

Bewusst regional und nachhaltig genießen mit den Bäuerinnen

Lebensmittel sind im wahrsten Sinn des Wortes Mittel zum Leben. Sie sollen nicht nur satt machen, sondern unseren Körper fit und gesund erhalten. Achtsam und bewusst durchs Leben gehen, das sollte für uns selbstverständlich sein.

Seien wir uns beim Einkauf darüber im Klaren, wie sich unsere Kaufentscheidung längerfristig auswirkt und entscheiden wir uns bewusst für heimische, frische, unverpackte und regionale Lebensmittel.

Jeder Einzelne von uns bestimmt mit seinem Einkauf, welche Produkte am Markt nachgefragt und daher in den Regalen gelistet werden. Es liegt in unser aller Verantwortung, ob die zukünftigen Strategien zu mehr Nachhaltigkeit angenommen und umgesetzt werden.

Lebensmittel sind kostbar

Die Bäuerinnen möchten auch auf die Problematik der vielen achtlos weggeworfenen Lebensmittel

aufmerksam machen. Dennoch werden in Österreich täglich erhebliche Mengen verschwendet, beziehungsweise weggeworfen. Bei der Ernte, beim Transport, bei der Lagerung, bei der Weiterverarbeitung, sowie durch den Nicht-Konsum.

Pro Haushalt und Jahr sind das Lebensmittel im Wert von durchschnittlich 300 Euro. Der sorgsame Umgang mit Lebensmitteln ist aus ethischen, gesellschaftlichen und finanziellen Gründen dringend notwendig, sind die Bäuerinnen überzeugt.

Kühlschrank aufmachen, schauen was drinnen ist, Zutaten auswählen und kochen

„Wer genießbare Lebensmittel im Müll entsorgt, belastet nicht nur seine Geldbörse, sondern auch die Umwelt und das Klima, denn Lebensmittelverschwendung ist Ressourcenvergeudung“, ist Johanna Haider überzeugt.

Denn jede Erzeugung verbraucht Boden, Wasser, Energie, Rohstoffe und menschliche Arbeitskraft.



Foto: OÖ Bauernbund

„Lieber Konsument, sie sollten sich immer wieder einmal vor Augen halten, wie viel Mühe, Einsatz und Arbeit beispielsweise in einem Kilo Brot stecken“, appelliert Johanna Haider an die Konsumenten.

Wertvolle Tipps dazu finden sich in der neuen „heimisch, frisch und gesund“ Broschüre der Bäuerinnen.

Sie ist gratis im OÖ Bauernbund erhältlich, lediglich die Portokosten sind zu entrichten. Einfach eine Mail mit dem Kennwort „Lebensmittelbroschüre“ an office@ooe.bauernbund.at senden.