

## Umwelttipp Konsum

### Lernen Sie ihr Essen kennen

**Wissen Sie, wo Ihr Essen herkommt? Falls Sie jetzt unsicher sind, lohnt sich ein Besuch auf dem Bauernhof. Viele Bauernhöfe in der Schweiz verkaufen ihre Produkte direkt vom Feld, oft ohne Verpackung und garantiert lokal.**

Hofläden liegen im Trend. In der Schweiz verkauft bereits jeder fünfte Bauernbetrieb Produkte direkt ab Hof. Kartoffeln, Zwiebeln und frisches Gemüse – für die Bauern kann der Direktverkauf eine attraktive Lösung sein. Zwischenhändler fallen weg und sie erhalten einen fairen Preis. Aber auch Konsumentinnen und Konsumenten profitieren. Sie erfahren vor Ort, ob das Gemüse unter freiem Himmel wächst und deshalb saisonal ist. Das Abwägen und Recherchieren im Supermarkt fällt weg: Hat jetzt Broccoli schon Saison? Woher kommen eigentlich die Rüebli, die ich in der Hand halte? Ist es nicht zu früh für einheimische Kartoffeln? Weil die Produkte vom Feld nebenan kommen, fallen zudem nicht nur weite Transporte weg – wer seine eigene Tasche mitnimmt, kann auch Plastik- und Verpackungsfrei einkaufen. Warum also nicht einen schönen Samstag nutzen, um die Hofläden im 5-Kilometer-Umkreis abzuklappern? Gerade im Sommer wird eine grosse Vielfalt an Früchten und Gemüse angeboten – regional und garantiert saisonal. Oft locken auch hausgemachte Köstlichkeiten wie Backwaren oder Konfitüre. Wer die Umwelt im Blick hat, nutzt dafür das Velo, denn mit dem Auto verpackungsfrei einkaufen macht wenig Sinn. Wer's kompakter mag, schaut beim Wochenmarkt vorbei. Auch dort bieten lokale Landwirte gerne ihr frisches Gemüse an.

Ausserdem: Streicheln Sie bei Ihrem Besuch auf dem Bauernhof eine Kuh, ein Schaf oder ein Pferd. Eine Studie der Universität Ulm in Deutschland hat nämlich gezeigt, dass der Umgang mit Nutztieren hilft, Stress zu bewältigen.

#### Ergänzende Infos der Gemeinde:

- Link zum Monatsmarkt:  
[http://www.schoeftland.ch/de/verwaltung/dienstleistungen/?dienst\\_id=20251](http://www.schoeftland.ch/de/verwaltung/dienstleistungen/?dienst_id=20251)

#### Weiterführende Links:

[Hofsuche: Finden Sie einen Bauernhof in Ihrer Nähe](#)  
[Universität Ulm: «Stressfresser» aus dem Kuhstall](#)

#### **Kontakt**

Remo Bräuchi, Projektleiter  
**PUSCH Praktischer Umweltschutz**  
Postfach 211  
8024 Zürich  
Telefon +41 44 267 44 11  
Direkt +41 44 267 44 62  
remo.braeuchi@pusch.ch  
www.pusch.ch

Priska Messmer, Projektleiterin  
**PUSCH Praktischer Umweltschutz**  
Postfach 211  
8024 Zürich  
Telefon +41 44 267 44 11  
Direkt +41 44 267 44 67  
Priska.messmer@pusch.ch  
www.pusch.ch

Zürich, 01. Juni 2019