

27.02.2008 – 09:40 Uhr

## Krebsliga Schweiz: Regional und saisonal ist umweltfreundlicher

Bern (ots) -

Für umweltbewusste Konsumentinnen und Konsumenten ist Einkaufen eine besondere Herausforderung: Ganzjährig kann eine Vielfalt von Gemüse und Früchten auch ausserhalb deren Saison gekauft werden. Lange Transportwege und aufwändige Anbauverfahren belasten aber die Umwelt stark. Wer regionales und saisonales Gemüse und Früchte berücksichtigt, kauft umweltfreundlicher ein.

Das Angebot in den Läden geht von Spargeln im Glas aus China über frischen Schnittlauch aus Israel, hin zu Gewächshaus-Peperoni aus Holland und Karotten vom Biobauern aus der Region. Da spielen nicht nur das Herkunftsland des Produktes, der Anbau oder die Transportmittel, sondern auch die Verpackung, die Bearbeitung oder die Lagerung eine wichtige Rolle. Will man die genauen Auswirkungen eines Lebensmittels auf die Umwelt wissen, bedarf es aufwändiger Berechnungen, Verallgemeinerungen auf andere Produkte sind kaum möglich. Als einfache Hilfe für die Konsumentin und den Konsumenten sind bei Gemüse und Früchten das Herkunftsland wie auch die Anbauweise "Gewächshaus", "Hors-Sol" oder "Freiland" angegeben.

Regional einkaufen - Saisonal geniessen

Produkte aus der Region sind frisch und enthalten dadurch extra viele Vitamine und Mineralstoffe, ausserdem schonen sie durch die kurzen Transportwege die Umwelt. Ideal sind Produkte, die als "regional" bezeichnet sind oder ein Einkauf auf dem Wochenmarkt. Auch im Winter findet sich dort ein breites und buntes Angebot: Kürbisse, Karotten, Äpfel, Birnen, Rinden und diverse Salat- und Kohlsorten. Saisongerecht angebaute Gemüse und Früchte schonen die Umwelt, weil sie im Freiland angebaut werden und oft auch besser ausgereift und dadurch geschmacklich intensiver sind. Es bedarf so keiner energieintensiven Bewirtschaftung in Gewächshäusern. Die Bio-Produktion berücksichtigt die natürlichen Kreisläufe. Deshalb sind Bio-Produkte in der Regel saisongerecht.

Tipps für die Konsumentinnen und den Konsumenten

Für den täglichen Einkauf helfen ein paar einfache Regeln, um ökologisch sinnvoll einzukaufen:

- Gemüse und Früchte aus der Region und nach Saison einkaufen.
- Im Winter und Frühling können anstelle von frischen Produkten aus anderen Ländern tiefgekühlte Gemüse und Früchte aus der Schweiz konsumiert werden.
- Gemüse und Früchte aus Gewächshäusern sollten nur während der Saison gekauft werden.
- Gemüse und Früchte, die mit dem Flugzeug transportiert wurden, sollten möglichst nicht gekauft werden.
- Einkaufen auf dem Wochenmarkt

Angebot MarktInfo

MarktInfo informiert über den nächstgelegenen Wochenmarkt und liefert neben der Ortsangabe auch die Öffnungszeiten. Dieses Angebot kann abgefragt werden per SMS mit "MARKT PLZ" (z.B. "MARKT 3001" an die Nummer 9889 (CHF 0.20/SMS) oder auf der Internetseite [www.5amtag.ch](http://www.5amtag.ch) (Wochenmarkt). Neu ist auch die Saisontabelle von Gemüsen und Früchten aufgeschaltet.

"5 am Tag": Eine Kampagne zur Förderung des Gemüse- und Früchtekonsums

[www.5amtag.ch](http://www.5amtag.ch), [www.flipthefruit.ch](http://www.flipthefruit.ch)

Lizenznehmer von "5 am Tag" sind Coop ([www.coop.ch](http://www.coop.ch)), Exofrucht ([www.exofrucht.ch](http://www.exofrucht.ch)), FRESH AG.CH ([www.freshag.ch](http://www.freshag.ch)), healthy & snacky ag ([www.healthyandsnacky.ch](http://www.healthyandsnacky.ch)), Hero ([www.hero.ch](http://www.hero.ch)), Mutzner AG, Obipektin AG ([www.obipektin.ch](http://www.obipektin.ch)), Rammelmeyer AG ([www.rammelmeyer.ch](http://www.rammelmeyer.ch)), sm servicemanagement GmbH ([www.freshbox.ch](http://www.freshbox.ch)) und Zeste Juice Bars ([www.zeste4life.ch](http://www.zeste4life.ch)).

Kontakt Kampagne "5 am Tag":

Claudia Weiss, Kommunikationsbeauftragte Prävention

Tel.: +41/31/389'92'10

E-Mail: [media@5amtag.ch](mailto:media@5amtag.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100003316/100555606> abgerufen werden.