhaltigkeit: **Es gibt Produkte, die gesund sind und dazu noch unsere Umwelt schonen**. Das müssen nicht immer nur Bio- oder regionale Produkte sein. Dass ihr aber nun wisst, was „bio“ und „regional“ bedeutet, ist schon ein guter Anfang, **um im Supermarkt einen besseren Durchblick zu haben**.

Wenn ihr trotzdem etwas nicht versteht, fragt eure Eltern, redet mit euren Freundinnen und Freunden oder sprecht eure Lehrerinnen und Lehrer an, ob sie euch weiterhelfen können.

Ihr könnt auch ganz einfach euer eigenes biologisch und regional angebautes Produkt herstellen: Auf eurem Balkon, in eurem Garten - Hauptsache draußen! Ab März, wenn es etwas wärmer wird, könnt ihr eure eigenen Tomaten anbauen. **Es ist ganz einfach!**



Auf der nächsten Seite geht es weiter! →

BIO UND REGIONAL

Jetzt seid ihr dran!

EINE ANLEITUNG ZUM PFLANZEN DEINER EIGENEN TOMATEN

1. Samen gewinnen:

- Ihr braucht: **eine Tomate, Küchenpapier**
- Schneidet die Tomate auf und löst ein paar der hellen Samen aus dem Fruchtfleisch. Lasst diese dann auf einem Küchenpapier so lange trocknen, bis sie nicht mehr feucht sind. (Das kann ein paar Tage dauern.)

Weiter geht's!



2. Samen einpflanzen:

- Ihr braucht: **Aussaaterde, einen kleinen Blumentopf**
- Füllt den Topf etwa zur Hälfte mit Erde. Grabt pro Samen, den ihr einpflanzen wollt, ein kleines Loch und steckt den Samen hinein. Verschließt das Loch anschließend mit Erde. Stellt den Topf an einen hellen, warmen Ort, z.B. auf die Fensterbank. Haltet die Erde immer schön feucht.

Nach 10-14 Tagen solltet ihr bereits kleine Keimpflänzchen sehen!

3. Pflanzen aussetzen:

- Ihr braucht: **einen großen Blumentopf, ein Beet oder einen Blumenkasten für den Balkon**
- Ab Mitte Mai könnt ihr die Pflanzen umtopfen! Pflanz sie in euer Gartenbeet oder in einen größeren Topf oder Blumenkasten auf eurem Balkon – sie brauchen viel Platz. Wenn ihr sie regelmäßig gießt und euch gut um sie kümmert, **könnt ihr im Sommer eure eigenen Tomaten ernten!**

