

Mahlzeit!

*Lebensmittel aus der Region
Lebensmittel für die Region*

„ Wer würde
schon eine Welt
retten wollen,
in der es nur
noch Tütensuppen
gibt?! “

(Georg Seeßlen)



Kleiner Einkaufsbegleiter für Gelsenkirchener
Bürgerinnen und Bürger

Herausgeber:

aGEnda 21-Büro (in Trägerschaft der Stadt Gelsenkirchen/
Referat Umwelt und des Ev. Kirchenkreises Gelsenkirchen
und Wattenscheid), Telefon: 02 09-1479130 und
Verbraucher-Zentrale NRW - Beratungsstelle Gelsenkirchen,
Telefon: 02 09 / 20 48 70

Konzeption und Redaktion:

Marit Rullman, Werner Rybarski, Martin Scholz

Recherche und Zusammenstellung:

Martin Scholz

Mitarbeit:

Stephanie Brehm, Katja Burmester, Niels Funke,
Sigrun Krümmel, Stella Petruzza-Przybyl

Layout und Satz: actionprint Digitaldruck & Grafik

Stand: Juli 2001

Hergestellt aus Recyclingpapier

Vorwort des Oberbürgermeisters der Stadt Gelsenkirchen und der Superintendentin des Kirchenkreises Gelsenkirchen und Wattenscheid

Der Traum vom Einkaufen: Gesunde Lebensmittel, Produkte aus der Region, die schon nach wenigen Kilometern frisch auf den Tisch kommen. Und wenn es einmal exotische Produkte sein sollen, dann haben die Produzenten dafür einen fairen Preis bekommen. Wer möchte diesen Traum nicht mitträumen?

Noch schöner ist es, wenn aus dem Traum Wirklichkeit werden kann. Dieses Heft möchte dazu beitragen. Es blättert eine Fülle von Möglichkeiten auf, in Gelsenkirchen und seiner unmittelbaren Umgebung naturnahe, regionale und fair gehandelte Produkte zu kaufen. Das ist ein wichtiger Beitrag zur Umsetzung der Agenda 21. So wird unser gemeinsames Motto im Agenda-Prozess für Gelsenkirchen konkret: „Global denken – lokal handeln“.

Wir danken unserem aGenda-21-Büro und der Verbraucher-Zentrale Gelsenkirchen für diese Initiative und wünschen allen, die diesen Wegbegleiter in den Händen halten: traumhafte Einkäufe!



Dorothea Franke-Herber
Superintendentin



Oliver Wittke
Oberbürgermeister

1. Vorspeise

ÜBER DIESE BROSCHÜRE

- „Genuss ohne Reue“ – Warum diese Broschüre?
- „Das ABC des Einkaufes“ – Begründung der Auswahl der Produkte und Produzenten
- „Die Rechnung mit dem Wirt“ – Kunden als treibende Kraft

2. Hauptgericht

ANBIETER UND PRODUKTE

A. Aus der Region - anknüpfen am Vorhandenem

- Einkauf direkt auf dem Bauernhof und im Hofladen
- Fleisch und Wurstwaren
- Fischzucht 
- Brot und Backwaren
- Mineral- und Heilwasser
- Wochenmärkte in Gelsenkirchen
- Anlieferungen für Veranstaltungen und Festivitäten 

B. Binnenmarkt Deutschland - Produkte aus ökologischem Anbau

- Naturkostfachgeschäfte
- Reformhäuser
- Drogeriemärkte und Drogerien mit Zusatzsortimenten
- Supermärkte mit ökologischen Lebensmitteln

C. Columbia oder Cuba – aus fernen Ländern, aber fairem Handel!

- Weltläden...
- ...und Gelsenkirchen Kaffee

3. Nachtisch

MATERIALIEN RUND UM EINKAUF UND GENUSS

„Wohlbefinden geht durch den Magen“ –
Gesunde Ernährung

„Alles hat seine Zeit“ – Jahreszeitliche Küche

„Slow Food“ – Zeit zum Schlemmen und Genießen

„Futtern wie bei Müttern“ – So kocht man/frau
in unserer Region

„Vorschlag zur Güte!“ – Einkaufstipps

„Und was ist nun wirklich ‚Öko‘ und ‚Bio‘?“ –
Begriffsdefinitionen

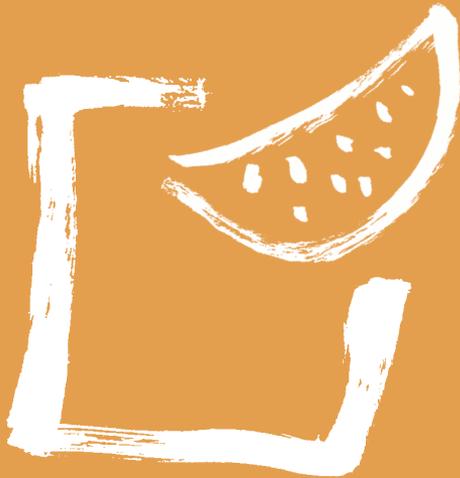
„Alles vom Fach“ – Fachbegriffe

„Hier werden Sie geholfen!“ – Adressen

„Wer hat dieses Menue zusammengestellt?“
Über die aGEnda 21



1. Vorspeise: Über diese Broschüre



1. „Genuss ohne Reue“ - Warum diese Broschüre?

Unser Tisch ist reich gedeckt. Köstliche und exotische Nahrungsmittel bereichern unsere Speisepläne. Aus ehemals seltenen Kolonialwaren sind Allerweltsprodukte geworden, die wir ganzjährig konsumieren können. Wir haben uns gewöhnt an Tütensuppen, Instantsoßen, Konservendosen und Tiefkühlgerichte. Das alles ist wirklich praktisch und spart Zeit bei der Zubereitung.

Dieses internationale „Tischlein-Deck-Dich“ ist jedoch für die Umwelt und für die Menschen zum Problem geworden.

Lebensmittelerzeugung und -verarbeitung, Zubereitung und Transport verbrauchen viel Energie und tragen zur Klimakatastrophe bei. So reisen Neuseeländische Äpfel 15.000 Kilometer, bevor sie in unserer Obstschale landen. Ein Schwein wird in Deutschland gemästet, in Griechenland geschlachtet und der Schinken wird nach Italien gefahren. Von dort kehrt er als Parmaschinken in die Feinkostgeschäfte nördlich der Alpen zurück. Übrig bleiben Müll und verstopfte Straßen - und immer mehr Menschen leiden an Gesundheitsbelastungen durch Lärm und Abgase des stetig wachsenden Güterverkehrs!

Die ursprüngliche Nähe zwischen Produktion, Verarbeitung, Einzelhandel und Verbrauch geht verloren – die Produkte sind anonym und austauschbar. Und nicht immer gesund! Die Nachrichten über Rinderwahnsinn, dioxinverseuchtes Geflügelfleisch oder Kälberhormonskandale verderben immer mehr den Appetit. Und die Lebensmittelallergien nehmen zu...

So sind Verbraucher und Verbraucherinnen bezüglich der gesundheitlichen Unbedenklichkeit von Lebensmitteln zu Recht verunsichert. Sie fragen zunehmend nach Lebensmitteln mit glaubwürdigen Herkunfts- und Qualitätsaussagen. Sie wollen wissen: Wo kann ich in meiner Umgebung frische und möglichst hochwertige Lebensmittel einkaufen? Wo, von wem und wie sind die Produkte erzeugt worden, die auf dem Tisch landen?

Dieser Einkaufsbegleiter kann einige dieser Fragen beantworten. Er ist nicht der Weisheit letzter Schluss – und in der ersten Auflage keinesfalls vollständig! Sie können jedoch hier erste Anregungen, Materialien und so manche interessante Adresse finden. Damit sie in Gelsenkirchen und Umgebung gezielter einkaufen und sich weiter informieren können.

Wir wünschen Ihnen Genuss ohne Reue...

2. „Das ABC des Einkaufes“ - Begründung der Auswahl der Anbieter und Produkte

Wirtschaftliche Stabilität, Umweltschutz und soziale Gerechtigkeit sollen –nach der Agenda 21, dem umfassenden Zukunftsprogramm der UNO– in Einklang gebracht werden, um eine zukunftsfähige Entwicklung einzuleiten.

Hiervon lassen wir uns auch im Bereich Konsum leiten und versuchen dieses Prinzip in diesem Einkaufsbegleiter umzusetzen.

Dies war bei der Auswahl der Anbieter, die in diese Broschüre aufgenommen werden sollten, nicht ganz so schwierig: Die Anbieter sollten aus Gelsenkirchen sein! Bei ihnen einkaufen bedeutet:

- **wirtschaftliche Stärkung der Region,**
- **relativ kurze Wege und damit weniger Umweltbelastung durch Transporte,**
- **möglicher Erhalt oder Schaffung von Arbeitsplätzen,**
- **und mögliche längerfristige soziale Kontakte!**

Damit sich aber auch die Stadtrandbevölkerung wohnortnah versorgen kann, lag es nahe, auch auf Versorgungsmöglichkeiten im Umland hinzuweisen. Zugleich wurde Wert darauf gelegt, nicht erneut große Verkehrsströme zu erzeugen. Deswegen haben wir nur den Nahbereich dargestellt, der im wesentlichen Gelsenkirchen und die angrenzenden Bezirke der Nachbarstädte umfasst. Ausgeschlossen blieben insbesondere die Hauptzentren größerer Nachbarstädte im Süden, um Umweltbelastungen durch größere Fahrleistungen nicht zu unterstützen.

Bei der Auswahl der Produkte und Produzenten – die oft auch gleichzeitig Anbieter ihrer Waren sind – wurde es jedoch recht kompliziert! Sollten wir nur regionale Produkte aufnehmen, wofür immerhin die Aspekte „Stärkung der Region“, „kurze Transportwege“, „frische Lebensmittel“ oder „soziale Kontakte“ in die Waagschale geworfen werden können? Andererseits: Ist zum Beispiel eine „Nicht-Öko-Kartoffel“ aus Gelsenkirchen - aufgrund ihres kurzen Weges - umweltverträglicher und empfehlenswerter als beispielsweise eine Kartoffel mit Ökolabel aus Hessen, die nicht nur umweltschonender angebaut wurde, sondern möglicherweise auch gesünder (aber auch teurer) ist? Wo sind also Schwerpunkte zu setzen, räumliche Grenzen zu ziehen? Pauschal mochten wir solche Fragen

nicht beantworten; genaue Einzelfallprüfungen wären nötig gewesen. Und selbst wenn im Einzelfall bei einem Produkt eine „Ökogesamtbilanz“ gezogen werden könnte, so wären ja immer noch die Aspekte Wirtschaft und Soziales in einer Gesamtschau zu gewichten!

So gab es viele Fragen und heiße Diskussionen. Und endgültige gemeinsame Antworten wurden nicht gefunden. Aber gefunden wurde – wie es in der Agenda 21 so sein soll - ein Kompromiss! Nämlich das „**ABC des Einkaufes**“:

Aus der Region – anknüpfen am Vorhandenen!

Nichts schmeckt besser, als Speisen, die aus frischen Produkten der Region –dem Angebot der Jahreszeiten entsprechend– zubereitet werden! Zudem ist es sinnvoll verstärkt Produkte aus heimischen Gefilden einzukaufen: Die Kaufkraft bleibt in der Region, umweltbelastende Transporte werden vermieden, sozialverträgliche Arbeitsplätze und Lehrstellen werden gesichert. Außerdem ermöglicht es den Verbrauchern und Verbraucherinnen Einblicke in die Produktionsabläufe und kann so wieder Vertrauen und soziale Kontakte schaffen.

Aus diesen guten Gründen haben wir auch solche Anbieter mit Produkten aus der Region in diese Broschüre aufgenommen, die den ökologischen Aspekten im Anbau nur teilweise gerecht werden. Denn leider ist die ökologische Landwirtschaft bislang in unserer Region kaum existent! Aber gerade deshalb möchten wir die vorhandenen Anbieter auf ihrem Weg zu einer nachhaltigen Land- und Viehwirtschaft unterstützen, indem wir Sie als Verbraucher und Verbraucherinnen zum bewußten Auswählen und Genießen anregen. Dies könnte auch eine umweltverträgliche Landwirtschaft fördern. Nachhaltigkeit als Gedanke und als Handeln würde dann von innen in der Region wachsen.

Binnenmarkt Deutschland – Produkte aus ökologischem Anbau!

Produkte aus kontrolliert-ökologischem Landbau sind auch in Gelsenkirchen erhältlich – oft aber nicht in unserer Umgebung produziert! Für diese Produkte gelten zwar nicht die oben angesprochenen Vorteile der Produkte aus der Region – dafür sind sie jedoch umweltschonend hergestellt und von bester Qualität. Eine ökologische Landbewirtschaftung verzichtet auf qualitätsmindernde Höchstserträge und wählt zum Beispiel besonders sorgfältig das Saatgut aus. Pflanzen werden vorbeugend gesund erhalten. Auf den Einsatz von chemisch-synthetischen Pflanzenschutzmitteln und Stickstoffdünger sowie leichtlösliche Mineraldünger wird verzichtet. Hofeigene und natürliche Futtermittel werden bevorzugt! Außerdem wird der Boden vielseitig und in schonender Weise genutzt. Der Tierbestand wird der Fläche angepasst. Negative Auswirkungen auf die Umwelt (z.B. Nitratbelastung und Pestizideintrag ins Grundwasser) werden minimiert. Diese qualitätssteigernden Arbeitsweisen können einen höheren Verkaufspreis als für industriell erzeugte Produkte bewirken. Dafür erhalten Sie aber gesunde und hochwertigere Produkte!

Columbia oder Cuba – aus fernen Ländern, aber fairem Handel!

Ob Sie Kaffee oder Tee trinken, Schokolade oder Orangensaft bevorzugen: viele Produkte werden Sie auch zukünftig aus fernen Ländern beziehen müssen. Deshalb finden Sie in dieser Broschüre auch Anbieter mit Produkten aus der weiten Welt. Bei der Auswahl haben wir allerdings darauf geachtet, ob die Produkte aus „fairem Handel“ stammen. Der faire, partnerschaftliche Welthandel bietet Möglichkeiten, im globalen Maßstab gerechtere Wirtschaftsstrukturen aufzubauen. Durch diese Form des Handels wird in den Ländern der sogenannten Dritten Welt der kontrolliert-biologische Anbau in landwirtschaftlichen Kooperativen gefördert – was auch uns in Europa langfristig nützt! Fairer Handel ist im globalen Maßstab sozial, da er einen Ansatz wirtschaftlichen Ausgleichs zwischen Nord und Süd darstellt.

3. „Die Rechnung mit dem Wirt“ - Kunden als treibende Kraft

Dieses Heft gibt erstmals der Gelsenkirchener Bevölkerung konkret Wahlmöglichkeiten an die Hand, durch ein verändertes Verbraucherverhalten gezielt den regionalen Wirtschaftskreislauf, die Produktion ökologischer Lebensmittel und den fairen Handel zu fördern.

Sie finden im Adressenverzeichnis Produzenten und Anbieter die mindestens eines der folgenden Kriterien erfüllen:

- A. regionale Herkunft (*maximal NRW*),
- B. ökologisch produziert oder schonende Anbau- und Produktionsverfahren oder artgerechte Tierhaltung,
- C. fairer Handel.

Wird wenigstens eines dieser Kriterien bei den Waren erfüllt, ist dies ein leider immer noch nicht selbstverständlicher Ansatz, den wir unterstützen und hier vorstellen wollen. Ziel ist jedoch, dass mehrere Kriterien zugleich erfüllt werden. Dazu wollen wir Verbraucher und Verbraucherinnen bewegen, diese Qualität vermehrt einzufordern. Wir glauben jedoch nicht daran, dass es Sinn macht, die zumeist kleinen Anbieter zu ignorieren, wenn sie noch nicht so ökologisch produzieren (lassen), wie es wünschenswert wäre. Vielmehr sollen diese Anbieter durch Ihre Anregungen mitgenommen und überzeugt werden auf dem Weg zu einer nachhaltigen, zukunftsfähigen Entwicklung. Das Umdenken soll auch von „unten“ – durch die Kunden – begleitet werden. Wenn Sie verstärkt regionale, ökologische Produkte und Produkte aus fairem Tausch nachfragen, werden die Unternehmen sich diesem neuen Markt langfristig öffnen.

Sie als Käufer und Genießer sind also gefordert, bei allen in diesem Einkaufsbegleiter aufgeführten Anbietern nach Herkunft, Verarbeitungsmethoden und Bestandteilen der Waren zu fragen und Ihre Wünsche einzubringen. Unsere Erläuterungen der Fachbegriffe (Glossar) in dieser Broschüre können Ihnen dabei helfen.

Übrigens: Diese Broschüre ist nicht vollständig! Im Anschriftenteil fehlen viele Produzenten aus dieser Region – die durch aus obigen Kriterien entsprechen könnten. Zwar haben wir mit bestem Wissen und Gewissen recherchiert - aber unsere Arbeitskapazität war begrenzt. Und so mancher Anbieter hat uns auf unser Anschreiben leider nicht geantwortet. Ohne deren Einverständnis wollten wir sie jedoch nicht in dieser Broschüre auflisten.

Weitere Hilfe ist also erwünscht: Informieren Sie uns unter Telefon 02 09-147 9130 über Angebote, die hier nicht aufgeführt sind – oder was Ihnen an unserer Broschüre gefällt oder nicht gefällt.

Agenda 21-Büro

Leithestraße 39
45886 Gelsenkirchen
Telefon 02 09/147 9130
Telefax 02 09/147 9131

Und über aktive Menschen, welche weiter an diesem Thema arbeiten möchten, freuen wir uns besonders! Denn: „Wer würde schon eine Welt retten wollen, in der es nur noch Tütensuppen gibt?!“ (Georg Seeßlen). Der Arbeitskreis „Konsum und Lebensstile“ könnte sich weiter mit diesem Thema beschäftigen - und zum Beispiel diesen Einkaufsbegleiter verbessern und fortschreiben! Interessierte bitte melden bei:

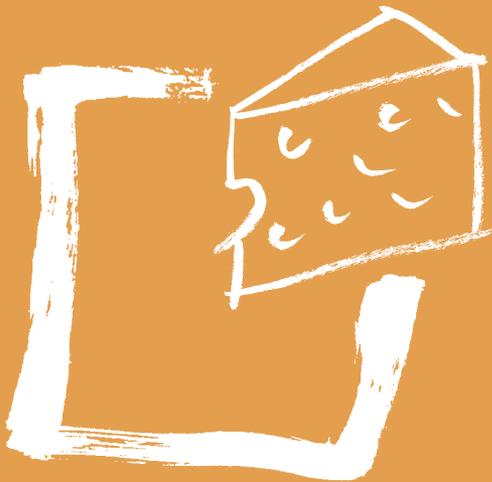
Arbeitskreis Konsum und Lebensstile

Sigrun Krümmel
Telefon 02 09/20 48 70

Denn mit dieser Broschüre servieren wir Ihnen kein Fertiggericht, sondern nur ein erstes Appetithäppchen...



2. Hauptgericht: Anbieter und Produkte



A. Aus der Region – anknüpfen am Vorhandenen!

„Warum in die Ferne schweifen, wenn das Glück so nah?“

Hier finden Sie die Anschriften von Anbietern, die in unserer Region herstellen (lassen). Bei ihnen einzukaufen heißt: umweltbelastende Transporte werden weitgehend vermieden, die Kaufkraft bleibt in der Region, sozialverträgliche Arbeitsplätze und Lehrstellen werden gesichert. Außerdem ermöglicht hier der Einkauf oft Einblicke in die Produktionsabläufe und kann so wieder Vertrauen und soziale Kontakte schaffen.

1. Einkauf direkt auf dem Bauernhof und im Hofladen

Der Hofverkauf aus ökologisch-kontrolliertem Anbau (siehe Glossar) ist leider in und um Gelsenkirchen (noch) äußerst schwach ausgeprägt! So stammen die hier vorgestellten Produkte größtenteils aus traditioneller oder integrierter Landwirtschaft. Allerdings werden die traditionellen Landbewirtschaftungsmethoden auch in unserer Region immer stärker durch den naturgerechteren integrierten Landbau bestimmt (siehe Glossar). Erkundigen Sie sich einfach bei Landwirt und -wirtin nach deren Produkten – und wie sie diese herstellen! Wie wird gedüngt? Welche Futtermittel werden verwendet? Wir stellten fest, dass Landwirte und -wirtinnen gerne hierüber Auskunft geben. Und nicht nur für unsere Kinder gab es vieles zu entdecken – *für uns fand sich so manche frische Gaumenfreude...*

Gelsenkirchen

ZUM BEISPIEL:

Das grüne Holzhaus; Frisch-Ei-Dienst

Inh. R. Holz; Flurstraße 57, 45899 Gelsenkirchen-Beckhausen

Telefon 02 09 / 58 16 79

Mo-Fr, 9-13 Uhr + 15-18 Uhr; Sa, 9-13 Uhr

Eier und Kartoffeln aus eigenem Anbau

Dazugekauft: Säfte, Äpfel, Honig, Wurst aus der Region

Hof Drießen

Osterkampsweg 31, 45892 Gelsenkirchen-Resse

Telefon 02 09 / 77 16 03

Milch aus eigenem Betrieb

Dazugekauft: Kartoffeln und Eier aus der Region

Hesemann, Johannes

Schellstraße 9, 45896 Gelsenkirchen

Telefon 02 09 / 6 58 66

Kartoffeln aus eigenem Anbau

Familie Kühling

Kurt-Schumacher-Straße 286 (Ecke Eschfeldstraße),

45897 Gelsenkirchen, Telefon 02 09 / 59 39 81

Mo-Fr, 8-12 Uhr und 14-18 Uhr

Eier, Milch, Butter, Kartoffeln, Heu, Stroh, Hafer, Gerste –

alles vom eigenem Hof

Hof Winkelman

Eichenstraße 85a, 45892 Gelsenkirchen

Telefon 01 77 / 6 80 28 97, 02 09 / 7 11 32

Di u. Fr, 9-18 Uhr, Sa 9-13 Uhr

Fleisch- und Wurstwaren aus eigener Zucht; Kartoffeln, Eier, verschiedene Gemüse aus eigenem Anbau

Hof Wolter-Hennewig - Das Hoflädchen

Middelicher Straße 194 (Ecke Eichenstraße), 45892

Gelsenkirchen-Resse

Telefon 02 09 / 7 14 80, Telefax 02 09 / 78 90 51

Kartoffeln, Brot, Backwaren aus eigenem Betrieb; Rindfleisch aus eigener Zucht mit hofeigenen Futtermitteln aufgezogen; Hausmacher-Wurst

Heinrich Melchers

Theodor-Otte-Straße 42 a, 45897 Gelsenkirchen-Sutum

Telefon 02 09 / 58 13 76

Sa 9-11 Uhr u. nach telefonischer Vereinbarung

Heu, Stroh (Hafer, Gerste, Roggen, Weizen), Futtergetreide (Hafer, Gerste, Weizen) – alles aus eigenem Anbau

Holsterhausen (Dorsten)

ZUM BEISPIEL:

Hof Gröting-Kleverbeck

Hagenbeckerstraße 125, 46284 Dorsten-Holsterhausen

Telefon 0 28 53 / 26 22

Do + Fr, 9-18.30 Uhr; Sa, 9-13 Uhr

Kartoffeln, Eier, Geflügel, Fleisch, Wurst, Grillspezialitäten

Altendorf-Ulfkotte (Dorsten)

ZUM BEISPIEL:

Hofladen Familie Paß

Altendorfer Straße 252a, 46282 Dorsten
Telefon 0 23 62 / 5 03 67, Telefax 0 23 62 / 5 03 68
*Kartoffeln, Einkellerungskartoffeln frei Haus,
Eier – alles aus eigener Erzeugung*

Kirchhellen (Bottrop)

ZUM BEISPIEL:

Aldenhoff – Einkaufen auf dem Bauernhof

Overhagener Feld 11, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Telefon 0 20 45 / 23 43, Telefax 0 20 45 / 8 22 65
in der Saison: Mo-Fr, 8-18 Uhr, Sa, 8-13 Uhr; Spargel
auch So, 8-13 Uhr
*Spargel, Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren aus eigenem
Anbau. Dazugekauft: Kartoffeln, Gemüse, Obst, Saft, Käse,
Honig, Milchprodukte, Rohmilchkäse, Liköre, Konfitüre, Gelee,
Weine, Nudeln*

Beckmann's Spargel

Hackfurthstraße 50, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Telefon 0 20 45 / 56 80, Telefax 0 20 45 / 8 49 48
Nur von Mitte April bis zum 24. Juni - täglich, auch sonn- und
feiertags von 7:30-18:30 Uhr
*Spargel, weiß und grün, Erdbeeren, Wurst und Eier,
Kartoffeln – teilweise dazugekauft*

Hof Enbergs

Mühlenpatt 13, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Telefon 0 20 45 / 23 42, Telefax 0 20 45 / 41 05 57
*Erdbeeren vom Hof, Wildfleisch aus heimischem Revier
(Dammwild, Reh, Wildschwein) auf Vorbestellung*

Stefan Nothelle

Nordhellenstraße 14, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Telefon 0 20 45 / 40 88 11, Telefax 0 20 45 / 40 88 13
Mo-Sa 8-18 Uhr
Kartoffeln – ganzjährig – aus eigenem Anbau

Hof Hidding; Schulte-Bockum

Kreienkampsweg 9, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Tel + Telefax 0 20 45 / 27 80
Mo-Do, 11-18.30 Uhr, Fr 8.30-18.30 und Sa 8.30-15 Uhr
*Eigene Produkte: Eier aus Bodenhaltung, Kartoffeln
Dazugekauft: Hausmacherwurst, Säfte, Konfitüren und Gelees,
Obstweine, Nudeln, Honig*

Gemüsescheune Holthausen

Scheideweg 38, 46244 Bottrop-Kirchhellen-Holthausen
Telefon 0 20 45 / 8 34 04 Telefax 0 20 45 / 4 90 51
Mo-Fr, 8.30-18 Uhr, in der Saison auch Sa u. So
*Aus eigenem Anbau: Kartoffeln, Zwiebeln, verschiedene
Kohlsorten, Kürbis, nach Saison, Erdbeeren und Spargel,
selbstgemachte eingelegte Rote Beete und Gurken
Dazugekauft: Brot, Kartoffeln, Gemüse, Obst, Honig, Wurst, Eier*

Bauernhof Maaßen

Hackfurthstraße 205, 46244 Bottrop-Feldhausen
Telefon 0 20 45 / 8 24 89
8-19 Uhr
*Kartoffeln u. Zwiebeln aus eigenem Anbau
Eier und Obst vom Nachbarhof*

Rotthoffs Hof; Diakonisches Werk: Hofladen

Münsterstraße 43, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Telefon 0 20 45 / 96 00 74, Telefax 0 20 45 / 96 01 59
9-18 Uhr, Mi u. Sa. 9-13 Uhr

Aus eigenem Anbau: Kartoffeln, Gemüse nach Saison, eigene Schweinezucht, z.T. selbstgebackenes Brot; Dazugekauft: Getreide, Brot, z.T. Gemüse, Obst, Saft, Käse, Milchprodukte, Honig, Kaninchen, Geflügel-, Schweine- und Rindfleisch und Wurst, Eier, Naturkost Geflügel ganzjährig, zu Weihnachten aus eigener Aufzucht: Gänse, Enten, Puten
Alle Produkte aus kontrolliert-ökologischem Landbau!

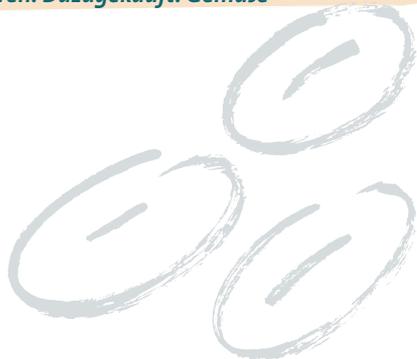
Stratmann, Bernhard

Im Spring 88, 46244 Bottrop-Grafenwald
Telefon 0 20 45 / 24 33
Mo-Fr, 9-13 Uhr u. 15-18 Uhr, Sa, 9-14 Uhr

Eier, Kartoffeln, Kohlgemüse, Buschbohnen, Dicke Bohnen, Treibgemüse, Blumen aus eigener Erzeugung (nach eigenen Angaben: teilweise ökologischer Anbau / Vorfrucht gespritzt)

Hof Umberg

Overhagener Feld 10, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Telefon 02045 / 51 03 Telefax 8 32 01
Mo-Fr, 8-18.30, Sa, 8-15 Uhr, in der Saison auch sonntags
Aus eigenem Anbau: versch. Obst – auch zum Selberpflücken, Spargel mit „Agro-Gütesiegel“
Zum Teil aus eigener Erzeugung: Kartoffeln, Obst, Saft, Käse, Honig, Erdbeeren, Eier, Fleisch, Wurst, Nudeln, Ziegenkäse, Schnäpse, Sirup, Konfitüren. Dazugekauft: Gemüse



Herten

ZUM BEISPIEL:

Heine Hof

Kampstraße 16, 45701 Herten
Telefon 0 23 66 / 46 16, Telefax 0 23 66 / 46 44
Ganzjährig geöffnet, Mo-Fr, 9-18 Uhr, Sa, 9-14 Uhr
Spargel, Erdbeeren, Kartoffeln, Hausmacher Wurst von eigenen Schweinen, mit hofeigenen Futtermitteln gefüttert, Eier von freilaufenden Hühnern, Marmelade und Gelee aus eigenen Früchten, Honig direkt vom Imker, Käse, Gurken süß/sauer, Erdbeer- u. Spargelwein, Nudeln nach alten Rezepten, Fruchtsäfte u. a. m.
Alles, was nicht aus eigenem Anbau stammt, wurde mit Höfen aus der Region ausgetauscht

Hof Feldhaus

Ebbelicherweg 56, 45701 Herten-Ebbelich
Telefon 0 23 66 / 3 56 24
Mo-Fr, Sa, So, 17-19 Uhr
Kartoffeln, Obst, Eier, Milchprodukte, Zuckermais - alles aus eigenem Anbau

Hof Stoffers

Langenbochumer Straße 334, 45701 Herten-Langenbochum
Telefon 0 23 66 / 66 35
Kartoffeln

Hofladen Bauer Südfeld

Backumer Straße 416, 45701 Herten-Scherlebeck
Telefon 0 23 66 / 44 19, FunkTelefon 01 72 / 2 38 53 22, Telefax 0 23 66 / 44 84, Internet: www.BauerSuedfeld.de
Mo-Fr, 8-18 Uhr, Sa, 9-14 Uhr, So, 10-13 Uhr
Brot, Kartoffeln, Gemüse, Obst, Erdbeeren, Saft, Käse, Milchprodukte, Spargel, Eier, Wurst, Fleisch, Honig, Hausmacherspezialitäten

Polsum Marl

ZUM BEISPIEL:

Hof Borgmann

Buerer Straße 10, 45768 Marl-Polsum
Telefon 0 23 65 / 74 45

Kartoffeln und Milchprodukte

Hof Koch

Kardenstraße 31, 45768 Marl-Polsum
Telefon 0 23 65 / 73 48 Telefax 0 23 65 / 7 19 17

Getreide, Kartoffeln, Eier von freilaufenden Hühnern

Kray-Leithe (Essen)

ZUM BEISPIEL:

„Bauer Budde“, Gut Ising

Meistersingerstraße 76, 45307 Essen-Leithe
Telefon 02 01 / 59 17 66, Telefax 02 01 / 59 17 96
Mo-Fr, 9-13 Uhr u. 14.30-18.30 Uhr, Mi u. Sa, 8-13 Uhr

Eigene Erzeugung: Eier, Hühner, Eierliköre, Sommerblumen
Dazugekauft: Hähnchen, Kartoffeln, Geflügel, Wurst, Äpfel, Nudeln, Honig, Marmelade

Ridder, Gabriele u. Christoph / Schaepershof

Rodenseelstraße 181, 45307 Essen-Leithe
Telefon 02 01 / 55 39 76 Telefax 02 01 / 55 84 00
Mo-Sa, 8.30-13 Uhr + Mo-Fr, 14-18 Uhr

Eigene Erzeugung: Eier, Erdbeeren, Brot, Fruchtaufstriche / Marmeladen, Kuchen
Aus der Region dazugekauft: Kartoffeln, Gemüse, Spargel, Obst, Honig, Wurst

Steele-Horst-Eiberg (Essen)

ZUM BEISPIEL:

Franz-Sales-Werkstätten Klosterberghof

Weg am Berge 39, 45279 Essen-Steele-Horst,
Telefon 02 01 / 53 35 45 Telefax 02 01 / 5 36 68 36

Di, 14-18 Uhr, Fr, 14-18 Uhr, Sa, 9-13 Uhr

Getreide, Brot, Kartoffeln, Obst, Gemüse, Saft, Honig, Eier, Fleisch. Überwiegend eigener Anbau, Bioland-Siegel!

Wattenscheid-Westenfeld (Bochum)

ZUM BEISPIEL:

Westerhoffs Bauernladen

Westenfelder Straße 155, 44867 Bochum
Telefon 0 23 27 / 32 18 41

Mo-Fr, 10-12 u. 15-18 Uhr, Sa, 10-12 Uhr, Mi nachm. Geschlossen;
Mai u. Juni: Mo-Fr, 9-12 u. 13-18 Uhr, Sa, 9-13 Uhr, So, 10-12 Uhr

Kartoffeln, Spargel, Obst, Erdbeeren, Honig, Säfte, Wurst, Geflügel, Hähnchen, Puten, Gänse, Enten, Fruchtaufstrich, Sonnenblumen. Gemüse dazugekauft



2. Fleisch- und Wurstwaren

Hier werden Metzgereien aufgeführt, die Waren anbieten, welche aus artgerechter Tierhaltung und ökologischer Landbewirtschaftung stammen. Bei manchen der unten aufgeführten Anbietern werden –neben diesen besonders hochwertigen Produkten– auch traditionell erzeugte Waren angeboten. Hier gilt es also auch zu unterscheiden und nachzufragen.

Gelsenkirchen

ZUM BEISPIEL:

Fleischerei Eugen Fink

Pothmannstraße 5, 45883 Gelsenkirchen-Feldmark

Telefon 02 09 / 4 38 26

Mo-Fr, 7-13 u. 15-18 Uhr, Sa, 7-13 Uhr

NEULAND-Fleisch- und Wurstwaren aus tiergerechter und umweltschonender Nutztierhaltung

Fleischerei Lux

Wilhelminenstraße 95, 45881 Gelsenkirchen

Telefon 02 09 / 4 36 89, Telefax 02 09 / 49 81 44

Seit 1891 Fleischerei mit traditionellen Rezepten unter Verwendung natürlicher Würzmittel, Verarbeitung von Tieren aus kontrolliert ökologischer Aufzucht

Fleischwaren Johann Ridderskamp

Inh. Hedwig Koppmann

Beckeradsdelle 34, 45897 Gelsenkirchen

Telefon 02 09 / 9 59 75 – 0

Mo-Fr, 8-13 u. 15-18 Uhr, Sa, 8-14 Uhr

Westfälische Fleisch- und Wurstwaren, Kontrolliertes Eichenhof-Qualitätsschweine- und -rindfleisch ohne fremde Futtermittel, ohne Leistungsförderer, ohne Tiermehle, ohne Medikamente

Fleischerei Ptassek

Horster Straße 8, 45897 Gelsenkirchen-Buer

Telefon 02 09 / 39 00 63

Mo-Fr, 8-18.30 Uhr, Sa, 7-14 Uhr

Schweinefleisch, Rindfleisch und Eier von NEULAND aus artgerechter Tierhaltung, Essig, Öl, Weine, Feinkost, Spezialitäten

Landfleischerei Johannes Winkelmann

Eichenstraße 85a, 45892 Gelsenkirchen-Resse

Telefon 01 77 / 6 80 28 97, 02 09 / 7 11 32

Di u. Fr, 9-18 Uhr, Sa 9-13 Uhr

Rind- u. Schweinefleisch, delikate Wurstwaren; eigener Futterbau, eigene Zucht und Mast

Außerdem aus eigener Erzeugung: Kartoffeln, Eier, Heu, Stroh

Herten

ZUM BEISPIEL:

Naturfleischerei Franz-Josef Fabis

Feldstraße 23, 45699 Herten

Telefon 0 23 66 / 3 55 54

Mo-Fr, 7-19 Uhr, Sa, 7-14 Uhr

Fleisch von Thönes, ohne Ausnahme nach Thönes-Gütekriterien (Gütekriterien, die Bedingungen u.a. für den Herkunftsnachweis, die artgerechte Tierhaltung, das grundsätzliche Verbot von unnatürlichen Futtermitteln (z.B. auch Tierkörpermehl) und für den Tiertransport festlegen); auch Lamm-, Kalb- und Geflügelfleisch im Angebot. Wurst zu 95 % aus eigener Herstellung

Kirchhellen (Bottrop)

ZUM BEISPIEL:

Naturmetzgerei Scharun

Hauptstraße 47a, 46244 Bottrop-Kirchhellen

Telefon 0 20 45 / 74 71

Mo-Fr, 7-18.30 Uhr, Sa, 7-13.30 Uhr

Fleisch gemäß Thönes-Gütekriterien (s.o) aus artgerechter Haltung, Wurst aus eigener Herstellung

Klapheck's Hof, Landfleischerei

Lippweg 10, 46244 Bottrop-Kirchhellen

Telefon 0 20 45 / 21 45

Di-Fr, 9-12 u. 15-18 Uhr, Sa, 8-12 Uhr

Halbe Schweine, Hinterviertel, Hausmacher-Wurstwaren, Räucher-Spezialitäten, Krustenbraten und gefüllte Braten, Kartoffeln, Eier, Wein, Partyservice

Katernberg (Essen)

ZUM BEISPIEL:

Fleischerei Kolditz

Hermannstraße 6, 45327 Essen-Katernberg

Telefon 02 01 / 30 04 12 Telefax 02 01 / 8 30 66 49

Mo-Fr, 7-18.30 Uhr, Sa, 7-13 Uhr

Naturland-Produkte: Bio-Fleisch- u. Wurstwaren, Grillspezialitäten, Spanferkelbraterei, warme u. kalte Buffets

3. Fischzucht

Die hier aufgeführten Betriebe produzieren zumeist verbrauchernah, sind auf die Endverbraucher hin orientiert und züchten naturnah ohne den Einsatz von Wachstumsförderern.

Herten (Bottrop)

ZUM BEISPIEL:

Becks Forellenzuchten, Inh. Werner Becks

Riedstraße 200, 45701 Herten, Telefon 0 23 66 / 47 42

Becks - Feinfisch - Delikatessen, Inh. Sigrid Becks

Riedstraße 200, 45701 Herten, Telefon 0 23 66 / 47 42,

Telefax 0 23 66 / 4 12 05

Mo-Fr, 9-18 Uhr, Sa, bis 14 Uhr

Qualitätsprodukte ohne Wachstumsförderer: Frische Forellen, geräucherte Forellen, Lachsforellen, Forellenfilets, Karpfen
Zu beziehen auch in der Markthalle auf dem Buerschen Marktplatz

Wattenscheid (Bochum)

ZUM BEISPIEL:

Forellenhof Kweseleit

Am Hosiepen 2, 44869 Bochum

Telefon 0 23 27 / 7 00 37

Mi-Fr, 8-18 Uhr, sonn- u. feiertags 8-14 Uhr

Frische Forellen u. Räucherforellen, Aal u. Lachs; natürliche Aufzucht in Naturteichen mit normalem Fertigfutter, keine Mast

4. Brot- und Backwaren

Es gibt sie: Betriebe und Angebote, die sich aus der Masse herausheben.

Manche Bäckereien beziehen ihre Rohstoffe aus ökologischem Anbau zum Teil deutlich unterhalb eines 100 km-Radius' um Gelsenkirchen, andere verzichten auf Stabilisatoren, Konservierungsstoffe und weitere Zusatzstoffe und heben Produkte mit regionaler Herkunft und Rezeptur hervor.

Gelsenkirchen

ZUM BEISPIEL:

Prünte GmbH

Westfälische Pumpernickel u. Spezialbrot und Großbäckerei
An der Landwehr 1, 45883 Gelsenkirchen
Telefon 02 09 / 49 80 21, Telefax 02 09 / 49 80 24

Westfäl. Pumpernickel, regionale Vollkornspezialitäten: Früchtebrot, Nußbrot, Schinkenbrot, Sonnenblum-Vollkornbrot, Premium-Kornbrot, 4-Kornbrot, Leinsamenbrot, Knusperbrot, Grahambrot; ohne Zusatz- und Konservierungsstoffe, keine Emulgatoren, Stabilisatoren etc.; Produkte der Firma Prünte können Sie auch in Gelsenkirchener Supermärkten beziehen.

Wattenscheid (Bochum)

ZUM BEISPIEL:

Werner Blees Vollkornbäckerei und Naturkost

Vorstadtstraße 48, 44866 Bochum-Wattenscheid
Telefon 0 23 27 / 8 62 41

Mo, Di, Do, Fr, 10-12.30 u. 16-18.30 Uhr, Sa, 10-12.30;
während der Schulferien Di u. Fr, geöffnet

Brot: reines Sauerteigbrot; Naturkost: Trockensortiment

BACK BORD Mühlenbäckerei (Bioland)

Josef-Haumann-Straße 6, 44866 Bochum
Telefon 02327 / 92 96 – 0, Telefax 0 23 27 / 92 96 30

Produkte aus kontrolliert ökologischem Anbau nach Bioland-Richtlinien

Zu erhalten in Gelsenkirchen in den Reformhäusern (s. dort), im Wörishofener Kräuterhaus und bei REWE Freidank, Hauptstraße 20 und bei REWE, Horster Straße 212.

5. Mineral- und Heilwasserproduzenten:

Diese Unternehmen sitzen wortwörtlich „an der Quelle“ und sind daher unabhängig von ihren Marktgebieten Verarbeiter regionaler Natur-Rohstoffe. Das Quellwasser muß mikrobiologisch und chemisch einwandfrei sein. Die Behandlungsverfahren sind begrenzt und eindeutig vorgeschrieben. Mineralwasser ist als Naturprodukt sehr gesund, immer staatlich anerkannt und wird sehr umfangreichen Qualitätskontrollen unterzogen. Es lohnt sich also, bei den Anbietern regionale Mineralwässer zu bevorzugen, da sie eine ebenso hohe Qualität aufweisen wie ortsfremde Erzeugnisse.

Sie können in Getränke- und Supermärkten auf folgende und andere regionale Mineralwässer achten:

Engelbert Brunnen GmbH

Meesmannstraße 31, 44625 Herne

Telefon 02 34 / 5 36 53

Natürliches Mineralwasser u. Limonaden

ASSINDIA Heil- und Mineralbrunnen GmbH

Zum Oberhof 21, 45307 Essen-Kray

Telefon 02 01 / 59 10 21 – 22; Telefax 59 10 21

Mo-Do, 8-17 Uhr, Fr, 8-16 Uhr

Natürliche Mineral- und Heilwässer, Assindia: staatlich anerkannte Heilquelle, mineralwasserbasierte Erfrischungsgetränke

Joh. Spielmann GmbH (Stiftsquelle)

Stoppenberger Straße 72, 45141 Essen

Telefon 02 01/8 32 30 20, Telefax 02 01 / 8 32 30 59

Mo-Fr, 7-17 Uhr

Natürliches Mineralwasser und Limonaden, Fruchtsäfte, Schorle

6. Wochenmärkte in Gelsenkirchen

Wochenmärkte bieten Frischeprodukte und saisonale Produkte an, die (soweit nicht aus den Niederlanden, Südeuropa und Übersee) größtenteils aus den umliegenden Landschaftsräumen stammen. Wenn auch die Warenausschilderung durchaus verbesserungswürdig ist, bietet die überschaubare Atmosphäre die Möglichkeit, Einfluss auf das Angebot zu nehmen. Angebote aus ökologischem Anbau sind auf Gelsenkirchener Märkten (noch!) nicht sehr verbreitet.

In Gelsenkirchen gibt es zahlreiche Wochenmärkte, auf denen Sie sich mit Frischeprodukten versorgen können. Die enge Verbindung zwischen Kunden und Anbietern, die gute Beratung und nette Gespräche zulässt, zeichnet diese besondere Atmosphäre aus.

Folgende Märkte gibt es:

Bismarck: am Bürgerplatz

Donnerstag: 8-13 Uhr

Erreichbar mit Stadtbahnlinie 301 und Buslinien 382 + 384:

Haltestelle Trinenkamp

Buer-Mitte: De-la-Chevallerie-Straße

Dienstag, Donnerstag u. Samstag: 8 - 13 Uhr

Erreichbar mit Bus-Linien 210, 211, 222, 244, 245, 247, 249, 380 und Stadtbahnlinie 301 + 302: Haltestelle Buer Rathaus

Buer-Erle: Marktstraße

Montag, Mittwoch u. Freitag: 8 - 13 Uhr

Erreichbar mit Bus-Linien 342, 381, 397, 398 und Stadtbahnlinie 301: Haltestelle Marktstraße

Buer-Hassel: August-Schmidt-Platz

Mittwoch u. Freitag: 8 - 13 Uhr

Erreichbar mit Bus Linie 211 Haltestelle: August-Schmidt-Platz

Altstadt: Margarethe-Zingler-Platz

Dienstag bis Samstag: 8 - 14 Uhr

Erreichbar mit Buslinien 340, 381, 382, 383, 385:

Haltepunkt Grillo-Gymnasium

Horst-Nord: Josef-Büscher-Platz, gegenüber Schloß Horst

Mittwoch: 8 - 13 Uhr

Erreichbar mit Buslinien CE 56, 257, 259, 260, 396 und

Stadtbahn 301: Haltestelle Schloß Horst

Horst-Süd: Harthorststraße

Freitag: 8 - 13 Uhr

Erreichbar mit Buslinie 396: Haltestelle Harthorststraße;

Buslinien CE 56, 383: Haltestelle Markenstraße

Resser-Mark: Im Emscherbruch

Donnerstag u. Samstag: 8 - 13 Uhr

Erreichbar mit Buslinien 381, 397:

Haltestelle Burgsteinfurter Straße

Feldmark: Robert-Geritzmann-Höfe

Freitag: 7 - 13 Uhr

Erreichbar mit Buslinie 383: Haltestelle Küppersbuschstraße;

Buslinie 382: Haltestelle Pothmannstraße

Rotthausen: Karl-Meyer-Straße

Samstag: 8 - 13 Uhr

Erreichbar mit Buslinien 340, 381:

Haltestelle Karl-Meyer-Straße

7. Anlieferungen für Veranstaltungen und Festivitäten

Insbesondere die Gastronomie in Gelsenkirchen könnte zur Verbreitung einer nachhaltigen Esskultur beitragen und mehr Speisen aus der Region und ökologische Speisen anbieten. Dieses hätte eine nicht zu unterschätzende Wirkung für die Verbreitung nachhaltigen Konsums! Leider reichten unsere Finanzmittel nicht aus, um im gastronomischen Bereich (über das private Engagement hinaus) ausgedehnte lukullische Recherchen zu betreiben. So muss also das Thema „nachhaltige Gastronomie“ an eine noch zu bildenden Arbeitsgruppe überantwortet werden.

Immerhin fanden sich zwei Dienstleister, die im Catering-Bereich (hier: Anlieferung von Speisen und Getränken für Veranstaltungen und Festivitäten) auf regionale und/oder ökologische Produkte setzen. Diese Angebotsform ist in Gelsenkirchen gering ausgeprägt – umso mehr Beachtung haben entsprechende Dienstleister bei uns verdient.

Catering Krieger

Casino im Lichthof

Leithestraße 37, 45886 Gelsenkirchen

Telefon 02 09 / 925 21 56 Mobil 01 71 / 2 64 28 02

Catering: Speisen mit Produkten aus biologischem Anbau bzw. von Tieren aus artgerechter Haltung (Neuland) und Angebote aus dem TransFair-Handel

GABS-Dienstleistungs GmbH

Wilhelminenstraße 176, 45881 Gelsenkirchen

Telefon 02 09 / 9 40 61 19

Catering-Projekt mit regionalen oder/und ökologischen Lebensmitteln/Speisen

B. Binnenmarkt Deutschland – Produkte aus ökologischem Anbau! „Nur das Beste gut genug?“

1. Naturkostfachgeschäfte

Naturkostfachgeschäfte bieten ein reiches Warensortiment aus ökologischem Anbau an. Viele Anbieter achten auch auf die Länge der Transportkette. Die Produkte müssen nicht zwangsläufig aus der direkten Umgebung kommen, dies ist u.a. aus Gründen fehlender Verarbeitungsbetriebe nicht immer möglich. Trotzdem haben wir die Anbieter hier aufgeführt, weil deren Produkte gesund und ökologisch sind („biologisch“ und „ökologisch“ werden häufig gleichbedeutend verwendet (siehe auch im Glossar). Sich im Geschäft zu informieren lohnt sich immer!

Gelsenkirchen

ZUM BEISPIEL:

Wörishofener Kräuterhaus

(gleichzeitig auch Reformhaus)

Hauptstraße 10, 45879 Gelsenkirchen

Telefon 02 09 / 2 12 44

Mo-Fr, 7.30-18.30 Uhr, Sa, 7.30-14.00 Uhr

Naturkost, Naturwaren, Lebensmittel aus biologischem Anbau, einige Wurstwaren, Fleisch nach Vorbestellung, Milchprodukte, Käse, Eier, Obst und Gemüse

Naturkost Möllenberg

Buersche Markthalle

Springemarkt 2

45894 Gelsenkirchen-Buer

Mo-Fr. 9.00-19.30 Uhr, Sa 9.00-16.00 Uhr

Lebensmittel aus biologischem Anbau von A (Apfel) bis Z (Zimt), alles vegetarisch, Obst, Gemüse, Säfte, fair gehandelter Kaffee, und vieles mehr...

Herten

ZUM BEISPIEL:

Schrot & Korn

Antoniusstraße 2, 45699 Herten

Telefon 02366 / 3 19 34, Telefax 4 32 43

Mo + Do, 9-12.30 u. 15-18 Uhr, Di + Fr, 8.30-13 u. 15-18 Uhr,

Mi, 9-12.30 Uhr, Sa, 9-13 Uhr

Naturwaren aus ökologischem Anbau: Brot, Gemüse, Milchprodukte, Getränke, Honig, Kosmetik

Wattenscheid-Höntrop

ZUM BEISPIEL:

BioS Bahnhof

Höntroper Straße 48, 44869 Bochum

Telefon 0 23 27 / 5 22 77 Telefax 0 23 27 / 5 12 11

Mo-Fr, 9-18.30, Sa 9-13 Uhr

Produkte aus biologischem Anbau: Obst, Gemüse, einige Wurstwaren, Fleisch nach Vorbestellung, Milch, Milchprodukte, Eier

2. Reformhäuser:

Diese Häuser bieten Reformwaren an, die mit schonenden Verfahren hergestellt wurden. Auf gentechnische Veränderungen und Bestrahlung der Substanzen wird ebenso verzichtet wie auf synthetische Farb- und Konservierungsstoffe. Viele Produkte sind für Allergiker besonders geeignet.

Diese Qualität garantiert das neuform-Markenzeichen. Es empfiehlt sich, insbesondere für Allergiker, auch hier die Fachverkäufer nach den Inhaltsstoffen zu fragen. Darüber hinaus werden auch Waren aus rein ökologischem Anbau angeboten. Regionalität spielt in den Reformhäusern eine gewisse, aber nicht grundlegende Rolle.

Gelsenkirchen

ZUM BEISPIEL:

Reformhaus Laduga

Cranger Straße 268, 45891 Gelsenkirchen-Erle

Telefon 02 09 / 7 22 78

Mo-Fr, 9-13 u. 15-18 Uhr, Sa, 9-13 Uhr

Naturkosmetik, Naturarzneimittel, Stärkungsmittel, Diätetische Lebensmittel rückstandskontrolliert und aus biologischem Anbau, Natursäfte

Reformhaus Petri

Nienhofstraße 2, 45894 Gelsenkirchen-Buer

Telefon 02 09 / 3 14 19, Telefax 39 54 97

Mo-Fr, 8.30-18.30 Uhr, Sa, 8-14 Uhr

Biolog. Waren: Backwaren; Milchprodukte, biologische Weine, kaltgeschleuderte Honige, Getreide, Öle, Naturkosmetik ohne Zusatzstoffe und Tierversuche

Katernberg (Essen)

ZUM BEISPIEL:

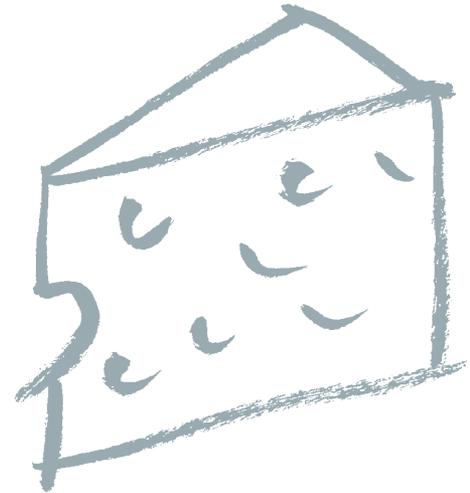
Reformhaus Kaldenkirchen

Katernberger Straße 20, 45327 Essen-Katernberg

Telefon 02 01 / 37 05 68

Mo-Fr, 9-13 u. 13.30-18 Uhr

Neuform-Vertragsware, Vollkornbrot, Getreide, Säfte, Kühlsortiment, Soja, Naturkosmetik ohne Tierversuche



3. Drogeriemärkte und Drogerien mit Zusatzsortimenten:

In den dm-Drogeriemärkten finden Sie mehr als 200 Alnatura-Lebensmittelprodukte. Dieses Sortiment umfasst ausschließlich Waren, deren pflanzliche Zutaten aus kontrolliert ökologischem Anbau stammen.

Die unten aufgeführten Drogerien mit Zusatzsortimenten verkaufen u.a. Produkte zum Selbermachen auf Natur-Rohstoff-Basis. Unterstützung developmentpolitischer Kooperativen, Fairhandels-Produkte und Bemühungen im betrieblichen Umweltschutz runden das Engagement ab.

Gelsenkirchen

ZUM BEISPIEL:

Spinnrad

(Internet: www.spinnrad.de)

Am Bugapark 3 (Nordsternpark); Telefon 02 09 / 17 00 0-6 80

Mo-Fr, 10-18.30 Uhr, Sa, 10-14 Uhr

Horster Straße 4 (Buer-Mitte) Telefon 02 09 / 39 88 89

Mo-Mi, 10-19 Uhr, Do-Fr, 10-20 Uhr, Sa, 10-16 Uhr

Bahnhofstraße 65 (Altstadt, im WEKA-Kaufhaus)

Telefon 02 09 / 2 12 93

Mo-Mi, 10-19 Uhr, Do-Fr, 10-20 Uhr, Sa, 10-16 Uhr

Kosmetik, Lebensmittel, Nahrungsergänzungsmittel, techn. Geräte, Düfte, Wasch-, Putz- und Reinigungsmittel, Geschenkartikel

Gladbeck

ZUM BEISPIEL:

Spinnrad

Hochstraße 29-31, 45964 Gladbeck

Telefon 0 20 43 / 2 12 93

Mo-Fr, 9-19 Uhr, Sa, 9-16 Uhr

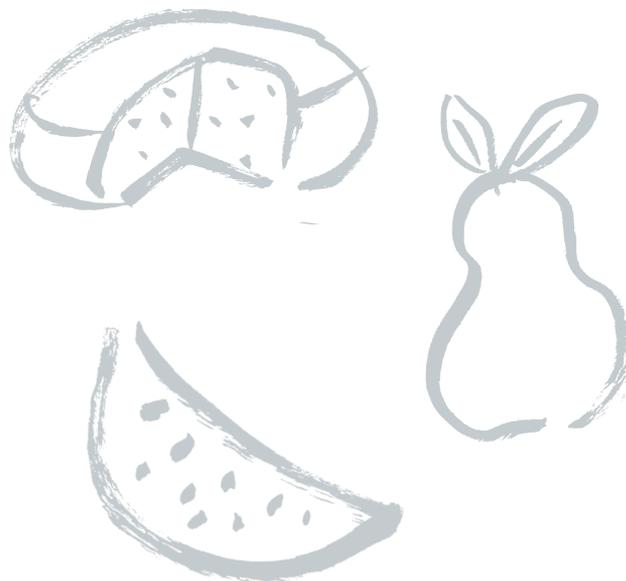
Kosmetik, Lebensmittel, Nahrungsergänzungsmittel, techn. Geräte, Düfte, Wasch-, Putz- und Reinigungsmittel, Geschenkartikel

4. Supermärkte mit ökologischen Lebensmitteln

Lebensmittel, die nach ökologischen Richtlinien hergestellt wurden, finden Sie unter dem Namen „Füllhorn“ bei REWE oder „Grünes Land“ bei REAL.

Die TENGELMANN-Gruppe und KAISER'S führen unter der Marke „Naturkind“ Waren aus ökologischem Anbau in ihrem Sortiment.

Auch bei hier nicht genannten Ketten können Sie auf Produkte und Namen stoßen, die ökologischen Standards entsprechen. Im Rahmen unserer Recherchen konnten wir dies nicht weiter untersuchen. Vielleicht helfen Sie uns? *Anruf erwünscht unter Telefon 0209-1479130!*



C. Columbia oder Cuba – aus fernen Ländern, aber fairem Handel!

„Fair leben und fair leben lassen!“

1. Weltläden...

Der faire, partnerschaftliche Welthandel bietet Möglichkeiten, im globalen Maßstab gerechte Wirtschaftsstrukturen aufzubauen. Durch diese Form des Handels wird in den Ländern der sogenannten Dritten Welt der kontrolliert-biologische Anbau in landwirtschaftlichen Kooperativen gefördert – was auch uns in Europa langfristig nützt! Fairer Handel ist im globalen Maßstab sozial, da er einen Ansatz wirtschaftlichen Ausgleichs zwischen Nord und Süd darstellt.

Weltläden stehen für:

- menschenwürdige Arbeitsbedingungen im weltweiten Handel, auf Plantagen, in Werkstätten, Spinnereien und Fabriken;
- gute Erlöse für die Kleinproduzenten/innen und Vorauszahlungen bei Bedarf;
- Hilfestellung bei sozialen Projekten der Produzenten/innen;
- Unterstützung bei der Verbesserung der Produktion und der Entwicklung neuer und umweltfreundlicher Produkte;
- Anbau- und Herstellungsmethoden, welche die Umwelt weniger belasten;
- Gleichbehandlung von Frauen und Männern und insbesondere Förderung der Frauen, wo sie benachteiligt werden;
- Veränderungen in Handelsabkommen zur Unterstützung der Kleinproduzenten/innen in Afrika, Asien und Lateinamerika.

Weltläden verkaufen Produkte aus fairem, partnerschaftlichen Welthandel und kontrolliert-biologischem Anbau.

Regionalverteiler: Weltläden Basis e.V.;
Vinckestraße 89; 45897 Gelsenkirchen
Telefon 02 09 / 9 59 24 44; Telefax 02 09 / 9 59 24 45
e-Mail: weltlaeden-basis@t-online.de
Öffnungszeiten: Mo, Mi, u. Fr, 10-18 Uhr
Kaffee, Tee, Zucker, Getreide, Kakao, Schokolade, Nüsse, Trockenobst

Einzelhandel:

Eine-Welt-Laden Buer

Horster Straße 35 (Apostelkirche); 45897 Gelsenkirchen-Buer
Telefon 02 09 / 37 93 33
Di, 11.30-12.30 Uhr, Di-Fr, 15-18 Uhr, So, 11-12 Uhr
Eine-Welt-Laden der Ev. Lukas-Kirchengemeinde
Oberfeldinger Straße 26 (Treffpunkt);
45896 Gelsenkirchen-Hassel
Kontakt: Karin Kaesler, Telefon 02 09 / 6 35 10
Mo, 15.30-17 Uhr, Mi. u. Fr, 9-11.30 Uhr
Kaffee: GELSENKIRCHEN-KAFFEE/Kolumbien, Sonrisa-Kaffee/Mexiko, Nica-Organico/Nicaragua;
Tee: Darjeeling (schwarz u. grün)/Indien, Rotbusch (div. Sorten)/Südafrika, Mate-Tee/Brasilien;
Zucker: Rohrzucker/Ecuador;
Getreide: Quinoa/Bolivien;
Kakao/Schokolade: El Ceibo-Kakao /Bolivien, Mascao-Schokolade (div. Sorten)/Ghana-Philippinen

Weltladen Rotthausen

Steeler Straße 46, 45884 Gelsenkirchen
Sa, 10-12.00 Uhr, So, 10.30-12.00 Uhr
Gelsenkirchen Kaffee und 5 weitere Kaffees aus fairem Handel, umfangreiches Honigsortiment, verschiedene Teesorten, Snacks, Bonbons und Trockenfrüchte.
Mit den Gewinnen wird ein Projekt in den Slums von Bombay/Indien unterstützt.

2. ... und Gelsenkirchen Kaffee

Dieser sortenreine, besonders aromatische Hochland-Arabica-Kaffee mit feinmildem Geschmack wird von zwei Kleinbauerngemeinden in Kolumbien produziert. Hier hatten sich viele Kleinbauern aus Not für den angeblich lukrativeren Kokaanbau entschieden und gerieten so in die Abhängigkeit des weltweiten Drogenhandels. Im Rahmen eines Projektes der deutschen Gesellschaft für technische Zusammenarbeit (GTZ) werden die Kleinbauern nun beraten und geschult, um ihren Lebensunterhalt mit dem Kaffeeanbau bestreiten zu können. Das Projekt kontrolliert-biologischer Kaffeeanbau ist erfolgreich gestartet und wird durch den Vertrieb von Gelsenkirchen-Kaffee gefördert. Durch einen fairen Preis werden so nicht nur die Kleinbauern in Kolumbien wirtschaftlich und sozial unterstützt, sondern auch der ökologische Anbau (Verzicht auf Pflanzenschutzmittel/Anbau in Mischkultur) gefördert. Ob in Kolumbien Kaffee oder Koka produziert werden, geht auch uns was an!

Inzwischen hat dieser Kaffee Ableger gefunden. Unter dem Motto: „Der Pott kocht fair“ gibt es nun in fast allen Nachbarstädten: z.B. Essener Kaffee, Oberhausen Kaffee, Westerholter Kaffee, Gladbeck Kaffee und Bottrop Kaffee.

GELSENKIRCHEN KAFFEE – Verkaufsstellen

Hassel: Bathen backt's, Polsumer Straße 156
Eine-Welt-Laden Lukas, Oberfeldinger Straße 28
Eine-Welt-Laden Markus, Biele 1

Buer: Bathen backt's, Hochstraße 13
Bathen backt's, Goldbergplatz 3
Bathen backt's, Hochstraße 36
Helene-Weber-Haus, Westerholter Straße 10
Eine-Welt-Laden, Horster Straße 35
MuseumsCafe, Horster Straße 5-7
Futurekids, Blindestraße 1

Beckhausen: Bathen backt's, Braukämper Straße 107

Schaffrath: Bathen backt's, Rupenburgstraße 1

Horst: Bathen backt's, Essener Straße 10

Heßler: Katholische Kirchengemeinde St. Elisabeth,
Holtgrawenstraße 20

Erle: Bathen backt's, Cranger Straße 310

Schalke: Kiosk/Stehcafe, Gewerkenstraße 3
Gemeindehaus Gnadenkirche, Freiligrathstraße

Bismarck: Eine-Welt-Stand, Grieseplatz 10
Bathen backt's, Am Feldbusch 9

Altstadt: GABS Second-Hand-Laden, Pastoratstraße 4
Kreiskirchenamt, Pastoratstraße 10

Ückendorf: aGEnda21-Büro, Leithestraße 39

Rotthausen: Weltlädchen, Steeler Straße 46

3. Nachtisch: Materialien rund um den Einkauf und Genuss



1. „Wohlbefinden geht durch den Magen“ Gesunde Ernährung

Obwohl bei uns die Versorgung mit Nahrungsmitteln weit über das hinausgeht, was ein gerechter Anteil an der globalen Nahrungsmittelproduktion wäre, gibt es auch hierzulande eine Gefährdung der Ernährungssicherheit – und zwar durch Über- und Fehlernährung sowie durch Folgen der industriellen Nahrungsmittelproduktion.

Generell gilt: Wir essen zu viel, zu fett, zu süß, zu salzig und zu schnell. Die Essgewohnheiten in unserer Gesellschaft stehen in direktem Zusammenhang mit den (ernährungsbedingten) Krankheiten wie Herz- und Kreislauferkrankungen, Allergien, Verdauungsbeschwerden oder Karies. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) fordert deshalb für eine gesunde Ernährung:

- vielseitig, jedoch nicht zu viel essen
- weniger Fett und fettreiche Lebensmittel essen
- Vollkornprodukte bevorzugen
- reichlich Gemüse, Kartoffeln und Obst in den Mittelpunkt der Ernährung stellen
- tierisches Eiweiß stärker durch pflanzliches Eiweiß ersetzen
- überlegt trinken, bevorzugt Wasser, ungesüßte Säfte und Früchtetees
- Speisen aus wenig weiterverarbeiteten Lebensmitteln nährstoffschonend zubereiten
- langsam und bewußt essen bei kleineren Mahlzeiten.

Für eine gesunde Ernährung ist aber nicht nur die einzelne Konsumentin, der einzelne Konsument verantwortlich, sie hängt auch von artgemäßer Tierhaltung, möglichst chemiefreien Produkten und sorgfältiger, die natürlichen Inhaltsstoffe erhaltender Verarbeitung ab. Auch eine Ablehnung gentechnisch manipulierter Organismen wie bei Saatgut, Tieren oder Lebensmitteln zählt zu einer aktiven Gesundheitsvorsorge. Die Kosten durch ernährungsbedingte Krankheiten werden jährlich auf über 100 Milliarden DM geschätzt. In diesem Zusammenhang kommt besonders der Gemeinschaftsverpflegung mit etwa 11 Millionen Mahlzeiten täglich eine wichtige, vorbeugende Funktion zu. Allen Beteiligten sollte die Gesundheit ihrer Gäste sowie der eigenen Familie am Herzen liegen. *Vermeiden Sie den „Selbstmord mit Messer, Gabel und Flasche“.*

(aus: Mahlzeit - Nahrung für alle; Aktion „Brot für die Welt“ / Evangelische Akademien in Deutschland)



2. „So ein Wahnsinn“ - BSE – Verbrauchertipps von der Verbraucher-Zentrale

Allgemeines

Auch nach fünfzehn Jahren BSE ist über diese Krankheit kaum etwas bekannt. Daher fällt es schwer, konkrete Empfehlungen auszusprechen. Niemand kann derzeit beantworten, wie hoch das Risiko einer Ansteckung durch den Verzehr von Rindfleisch oder Produkten, in denen Rindfleisch enthalten ist, tatsächlich ist. Wir können lediglich Strategien aufzeigen, die ein mögliches Risiko vermindern können. Grundsätzlich gilt: Lieber weniger Fleisch, dafür aber aus gesicherter Herkunft und bester Qualität.

Absolute Sicherheit gibt es nicht! Wenn Sie nicht auf Rindfleisch verzichten wollen, können Sie nach dem derzeitigen Kenntnisstand am ehesten auf Fleisch aus ökologischer Tierhaltung vertrauen. Außerdem gibt es eine Reihe von Markenfleischprogrammen, die Fleisch aus artgerechter Tierhaltung anbieten. Nach wie vor gilt: Verzicht auf Rindfleisch, bei dem Sie die Herkunft nicht erkennen können.

BSE-getestet ist nicht gleichbedeutend mit BSE-frei! Mit den derzeit eingesetzten Testverfahren lässt sich aber zumindest ein Teil der befallenen Rinder aufspüren. Fragen Sie nach BSE-getesteten Fleisch, um zu verdeutlichen, wie wichtig auch diese Maßnahme der Risikominimierung ist.

Nach dem derzeitigen Stand der Forschung gelten Schweine- und Geflügelfleisch als unbedenklich.

Produkttipps

Wurstwaren: Rindfleisch kann praktisch in allen gängigen Wurstrezepturen enthalten sein. Das Vorhandensein von Rindfleisch muss normalerweise in der Zutatenliste gekennzeichnet sein. Zutaten wie „Bluteiweiß“ und „Darm“ (gekennzeichnet u.a. als Hülle, Haut oder Darm) können auch vom Rind stammen. Der Hinweis von welcher Tierart dies gewonnen wurde, muss nicht gegeben werden. Eine Deklaration „garantiert ohne Rind“ reicht nicht aus, weil Bluteiweiß nicht als „Fleisch“ bezeichnet wird. Um sicher zu sein, dass eine Wurst garantiert keinerlei Bestandteile vom Rind enthält, müsste die Wurst wie folgt deklariert sein: „Garantiert ohne Bestandteile vom Rind“. Auch bei loser Ware können Sie nur sicher sein, wenn der Metzger Ihnen eine entsprechende Garantie gibt. Eine weitgehende Sicherheit bietet Wurst von Biometzgereien.

Milch und Milchprodukte: Sie gelten nach derzeitigem Stand der Forschung als unbedenklich. Alle Versuche BSE-Erreger in der Milch nachzuweisen verliefen negativ. Milch von BSE-erkrankten Tieren darf weder für die menschliche noch für die tierische Ernährung verwendet werden.

Fertiggerichte: Bei Konservendosen, Tiefkühl- oder Mikrowellengerichten muss in der Zutatenliste vermerkt sein, ob Rindfleisch enthalten ist. Eine Herkunftsangabe muss nicht erfolgen. Viele Produzenten versichern jedoch, dass ihre Produkte nur Rindfleisch deutscher Herkunft enthalten. Bei der Kennzeichnung „Fleischeinwaage“ oder „Fleischanteil“ ist unklar, um welche Fleischart es sich handelt. Wenden Sie sich im Zweifel direkt an die Hersteller.

Brühwürfel und Fleischextrakte: Laut Herstellerangaben stammen die Rohstoffe für deutsche Produkte ausschließlich aus südamerikanischen Ländern wie Argentinien, Uruguay und Brasilien, die die EU als risikolos einstuft. Fleischlose Alternativen sind Hefeextrakt oder Gemüsebrühen.

Gelatine: stammt nach Angaben der Industrie in Deutschland zu 90% aus Schweineschwarten. Die restlichen 10% aus Rinderbestandteilen werden mit starker Lauge behandelt, die das BSE-Risiko stark mindern sollen. Britische Gelatine wird schon seit Jahren nicht mehr importiert. Auf Gelatine zu verzichten erweist sich beim Einkauf als schwierig. Alternativen z.B. beim Selberkochen sind pflanzliche Verdickungsmittel wie Pektin oder Johannisbrotkernmehl. Einige Süßwarenfirmen haben der Verbraucher-Zentrale zugesichert, dass sie nur Schweinegelatine verwenden. In vielen Bioläden und Reformhäusern erhalten Sie Süßwaren ohne Gelatine, z.B. Gummibärchen mit Pektin oder Lakritz mit Melasse. Achten Sie auf die Zutatenliste!

Weitere Informationen zu den Themen

- „BSE“ und „Rindfleischetikettierung“
- Regionale Produkte
- Fairer Handel
- Vollwerternährung

erhalten Sie über die **Verbraucher-Zentrale** in Gelsenkirchen, Telefon 0209-20 48 70; Montags und Mittwochs: 9.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr; Donnerstags: 9.00 - 17.00 Uhr; Freitags 9.00 - 14.00 Uhr.

Jahreszeitliche Küche

„Die Ausrichtung auf Jahresrhythmen in der Ernährung bedeutet auch eine Wiederbelebung der alten Volksweisheit „gut Ding will Weile haben“. Das Essen, jede Frucht, jedes Tier, jedes Reifen und jedes Wachstum haben und brauchen ihre Zeit – auch der Mensch. Gerichte zu kochen, deren Zutaten weitgehend „an der Zeit sind“, spart Transportwege, Energie und Kosten, ist ein Beitrag zum Klimaschutz und reduziert die Exportorientierung der Landwirtschaften in den Ländern der „Dritten Welt“. Eine Tomate aus ökologischem Anbau während der Saison ist kostengünstiger als eine zur Unzeit. Und wer meint, im Winter würde die Küche ohne Saisonfrüchte öde, der hat noch keinen Winterrettich, kein Sauerkraut, keine Steckrüben oder keinen Kürbis gekostet...“

(aus: Mahlzeit - Nahrung für alle; Aktion „Brot für die Welt“ / Evangelische Akademien in Deutschland)

Gemüse...

Januar

Wurzelpetersilie, Wirsing, Weißkohl, Steckrüben, Sprossen, Sellerie (Knollen-), Schwarzwurzeln, Sauerkraut, Rotkohl, Rosenkohl, Porree, Pastinaken, Grünkohl, Feldsalat

Februar

Wurzelpetersilie, Wirsing, Weißkohl, Steckrüben, Sprossen, Sellerie (Knollen-), Schwarzwurzeln, Sauerkraut, Rotkohl, Rosenkohl, Porree, Pastinaken, Löwenzahn, Grünkohl, Feldsalat

März

Wurzelpetersilie, Sprossen, Sauerkraut, Sauerampfer, Porree, Pastinaken, Löwenzahn, Grünkohl, Feldsalat, Brennessel

April

Sprossen, Spinat, Spargel, Sauerkraut, Sauerampfer, Löwenzahn, Brennessel

Mai

Zwiebeln, Zucchini, Wirsing, Weißkohl, Weiße Rübe, Spinat, Spargel, Rübstiel, Rettich, Radieschen, Mangold, Löwenzahn, Gartensalate, Brennessel

Juni

Zwiebeln, Zucchini, Wildpilze, Wirsing, Weißkohl, Weiße Rübe, Spinat, Spargel, Rübstiel, Rettich, Radieschen, Porree, Möhren, Mangold, Kohlrabi, Gartensalate, Erbsen, Brokkoli, Brennessel, Bohnen (Garten-), dicke Bohnen, Blumenkohl

Juli

Zwiebeln, Zucchini, Wildpilze, Tomaten, Spinat, Sellerie (Stauden-), Rotkohl, Rettich, Radieschen, Porree, Möhren, Mangold, Kohlrabi, Gurken, Gartensalate, Erbsen, Endivien, Brokkoli, Bohnen (Garten-), dicke Bohnen, Blumenkohl

August

Zwiebeln, Zucchini, Wildpilze, Tomaten, Spinat, Sellerie (Stauden-), Rotkohl, Rettich, Radieschen, Porree, Möhren, Mangold, Mais, Kürbis, Kohlrabi, Gurken, Gartensalate, Fenchel, Erbsen, Endivien, Brokkoli, Bohnen (Garten-), dicke Bohnen, Blumenkohl

September

Zwiebeln, Zucchini, Wurzelpetersilie, Wildpilze, Weißkohl, Tomaten, Steckrüben, Spinat, Sellerie (Stauden-), Sellerie (Knollen-), Rotkohl, Rote Beete, Rosenkohl, Rettich, Radieschen, Porree, Möhren, Mangold, Mais, Kürbis, Kohlrabi, Gurken, Gartensalate, Fenchel, Feldsalat, Endivien, Chinakohl, Brokkoli, Bohnen (Garten-), Blumenkohl

Oktober

Zwiebeln, Zucchini, Wurzelpetersilie, Wirsing, Wildpilze, Weißkohl, Weiße Rübe, Tomaten, Steckrüben, Spinat, Sellerie (Stauden-), Sellerie (Knollen-), Schwarzwurzeln, Rübstiel, Rotkohl, Rote Beete, Rosenkohl, Rettich, Radieschen, Porree, Pastinaken, Möhren, Mais, Kürbis, Kohlrabi, Gurken, Gartensalate, Fenchel, Feldsalate, Endivien, Chinakohl, Brokkoli, Blumenkohl

November

Wurzelpetersilie, Wirsing, Weißkohl, Weiße Rübe, Steckrüben, Sprossen, Sellerie (Knollen-), Schwarzwurzeln, Rübstiel, Rotkohl, Rote Beete, Rosenkohl, Porree, Pastinaken, Möhren, Kürbis, Fenchel, Feldsalate, Endivien, Chinakohl, Brokkoli, Blumenkohl

Dezember

Schwarzwurzeln, Sauerkraut, Rosenkohl, Weiße Rübe, Steckrüben, Sprossen, Sellerie (Knollen-), Pastinaken, Grünkohl, Feldsalate

Quelle: Verbraucherzentale NRW 9/97; hier: eigene Darstellung

... und Obst im Wechsel der Jahreszeiten

Januar:

Äpfel, Birnen, Trockenobst

Februar:

Äpfel, Birnen, Trockenobst

März:

Äpfel, Birnen, Trockenobst

April:

Äpfel, Rhabarber, Trockenobst

Mai:

Erdbeeren, Kirchen (süß), Rhabarber, Schlehen, Stachelbeeren

Juni:

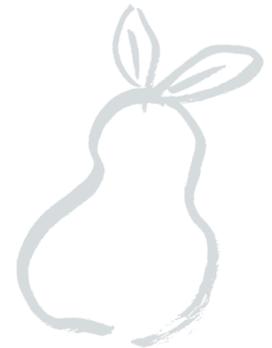
Erdbeeren, Holunderblüten, Johannisbeeren, Kirschen (süß), Kirschen (sauer), Pflaumen, Rhabarber, Stachelbeeren

Juli:

Birnen, Brombeeren, Erdbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren, Holunderblüten, Johannisbeeren, Jostabeeren, Kirschen (süß), Kirschen (sauer), Mirabellen, Nektarienen, Pfirsiche, Pflaumen, Renekloden, Stachelbeeren, Walnüsse, Zwetschen,

August:

Äpfel, Birnen, Brombeeren, Erdbeeren, Esskastanien, Haselnüsse, Himbeeren, Holunderbeeren, Jostabeeren, Kirschen (sauer), Mirabellen, Nektarienen, Pfirsiche, Pflaumen, Preiselbeeren, Stachelbeeren, Vogelbeeren, Zwetschen



September:

Äpfel, Birnen, Brombeeren, Erdbeeren, Esskastanien, Hagebutten, Haselnüsse, Himbeeren, Holunderbeeren, Johannisbeeren, Mirabellen, Nektarien, Pfirsiche, Pflaumen, Preiselbeeren, Quitten, Rhabarber, Sanddornbeeren, Stachelbeeren, Trauben, Vogelbeeren, Walnüsse, Zwetschen

Oktober:

Äpfel, Birnen, Brombeeren, Esskastanien, Haselnüsse, Himbeeren, Holunderbeeren, Johannisbeeren, Mirabellen, Pflaumen, Preiselbeeren, Quitten, Rhabarber, Sanddornbeeren, Schlehen, Stachelbeeren, Trauben, Vogelbeeren, Walnüsse, Zwetschen

November:

Äpfel, Birnen, Esskastanien, Hagebutten, Quitten, Rhabarber, Sanddornbeeren, Schlehen, Walnüsse,

Dezember:

Äpfel, Birnen, Esskastanien, Sanddornbeeren, Schlehen, Trockenobst, Walnüsse,

Quelle: Verbraucherzentrale NRW 1998, hier: eigene Darstellung



4. „Slow Food“ - Zeit zum Schlemmen und Genießen

Die Slow Food-Bewegung hat sich seit 1986 von Italien aus verbreitet. Sie versteht sich als internationales Netzwerk, welches das Kennenlernen von anderen regionalen Kulinarikern zwar fördert, ohne aber die eigene Esskultur aufzugeben. So setzt die Slow-Food-Bewegung der internationalen Angleichung der Essgewohnheiten und Speisen eine Rückbesinnung auf regionale Esskulturen entgegen. Dies stärkt die Regionen und dient dem Umweltschutz durch kurze Wege. Die Menschen sollen wieder genießen lernen und ihr Bewusstsein in einer schnelllebigen Zeit ihrem natürlichen Rhythmus (slow = langsam) anpassen.

Die Bewegung fordert auch eine naturnahe Orientierung bei der Produktion von Nahrungsmitteln. Gentechnische Veränderungen und der Einsatz von künstlichen Aromen werden abgelehnt. Produzenten, Händler, Gastronomen und Genießer sitzen zusammen an einem Tisch.

Die Slow-Food-Aktiven führen Veranstaltungen durch, um das Bewusstsein zu schärfen. Eine Schnecke deutet symbolträchtig auf das Essverständnis hin.

5. „Futtern wie bei Müttern“ So kocht man/frau in unserer Region

Sauerbraten mit Pumpernickelsoße

Zutaten:

1000 g Rindfleisch ohne Knochen, Schwanzstück, 3/8 l Wasser, 1/4 l Essig, Salz, 1 Stück Sellerie, 1 Möhre, 4-5 Nelkenkörner, ca. 8-9 Wacholderbeeren, 2 Lorbeerblätter

Die Beizmasse kochen und über das abgetrocknete Fleisch gießen, 3-4 Tage darin einlegen, täglich wenden.

Zutaten für Fleischsoße: Speck, Rübennkraut (Sirup), Pfeffer, Salz, Pumpernickel, Zitrone, Fett (Schmalz), 1/8 l Sahne, Pumpernickel, welches vorher eingeweicht wurde

So wird es angerichtet:

Fleisch aus der Beize nehmen, trocknen, 150 g Speck zerkleinern, im Schmalz in einem Schmortopf glasig werden lassen. Fleisch durch wenden rundum anbraten. Ungefähr 1 Tasse heißes Wasser zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen. Pumpernickel einweichen.

Nach 1-2 Stunden Garzeit den Braten herausnehmen und warmstellen. Soße mit dem Bratenfond und 1/4 l Beize, Sahne und Mehl andicken, mit Rübekraut abschmecken.

Beilage:

Rotkohl und natürlich Klöße!

Emschertal-Zwiebelsuppe

Zutaten:

Salz, Pfeffer, 500 g Zwiebeln, 40 g Butter, 1 Eßlöffel Mehl, 1 l Bouillon, 250 g geschnittenes Weißbrot; gut 50 g Käse (gerieben)

So wird es vollbracht:

Zwiebeln in dünne Streifen schneiden, in Butter bräunen – ganz leicht salzen und pfeffern, mit Mehl überpudern, mit heißer Bouillon begießen und 20 Minuten kochen lassen. In einen Suppentopf 4 Scheiben Weißbrot mit geriebenen Käse bestreuen, im heißen Backofen überkrusten.

*Heimlich kosten erlaubt, aber nicht erwischen lassen!
Guten Appetit!*

Eisbein – Ruhrpott-Art

Zutaten:

2 kg Eisbein, 1,5 l Wasser, 1,5 l Bier, Pfefferkörner, 1 grobgeschnittene Zwiebel, 2 Nelken, 1 Lorbeerblatt, 1 Teelöffel Zucker, Salz nach Belieben

Zutaten folgendermaßen zusammenbringen:

Fleisch zusammen mit Zutaten in Bier und Wasser aufsetzen, so lange sanft kochen lassen, bis sich das Fleisch von den Knochen löst, nicht länger, da sonst das Fett an Geschmack verliert.

Beilagen:

Salzkartoffeln und Sauerkraut

Pumpernickel- Dessert

Datt braucht man (frau auch) :

1/4 l Sahne, 100 g Pumpernickel, 8 Eßlöffel Rumfrüchte, 4 Eßlöffel Puderzucker, Sahnesteif, 1/2 Päckchen Vanillezucker, 100 g geriebene Schokolade

Datt muß man damit machen:

Pumpernickel zerreiben, Schokolade im Wasserbad zerlaufen lassen, Vanillezucker, Zucker und die Rumfrüchte gut verrühren. In Portionsschälchen füllen. Sahne mit Sahnesteif schlagen, daraufgeben, kühlstellen und kalt servieren.

Literatur zur regionalen Küche

Aleweit, Erich: *Keär man is dat lecka*: Rezepte der westfälischen Küche. 2.Aufl., Hagen: v. d. Linnepe, 1989

Kolpingfamilie Buer Zentral (Hrsg.): *So kocht man in Buer*: Rezepte von gestern und heute, 2. Auflage Februar 1989

Mein Ruhrgebiets-Kochbuch, gesammelt von den Lesern der WAZ, Bottrop: Pomp, 1994

Neuner-Duttenhofer, Bernd: *11x (Elfmal) Deutsche Küche*: Die regionale Kochkunst neu entdeckt, München: Droemer Knaur, 1988 ISBN 3-426-26377-7

6. „Vorschlag zur Güte!“ - Einkaufstipps

- Achten Sie auf Herkunft und Qualität der Produkte. Mehr Qualität ergibt sich aus sanften Anbaumethoden ohne chemisch-synthetische Spritz- und Düngemittel und artgerechter Viehhaltung ohne den Einsatz von Wachstumsförderern. Aus diesem Grund können manche Waren nicht zu Discountpreisen angeboten werden.
- Wenn Sie Verkaufsstellen in der Nähe Ihrer Wohnung oder Arbeitsstätte aufsuchen und Direktvermarkter ohne Zwischenhandel bevorzugen, hilft das der Umwelt durch Vermeidung vieler Transportwege.
- Sprechen Sie mit Ihrem Anbieter über die Waren und Produktionsbedingungen, dies schafft gegenseitiges Verständnis und Vertrauen; ihre Wünsche können stärker berücksichtigt werden.
- Vielleicht können Sie Ihre Kinder oder Enkel zum Einkauf mitnehmen? Sie erfahren zum Beispiel beim Bauern, woher die Produkte kommen.
- Wenn Sie In Ihrer Umgebung von Ihren Qualitätskäufen erzählen, können Sie Einkaufsgemeinschaften bilden, falls Sie mit dem Auto fahren. Vielleicht benötigt Ihr Nachbar/Ihre Nachbarin ähnliche Ware? Oder sie verbinden den Einkauf mit einer kleinen Fahrradtour...

- Verzichten Sie öfter mal auf Obst oder Gemüse aus fernen Regionen oder Übersee, wenn sie nicht mit einem FairHandels-Siegel versehen sind. Dies reduziert Umweltverschmutzung durch (Flugzeug-)Transporte.
- Unterstützen Sie Fairen Welthandel bei Produkten, die Sie brauchen, die aber nun einmal hier nicht angebaut werden können. Achten Sie auf entsprechende Siegel wie TransFair z.B. bei Kaffee und Tee, oder kaufen Sie in Ihrem lokalen Weltladen ein.

7 „Und was ist nun wirklich ‚Öko‘?“ - Begriffsdefinitionen

(entnommen aus: Alles Öko?, Einkaufsleitfaden der Verbraucherzentrale)

Was darf sich „Öko“ nennen?

Öko-Lebensmittel sind Produkte, die nach den Vorgaben des ökologischen Landbaus erzeugt werden. Die Zeiten, als die Bezeichnungen „Öko“ und „Bio“ häufig willkürlich verwendet wurden, sind vorbei! Mittlerweile sind die Begriffe EU-rechtlich geschützt. Erzeugung und Verarbeitung von Öko-Lebensmitteln sind durch die EGg-Öko-Verordnung genau geregelt.

Diese Verordnung enthält Mindeststandards für Anbau und Verarbeitung. Sie regelt die Kennzeichnung der Produkte und die Kontrolle der Betriebe. Damit soll der Missbrauch von „Öko“ unterbunden werden.

Schon bevor es die EG-Öko-Verordnung gab, hatten sich ökologisch wirtschaftende Landwirte bereits in Verbänden organisiert. Die Mitglieder verpflichten sich auch jetzt noch, nach gemeinsam festgelegten Rahmenrichtlinien zu produzieren. In einigen Bereichen sind diese Richtlinien sogar strenger als die Vorschriften der Öko-Verordnung.

In Deutschland sind 9 Anbauverbände in der Arbeitsgemeinschaft Ökologischer Landbau (AGÖL) zusammengeschlossen.

Weltweit haben sich circa 150 Anbauverbände in der International Federation of Organic Agriculture Movements (IFOAM) vereint.

Woran sind Öko-Lebensmittel zu erkennen?

Alle Produkte, die der EG-Öko-Verordnung entsprechen, dürfen Bezeichnungen wie „biologisch“, „ökologisch“ und ähnlichen tragen. Auch Wortkombinationen sind erlaubt.

Bezeichnungen, die auf ökologischen Landbau hinweisen:

- bio
- biologisch
- biologisch-dynamisch
- Bio Anbau
- kontrolliert ökologischer Anbau
- kontrolliert biologischer Anbau (kBA)
- ökologische Agrarwirtschaft
- organisch
- ökologisch
- Ökologischer Landbau – EG-Kontrollsystem
- ökologischer Landbau
- organic
- organisch-biologisch

Leider lässt nicht jede Umschreibung klar auf die ökologische Erzeugung schließen. Begriffe wie „umweltgerecht“ oder „kontrolliert ungespritzt“ können dazu dienen, Produkte ganz anderer Anbauformen (z.B. des kontrollierten oder integrierten Anbaus) zu bewerben.

Kontrollierter Anbau ist kein Hinweis auf ökologische Erzeugung. Denn nach welchen Kriterien angebaut oder kontrolliert wird, legen Erzeuger und Abnehmer fest. In der Regel orientieren sie sich am integrierten Pflanzenbau.

Beim integrierten Pflanzenbau orientiert sich die Düngung am Bedarf der Pflanzen und der Pflanzenschutz an dem Motto „so viel wie nötig – so wenig wie möglich“.

Vorsicht: hier sind erfahrungsgemäß nicht unbedingt Öko-Produkte zu erwarten:

- alternativ ● auf Gründünger gewachsen
- biologische Schädlingsbekämpfung ● naturgedüngt
- gewachsen ohne Chemie ● kontrollierter Anbau
- naturnahe Verfahren beim Umweltschutz
- nicht chemisch behandelt ● nicht gespritzt
- aus umweltschonender Anbau ● ohne Kunstdünger
- umweltverträglich ● unbehandelt ● ungespritzt

Eine eindeutige Sicherheit geben die folgenden Zeichen:



Bundeseinheitlich ist das neue Bio-Siegel, welches als eine Art „Über-Siegel“ dienen soll. Die Qualitätsanforderungen der einzelnen Anbauverbände sind jedoch teilweise höher als der EU-Standard, an dem sich das Bio-Siegel orientiert.

▶ **Öko-Prüfzeichen:**
Bundeseinheitliches Prüfzeichen für ökologisch erzeugte Produkte



▶ **Zeichen der deutschen Anbauverbände:**



▶ **Codenummer und/oder Name der Kontrollstelle.**
Beispiel für ein deutsches Produkt: **DE-099-Öko-Kontrollstelle**

Ökologischer Landbau – EG-Kontrollsystem

▶ **EG-Emblem** ▶ **regionale Gütezeichen**



▶ **europäische Anbauverbände wie beispielsweise:**
AIAB (Italien), CCPAE (Spanien)

▶ **Öko-Handelsmarken wie beispielsweise:**



8. „Alles vom Fach“ - Fachbegriffe

AGÖL

Arbeitsgemeinschaft Ökologischer Landbau, Dachorganisation der Ökolandbau-Verbände. Herausgeber der Richtlinien für ökologischen Landbau, die Mindeststandards für die Anbau-richtlinien der Mitgliedsverbände (ANOG, Biopark, Bioland, Demeter, Naturland, Eco Vin (Wein), Biokreis e.V., Gäa (Ökologischer Landbau), Verein Ökologischer Landbau (Warenzeichen: Ökosiegel) bestimmen. Zum Teil sind diese Bestimmungen deutlich schärfer als die der EU-Öko-Verordnung. In dieser Broschüre sind nur die Verbände genauer beschrieben, die bei uns eine Rolle spielen.

ANOG e.V.

Arbeitsgemeinschaft für naturnahen Obst-, Gemüse- und Feldfruchtanbau, die auch für Betriebe mit Tierhaltung offen ist. Ein wesentliches Ziel ist die anwendungsorientierte Weiterverbreitung des Öko-Landbaus. Die ANOG gehört der AGÖL an.

Bananafair e.V.

Verein und Warenzeichen, der bzw. das für fair gehandelte Bananen bürgt. Im Gegensatz zu Transfair ist Bananafair direkt am Handel beteiligt. In Dritte Welt-Läden und Bioläden können Sie auf dieses Warenzeichen stoßen.

Bioland

Ökologischer Landbauverband und Warenzeichen des organisch-biologischen Landbaus, der die Erzeugung bester Qualitätsprodukte bei ökologischer Landbewirtschaftung mit natürlichen Mitteln im Auge hat.

Biopark

Dieser Verband mit gleichlautendem Warenzeichen des ökologischen Landbaus wurde 1991 in Mecklenburg-Vorpommern gegründet. Er ist auch für die Kontrolle und Zertifizierung von Landwirten, Verarbeitern und Händlern zuständig. Inzwischen gehören auch in Nordrhein-Westfalen einige Betriebe dem Bioparkverband an.

CMA-Gütezeichen

Die Centrale Marketinggesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft bürgt für Qualitäts-Lebensmittel durch umfangreiche Qualitätskontrollen, die in der Regel aber nicht den Richtlinien für ökologischen Landbau entsprechen. Anonymen

Massenangeboten ohne Prüfsiegel ist das CMA-Prüfzeichen immer vorzuziehen.

Demeter

Verband, der das gleichlautende Warenzeichen zur Kennzeichnung von Lebensmitteln aus biologisch-dynamischem Anbau hervorgebracht hat. Demeter war der Name der Göttin der Erdfruchtbarkeit der griechischen Antike. Neben den Grundbedingungen für biologischen bzw. ökologischen Landbau hat das anthroposophische Gedankengut Rudolf Steiners Einfluss auf diese Produktionsweise genommen. So werden z.B. bestimmte homöopathische Mittel mit harmonisierender Wirkung auf die Pflanze angewendet und ein an den Gestirnen orientierter Kalender berücksichtigt. Dies führt zu einer standortgemäßen Fruchtwechselwirtschaft, ausgewählten Saatzeitpunkten und artgerechter Tierhaltung und -fütterung. Im Raum Gelsenkirchen gibt es nach vorliegendem Kenntnisstand noch keine Direktvermarktung von Demeter-Produkten.

Direktvermarktung

Einkauf direkt beim Bauern hat für alle Vorteile. Der Verbraucher kann sich direkt über Herkunft und Erzeugung der Produkte erkundigen, die Landwirte können höhere Gewinne erzielen, da der Zwischenhandel entfällt.

Gepa / Fair Handelshaus

Die Gesellschaft unterstützt Partnerschaften mit der sogenannten Dritten Welt. Sie gehört zu den Marktführern bei den Importorganisationen. Es werden neben Lebensmitteln auch Kunsthandwerk, Textilien und Schmuck unter den Bedingungen des Fairen Handels angeboten. Mit dem Kauf von Produkten aus Fairem Handel tragen Sie zur Verbesserung der Lebensbedingungen in Ländern der Dritten Welt bei.

Integrierter Landbau

Der herkömmliche Landbau ist inzwischen wesentlich umweltfreundlicher geworden. Die Anbaumethoden berücksichtigen wirtschaftliche und ökologische Belange gleichrangig. Die natürlichen Verhältnisse werden bei Sortenwahl, Fruchtfolge, Technikeinsatz, Pflanzendüngung und -schutz weitestgehend berücksichtigt. Naturnahe Pflanzenschutzmethoden werden gegenüber chemischen Mitteln bevorzugt. Gedüngt wird erst nach Ermittlung des Nährstoffbedarfs der Pflanzen. Zur Ertragssicherung können bei erhöhtem Schädlingsbefall nicht-biologische Mittel zum Einsatz kommen. Die in den Nahrungsmitteln festgestellten Rückstände liegen nach Angaben der

Bundesregierung weit unter den gesetzlichen Grenzwerten und nähern sich qualitativ Produkten aus dem ökologischen Landbau an.

Naturland

Verein (Mitglied in der AGÖL-Gruppe) mit entsprechendem Siegel für naturgemäßen Landbau, der nach eigenem Bekunden losgelöst von Ideologien und Dogmen praxisorientiert aktiv ist. Hierbei werden schonende Anbaumethoden, geringer Energieaufwand, standort- und artengerechte Pflanzen- und Tierproduktion unter Berücksichtigung naturwissenschaftlicher Kenntnisse betont. Auf synthetisch erzeugte Pflanzenschutzmittel, Wachstumsförderer und Tiermehle in der Tierhaltung wird auch hier verzichtet.

Neuland

Markenzeichen, welches u.a. für Fleisch-Produkte aus tiergerechter und umweltschonender Nutztierhaltung steht. Neuland-Landwirte wirtschaften umweltschonend: es fällt keine Gülle an, vielfältige Fruchtfolgen sind vorgeschrieben, nur heimische Futtermittel werden verwendet, ein ausgewogenes Tier-Flächen-Verhältnis verhindert Überdüngung, gentechnisch manipuliertes Futter ist verboten.

Ökologischer Landbau

Der ökologische Landbau ist eine besonders umwelt- und ressourcenschonende Form der Landbewirtschaftung. Ackerbau und Tierhaltung sind möglichst miteinander gekoppelt und bilden einen weitgehend geschlossenen Betriebskreislauf.

- Wichtige Aspekte des ökologischen Landbaus sind:
- Verzicht auf chemisch-synthetische Pflanzenschutz- und Düngemittel
- Vielfältige Fruchtfolgen
- Erhalt bzw. Steigerung der Bodenfruchtbarkeit
- Ausgewogene Nährstoffkreisläufe durch flächengebundene Tierhaltung
- Tiergerechte Haltung mit Auslaufmöglichkeiten
- Ökologisch ausgerichtete Fütterung ohne Zusatz von Antibiotika und Leistungsförderern
- Erhaltung der Tiergesundheit vor allem durch Förderung der natürlichen Widerstandskraft
- Verbot der Verwendung von Gentechnik

Ökosiegel

Warenzeichen des Vereins Ökologischer Landbau, der der AGÖL angehört. Der Arbeitsschwerpunkt liegt in Norddeutschland. Die Produkte werden direktvermarktet und überregional vertrieben.

Öko-Prüfzeichen

Einheitliches Prüfzeichen, welches die Navigation im Öko-Dschungel erleichtert. Immer mehr Bio-Produkte tragen dieses Zeichen. Nur Erzeuger, die den Richtlinien der „EG-Bio-Verordnung 2092/91“ sowie den Rahmenrichtlinien der AGÖL entsprechen, haben ein Anrecht auf dieses Siegel.

Reformhäuser

... bieten Reformwaren an, die mit schonenden Verfahren hergestellt wurden. Auf gentechnische Veränderungen und Bestrahlung der Substanzen wird ebenso verzichtet wie auf synthetische Farb- und Konservierungsstoffe. Heutzutage findet man auch hier viele Produkte aus ökologischem Landbau vor. Viele Produkte sind für Allergiker besonders geeignet. Diese Qualität garantiert das Reform-Markenzeichen. Es empfiehlt sich auch hier die Fachverkäufer nach den Inhaltsstoffen zu fragen.

Thönes Natur

Gütekriterien, die Bedingungen u.a. für den Herkunftsnachweis, für die artgerechte Tierhaltung, das grundsätzliche Verbot von unnatürlichen Futtermitteln (z.B. auch Tierkörpermehl) und für den Tiertransport festlegen. Fragen Sie bei Ihrem Anbieter nach einer Broschüre!

TransFair

Verein zur Förderung des Fairen Handels mit der sogenannten „Dritten Welt“. In dem Verkaufspreis der Produkte ist ein Betrag enthalten, der den benachteiligten Produzenten in Afrika, Asien und Südamerika ein besseres Auskommen ermöglicht. Die faire Handelsbeziehung stabilisiert die ökonomische und soziale Lage vieler Menschen in den anders entwickelten Ländern. TransFair handelt nicht selbst, sondern vergibt die Lizenz für das TransFair-Siegel.

Warenzeichen, Markenzeichen, Öko-Siegel oder Ökolabel

... garantieren ökologischen Landbau gemäß ihrer Kriterien. Direktvermarkter, die nicht einem der Verbände angehören, können durch integrierten Landbau auch gesunde und umweltverträgliche Anbaumethoden praktizieren. Informieren sie sich hier genau vor Ort!

9. „Hier werden Sie geholfen!“ - Adressen

a) Verbraucherzentralen in der Region

45879 Gelsenkirchen	Luitpoldstraße 17	02 09 / 20 48 70
44623 Herne	Freiligrathstraße 12	0 23 23 / 4 47 46
44787 Bochum	Große Beckstraße 15	02 34 / 6 60 44
45127 Essen	Kasteienstraße 4	02 01 / 22 53 20
45657 Recklinghausen	Königswall 14	0 23 61 / 2 71 01
45768 Marl	Bergstraße 228-230	0 23 65 / 1 74 83
46236 Bottrop	Horster Straße 34	0 20 41 / 2 91 26

Geschäftsstelle Verbraucher Zentrale NRW e.V.,
Mintropstraße 27, 40215 Düsseldorf,
Telefon 02 11 / 38 09-0, Telefax 02 11 / 38 09-172
Homepage: vz-nrw@t-online.de
Telefonische Ernährungsberatung: 0190 / 89 79 62
(kostet 3,63 DM pro Minute)

Die Verbraucher Initiative NRW e.V.

Breite Straße 51, 53111 Bonn
Telefon 02 28 / 7 26 33 93
Telefax 02 28 / 7 26 33 99
Telefon 0 23 61 / 50-25 67

b) weitere Adressen

Arbeitsgemeinschaft für naturnahen Obst-, Gemüse und Feldfruchtanbau, Landesverband Nordrhein-Westfalen ANOG Landesverband NRW e.V.
Pützchens Chaussee 60, 53227 Bonn,
Telefon 02 28 / 46 13 99, Telefax. 02 28 / 46 15 58
E-Mail: anogev@t-online.de; Internet: www.bonnet.de/ANOG

Arbeitsgemeinschaft Ökologischer Landbau (AGÖL)
Brandschneise 1, 64295 Darmstadt
Telefon 0 61 55 / 20 81, email: AGOEL@t-online.de

BUND / Bund für Umwelt- und Naturschutz Deutschland
Im Rheingarten 7, 53225 Bonn
Telefon 0228 / 963000

Bundesverbände Naturkost Naturwaren (BNN)
Robert-Bosch-Straße 6, 50354 Hürth,
Telefon 0 22 33 / 9 63 38 11, Telefax: 0 23 33 / 9 63 38 10,
Internet: www.n-bnn.de, E-Mail: BNN-PR@t-online.de

Bioland Landesverband NRW e.V.
Im Hagen 5, 59069 Hamm
Telefon 0 23 85 / 18 17, Telefax 0 23 85 / 51 82
Internet: www.bioland.de, E-Mail: bioland.nrw@t-online.de

CMA – Centrale Marketing-Gesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbh
Koblenzer Straße 148, 53177 Bonn
Telefon 02 28 / 84 71, Telefax 02 28 / 84 72 02

Demeter NRW - Arbeitsgemeinschaft für biologisch-dynamische Wirtschaftsweise e.V.
Annener Berg 15, 58454 Witten
Telefon 0 23 02 / 69 61 10, Telefax. 0 23 02 / 69 61 11

Deutsche Landwirtschaftsgesellschaft e.V.
Eschborner Straße 122, 60489 Frankfurt/Main
Telefon 0 69 / 24 78 80, Telefax 0 69 / 24 78 81 10

Landfrauenservice Westfalen-Lippe

Haushaltsservice, touristische Angebote vom Bauernhof, Kinder auf dem Bauernhof, Ernährungsinformation; Servicebüro Borken/Coesfeld (Gelsenkirchen, Kreis RE, Bottrop), Telefon 0 28 63 / 34 18

Landwirtschaftskammer Kreisstelle Recklinghausen (Kreis RE, Bottrop und Gelsenkirchen)

Direktvermarktung, Bauernhofsgastronomie, regionale Vermarktung
Bismarckplatz 7, 45657 Recklinghausen
Telefon 0 23 61 / 91 99-51, Telefax 0 23 61/18 12 45

Landwirtschaftskammer Rheinland:

Direktinformation zum Einkauf auf dem Bauernhof

Endenicher Allee 60, 53115 Bonn
Telefon 02 28 / 70 33 61

Landwirtschaftskammer Westfalen-Lippe: Infotelefon

Mo, Di, Do u. Fr 10-15 Uhr; Telefon 02 51 (Münster) / 59 94 44

NABU / Naturschutzbund Deutschland e.V.

Postfach 301054, 53190 Bonn
Telefon 0228 / 4798822

Naturland Landesverband NRW e.V.

Rommersch 13, 9510 Lippetal-Lippborg
Telefon 0 25 27 / 93 02-31, Telefax 0 25 27 / 93 02-20
E-Mail: naturland.nw@t-online.de, Internet: www.naturland.de

Neuland Vertriebs GmbH

Westenhellweg 110, 59192 Bergkamen
Telefon 0 23 89 / 95 92 20, Telefax 0 23 89 / 95 92 22

NUA-Natur- und Umweltschutzakademie NRW

Siemensstraße 5, 45659 Recklinghausen
Telefon 0 23 61 / 30 52 25

Slow Food Deutschland e.V.

Geiststraße 81, 48151 Münster
Telefon 02 51 / 79 33 68, Telefax 02 51 / 79 33 66

Stiftung Ökologie & Landbau (SÖL), Dr. Helga Willer

Weinstraße Süd 51, 67098 Bad Dürkheim
Telefon 0 63 22 / 6 60 02, Telefax 0 63 22 / 98 97 01,
E-Mail: Stiftung.SOEL@t-online.de

c) Adressen der Aktion Dritte-Welt-Handel

EL PUENTE

Hildesheimer Straße 59, 31177 Harsum- Asel
Telefon 05127/ 9 88 600, Telefax: 05127/ 9 88 60 28
E-Mail: el-puente@t-online.de, home: www.el-puente.de

Gepa /Zentrale

Gewerbepark Wagner Bruch 4, 42279 Wuppertal
Telefon 02 02 / 2 66 83-09, Telefax. 02 02 / 2 66 83-15
E-Mail: zba@gepa.org, home: www.gepa3.de

Transfair e.V.

Remigiusstraße 21, 50937 Köln
Telefon 02 21 / 94 20 40-0, Telefax 02 21 / 94 20 40-40
E-Mail: info@transfair.org, home: <http://www.transfair.org>

Weltladen-Dachverband

Postfach 100205, 64202 Darmstadt
Telefon 06151 / 53 73 32, Telefax 06151/ 95 32 05

10. „Warum wurde dieses Menue zusammengestellt?“ - Über die aGEnda 21

aGEnda 21 – Zukunft in Gelsenkirchen gestalten!

Von Rio de Janeiro...

Umweltzerstörung, Armut, Konsum und Produktion machen nicht an Grenzen halt, sondern stehen in länderübergreifenden Zusammenhängen. Deshalb braucht die Erde gemeinsame Lösungen.

Darüber waren sich die Staats- und Regierungschefs aus 178 Ländern einig, die sich 1992 in Rio zur UN-Konferenz über Umwelt und Entwicklung trafen. Sie unterzeichneten die Agenda 21 - ein weltweites Aktionsprogramm für das neue Jahrhundert. („Agenda“ steht für „Dinge, die getan werden sollen“ und „21“ für das „21. Jahrhundert“)

So sollen die künftigen Lösungen nachhaltig und zukunftsfähig sein: Umweltschutz, soziale Gerechtigkeit und wirtschaftliche Stabilität sollen in Einklang gebracht werden.

...nach Gelsenkirchen

Zur Teilnahme und Mitarbeit werden in der Agenda 21 die Kommunen und ihre Bürgerinnen und Bürger ausdrücklich aufgefordert. Viele Probleme entstehen „vor Ort“ und können auch nur dort gelöst werden, nach dem Motto:

Global denken – lokal handeln!

So fasste der Rat der Stadt Gelsenkirchen 1997 den Beschluß, die Entwicklung einer „Lokalen Agenda 21“ in Gelsenkirchen einzuleiten.

Lokale aGEnda 21

„Sicherer Schulweg, neue Arbeitsplätze, mehr Stadtbushlinien, Radwege, Solarenergie, Kindergartenspielplätze, weniger Knöllchen, Tourismus, mehr Spielstraßen, Vereinshäuser, Bürgerbeteiligung, saubere Luft, fairer Handel, Höherbewertung von Frauenarbeit, mehr Grün in der Stadt...“ sind Themen von Bürgerinnen und Bürgern, die seit 1998 in der „VHS-Agenda-21-Werkstatt“ und in Arbeitsgruppen engagiert angegangen werden. Dort wird über die Zukunft in Gelsenkirchen nicht nur geredet, vielmehr wird die Zukunft hier vor Ort mitgestaltet.

Inzwischen haben sich folgende Arbeitskreise gebildet:

- Arbeit und Soziales
- Verkehr
- Lebensraum Stadt
- Schule und Bildung
- Frauen- und Mädchenforum
- Kinder und Jugendliche
- Konsum und Lebensstile

Die Stadt und der evangelische Kirchenkreis Gelsenkirchen und Wattenscheid richteten gemeinsam das Agenda-21-Büro ein. Drei MitarbeiterInnen informieren und beantworten Fragen zur Agenda 21 und führen Aktionen und Veranstaltungen durch. Sie regen den Dialog an, koordinieren und organisieren.

Erste Projekte – weiter geht's – auch mit Ihren Ideen!

Als erstes Projekt wurde bereits im Rahmen der aGEnda auf Initiative der Weltläden entwickelt: Es ist der „Gelsenkirchen Kaffee“!

Ein weiteres Projekt ist diese Broschüre, die Sie gerade in der Hand halten. Daneben gibt es inzwischen eine Gelsenkirchener aGEnda 21-CD, das Buch „Von Hexen, Engeln und anderen Kämpferinnen - zur Frauengeschichte in Gelsenkirchen“, die „Eine-Welt-Solaranlage“ und viele weitere Projekte zu den Themen Verkehr, Schule und Bildung, Arbeit und Soziales, Frauen und Mädchen, Lebensraum Stadt, Kinder, Konsum und Lebensstile.

Erfragen Sie die Treffpunkte der Arbeitskreise im aGEnda 21-Büro unter der Telefonnummer: 0209-1 47 91 30

**Mehr Informationen finden Sie auf unserer Homepage:
<http://agendaz1.gelsenkirchen.de>**

