



**Der Einkaufsführer**  
**fair, nachhaltig & regional**  
Für Ditzingen und Umgebung

Eine Kooperation der kath. Kirche Hirschlanden und der Stadt Ditzingen

## 4 Vorwort

6 Fair Trade Town

## 7 Legende

## 8 Wo liegt was?

## 10 Weltladen

## 12 Hofläden

14 Brüstle  
 14 Burger  
 15 Gommel  
 15 Grieshaber & Schmid  
 16 Hagenlocher  
 16 Ritternhof Kappus  
 17 Mauch  
 17 Stückel

## 18 Wochenmarkt

## 20 Streuobst

21 Fruchtsaft Bayer  
 21 Urs Renninger

## 22 Imkereien

23 Glemshonig  
 23 Heinen  
 24 Strohgäuimkerei  
 24 Schäuffele  
 25 Rathaus

## 26 Mühlen

27 Bierenbaum  
 27 Schlossmühle  
 28 Siegle  
 28 Tonmühle  
 29 Ölmühle

## 30 Metzgereien

31 Klein  
 31 Leutz

## 32 Sonstiges

33 NoCap  
 34 FAIRteiler  
 35 Früchte und Partner  
 36 Speis & Trank  
 38 Supermärkte

## 39 Tipp 1

## 40 auf der Strecke

41 Philadelphia Biohof  
 41 Putenhof Bauer  
 42 Maisch  
 42 Stammel  
 43 Naturkostläden

## 45 Tipp 2

## 46 Unverpackt

## 48 Abokisten

## 50 Informatives

## 54 Saisonkalender

54 Gemüse  
 56 Salat  
 57 Obst

## 58 Siegel

## 64 Register

## 66 Impressum

# Vorwort

Du liebst regionale, saisonale und biologische Produkte? Wir auch! Regionale Händler, kurze Lieferwege und -ketten sowie der schonende Umgang mit Ressourcen ist dabei wichtig.

Wir möchten dir mit dem Einkaufsführer für Ditzingen und Umgebung helfen regional, nachhaltig, fair und teilweise verpackungsfrei einzukaufen. Das ist die erste Auflage und wir sind gespannt, wie dieses Projekt bei dir ankommt.

Der vorliegende Einkaufsführer listet (Bauern-)Höfe, Geschäfte, Kleinbetriebe etc., nach Sparten sortiert auf. Nicht alle Betriebe im Einkaufsführer sind biozertifiziert, aber viele konventionelle kleinbäuerliche Betriebe produzieren

„ökologisch“. Es sind ebenfalls Initiativen und Betriebe genannt, die sich für alternative Vermarktung einsetzen und so fair und nachhaltig handeln.

Diese Informationen wurden von der katholischen Kirche Hirschlanden (seit April 2022 als Faire Gemeinde zertifiziert) und der Stadt Ditzingen (hat 2016 die Auszeichnung als FaireTrade-Town bekommen) zusammengetragen.

Alle Akteur:innen wollen damit eine nachhaltige, ökologische Landwirtschaft und das traditionelle Lebensmittelhandwerk unterstützen sowie die regionale Geschmacksvielfalt bewahren. Dabei sollen verantwortungsbewusster Konsum und Genusssinn miteinander verknüpft werden.

Der Einkaufsführer bringt Produzent:innen, den Handel und Verbraucher:innen zusammen und vermittelt einen anschaulichen Überblick über das gute Angebot an regionalen Produkten und ihre positiven Auswirkungen auf Umwelt und Landschaft.

**Bitte beachten:** Alle Angaben zu den Betrieben sind ohne Gewähr und stammen von den Anbieter:innen selbst oder aus öffentlich zugänglichen Quellen. Wir erheben hiermit keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Sollten Betriebe fehlen, können diese in einer Neuauflage berücksichtigt werden. Und noch etwas – du hast keine Empfehlungsliste in den Händen. Wir haben die aufgeführten Angebote weder getestet noch bewertet. Diese Übersicht wird kostenlos abgegeben und dient zur Information.

Wir möchten allen Beteiligten für die gute Zusammenarbeit danken. Über

Kritik, Ergänzungswünsche und natürlich auch Lob würden wir uns sehr freuen. Kontaktadressen findest du auf einer der letzten Seiten.

Wir wünschen dir viel Spaß beim Stöbern, beim nachhaltigen Einkaufen in der Region und beim Genießen der vielfältigen (fairen) Produkte.

**Verena Jilg**

Für den Arbeitskreis Nachhaltigkeit der katholischen Kirchengemeinde Hirschlanden



Wir sind Fair! Was heißt das eigentlich? Auf jeden Fall mehr als ein Aufkleber auf einer Banane.

Die Stadt Ditzingen, aber auch wir als Kirchengemeinde mussten einige Kriterien erfüllen, um Fairtrade-Stadt bzw. Faire Gemeinde zu werden. Zusammengefasst kann man sagen, dass es sich um folgende Punkte handelt: Bei Veranstaltungen, Sitzungen etc. muss Fairtrade-Kaffee sowie ein weiteres Produkt aus Fairem Handel (z.B. Zucker, Kekse, Schokolade, Tee, Oran-

gensaft, ...) ausgeschenkt werden. Im Einzelhandel müssen gesiegelte Produkte aus Fairem Handel angeboten und in Cafés und Restaurants verkauft bzw. ausgeschenkt werden.

Weitere Informationen zu den Kriterien gibt es auch auf unseren Webseiten:

- » [www.ditzingen.de](http://www.ditzingen.de) unter dem Stichwort „Fairtrade-Town“
- » [www.kath-kirche-hirschlanden.de](http://www.kath-kirche-hirschlanden.de) in der Kategorie „Faire Gemeinde“



## Legende

Erklärung zu den Symbolen im Einkaufsführer

Backwaren			Gemüse
Eier			Öl
Getreide & Mehl			Bio-Qualität
Wurst & Fleisch			Fair-Trade
Milch & Milch-Produkte			Regional
Obst			vielfältiges Sortiment





# Weltladen

## Fairer Handel – Für mehr Gerechtigkeit

Die Welt ist nicht gerecht. Vom aktuellen Welthandelssystem profitiert nur ein kleiner Teil der Menschheit, während un-

zählige Menschen – vor allem in den Ländern des globalen Südens – trotz harter Arbeit ums tägliche Überleben kämpfen.

Der Faire Handel stellt dem eine eigene Vision der Globalisierung entgegen.

„Der Faire Handel ist eine Handelspartnerschaft, die auf Dialog, Transparenz und Respekt beruht und nach mehr Gerechtigkeit im internationalen Handel strebt. Durch bessere Handelsbedingungen und die Sicherung sozialer Rechte für benachteiligte Produzent:innen und Arbeiter:innen – insbesondere in den Ländern des Südens – leistet der Faire Handel einen

Beitrag zu nachhaltiger Entwicklung. Fair-Handels-Organisationen engagieren sich (gemeinsam mit Verbraucher:innen) für die Unterstützung der Produzent:innen, die Bewusstseinsbildung sowie die Kampagnenarbeit zur Veränderung der Regeln und der Praxis des konventionellen Welthandels.“

Weitere Informationen gibt es unter:  
[www.weltladen.de](http://www.weltladen.de)



### Weltladen

in Ditzingen – Münchinger Straße 3/1

in Heimerdingen – Hindenburgstraße 7

[www.weltladen-ditzingen.de](http://www.weltladen-ditzingen.de)

In den beiden Geschäften werden Lebensmittel, Bananen, Gewürze und Honig verkauft, ebenso wie Kaffee, Tee und Schokolade aus fairem Handel. Aber auch Geschenkartikel und kunsthandwerkliche Produkte sowie Schmuck.

Fair



# Hofläden

## Regionale Vielfalt

Regionale Vielfalt – dafür steht die bäuerliche Landwirtschaft. Für Natürliche Lebensmittel, die gut schmecken, die sauber hergestellt werden und bei der Landwirt:innen für die Arbeit fair entlohnt werden.

In den zahlreichen Hofläden sowie auf den Märkten der Region bieten Bauern/Bäuerinnen ihre selbst hergestellten Erzeugnisse direkt an. Wissen, was man isst – hier kann man es erfahren und erleben: Wo die Möhren wachsen, dass Kartoffeln mal groß oder auch klein sind oder jede Tomate anders aussieht. Die Tiere sind für Kinder sicher die größte Attraktion. Hier können sie Hühner beim Sandbaden beobachten, Schweine, die sich auf der Weide suhlen und Milchkühe, die gemolken werden. In Hofläden bekommen wir wieder einen Bezug zu den täglichen Lebensmitteln.

Ein Besuch von Hofläden lohnt sich auch, da hier oft auch ein Hofcafé mit selbstgebackenen Kuchen betrieben wird. Das Angebot der meisten Hofläden umfasst neben der eigenen Gemüseernte, die abhängig von den Jahreszeiten ist, oft auch Produkte aus eigener Herstellung sowie weitere Produkte anderer Direktvermarkter:innen. Somit ist das Angebot sehr umfangreich – die ganze regionale Vielfalt.





## Obst und Weinbau Brüstle

Am Schafhof 8, 71254 Heimerdingen

- » Verkauf in Automaten von: Apfelsaft, Gemüse, Obst und Eiern
- » Zu den Besenterminen ist die „Kleine Kelter“ geöffnet. Dort werden Rotwein und Weißwein direkt vom Erzeuger zum Verkauf angeboten.



## Bauernhof Burger

Hohe Warte, 71254 Heimerdingen

- » Verkauf in Automaten von: Honig, Kartoffeln, Gemüse, Obst und Eiern
- » In der Sommerzeit (Juli bis Oktober) verkauft Frau Burger am Samstagvormittag selbst und steht bei Fragen zur Verfügung.



## Milchhof Gommel

Herterhof 4, 71254 Ditzingen

[www.milchhof-gommel.de](http://www.milchhof-gommel.de)

- » In Automaten werden aus eigener Erzeugung/Herstellung/Schlachtung Milch, Eier, Eis, Rohmilchkäse, Bauernbrot aus dem Steinofen und Wurst- und Fleischwaren ebenso wie Kartoffeln und anderes Gemüse verkauft. Außerdem werden saisonal Blumen zum selber Schneiden angeboten.



## Biohof Grieshaber & Schmid

Im Weidle 3, 71254 Hirschlanden

[www.biohof-grieshaber.de](http://www.biohof-grieshaber.de)

- » Der Biohof Gieshaber bietet Kartoffeln aus eigenem Anbau an, sowie Karotten, Rote Beete, Sellerie, Zwiebeln und Kürbis (saisonal), außerdem Nudeln, Mehl und Eier
- » Alle Produkte sind Bioland-zertifiziert





## Bauernhof Hagenlocher

Krebsäckerweg 6, 71254 Hirschlanden und  
Hirschlander Höhe 3, 71254 Hirschlanden

[www.bauernhof-hagenlocher.de](http://www.bauernhof-hagenlocher.de)

- » Im Hofladen des Familienbetriebs erhält man frische Produkte wie Eier, saisonales Gemüse und Kartoffeln aus eigener ökologischer Erzeugung. Seit 2001 wirtschaftet der Hof nach Naturland Richtlinien.



## Ritternhof Kappus

Ritternhof, 71254 Heimerdingen

[ritternhof@t-online.de](mailto:ritternhof@t-online.de)

- » Im Automat werden Obst, Gemüse, Eier, Käse, Wurst, Marmeladen, Sirup u.a. verkauft
- » Mittwochs Verkauf von selbstgebackenem Brot und Backwaren
- » Milchverkauf: täglich ab 17:30 Uhr
- » Der Ritternhof Kappus ist ein Lernbauernhof und führt Projekte mit Schulklassen durch



## Hofladen Mauch

Gebersheimer Str. 5, 71254 Schöckingen

[www.apfel-mauch.de](http://www.apfel-mauch.de)

- » Eigene Produkte: Äpfel, Birnen, Zwetschgen, Apfelsaft, Fruchtaufstriche, gedörrte Apfelscheiben
- » Produkte aus der Region: Gemüse, Salat, Kartoffeln, Mehl, Eier



## Erdbeeren Familie Stückel

Herterhöfe 1, 71254 Ditzingen

[www.erdbeeren-stueckel.de](http://www.erdbeeren-stueckel.de)

- » Seit über 20 Jahren bietet dieser Hof Erdbeeren zum selber Pflücken an. 2022 wurde der Hof als Biobetrieb zertifiziert.
- » Außerdem werden am Hof Kirschen, Johannisbeeren und Kartoffeln angeboten.





# Wochenmarkt

Ein Einkaufserlebnis

Was hier angeboten wird, ist frisch und kommt größtenteils aus der Umgebung. Einkaufen in einer einzigartigen Atmosphäre: Im Gegensatz zum Supermarkt ist der Wochenmarkt ein sozialer Treffpunkt. Man trifft sich zum Plausch, und der eigentliche Einkauf wird fast zur Nebensache. Wochenmärkte gibt es auch bei uns in Ditzingen und in der näheren Umge-

bung. Ihr großer Vorteil ist die Nachvollziehbarkeit der Produktionskette. Die Händler:innen können Auskunft über Art und Herkunft ihrer Ware geben. Aber: Nicht alles, was auf dem Wochenmarkt verkauft wird, kommt aus der Region. Viele Stände kaufen fremde Lebensmittel zu – auch aus dem Ausland. Nachfragen lohnt sich also.



## Wochen- und Bauernmarkt

Am Laien 1, 71254 Ditzingen

- » Samstag von 07:30 bis 12 Uhr
- » Kunden können an verschiedensten Ständen frische Produkte wie Obst und Gemüse, Blumen und Pflanzen, Käse, Fleisch und Wurst, Geflügel, Brot und Backwaren, Honig und Eier erwerben.

In der Umgebung gibt es einige Wochenmärkte – Augen offen halten.

# Streuobstwiesen- erzeugnisse

## Artenreiche Lebensgemeinschaften

Streuobstwiesen geben seit Jahrhunderten unserer Kulturlandschaft ein unverwechselbares Gesicht. Früher umgaben hochstämmige Apfel-, Birnen-, Pflaumen- und Kirschbäume die Dörfer und prägten die Landschaft. Streuobstwiesen beherbergen bei schonender Bewirtschaftung und Pflege eine besonders artenreiche Lebensgemeinschaft.

Oft sind diese Wiesen in Privatbesitz, stehen heute unter Naturschutz und werden bewirtschaftet und gepflegt.

„No nix verkomma lassa.“ unter diesem Motto startet die Stadt Ditzingen letztes Jahr die Aktion „Ditzinger Obstbündel“. Und was ist das? Ein gelbes strapazierfähiges Papierband, welches die Baumbesitzer:innen an den Obstbäumen anbringen können, die sie selber nicht oder nur zum Teil ernten wollen oder können. Das Band signalisiert den Bürger:innen, dass sie das Grundstück betreten und Früchte an diesem mit dem gelben Band markierten Baum pflücken dürfen.



**Urs Renninger**

71254 Ditzingen

[www.naturcidre.de](http://www.naturcidre.de)

- » Cidre und Poiré von den Streuobstwiesen des Strohgäus. Das Projekt bewirtschaftet derzeit 450 Hochstamm-Obstbäume in Ditzingen und Umgebung.
- » Verkauft wird der heimische Cidre – unter anderem im Hofladen der Familie Hagenlocher und in der Tonmühle in Ditzingen.



**Fruchtsaft Bayer**

Grabenäcker 1, 71254 Heimerdingen

[www.bayer-saft.de](http://www.bayer-saft.de)

- » Fruchtsaft Bayer hat ein umfangreiches Angebot an Säften, Nektaren und Fruchtsaftgetränken – aber auch Direktsäfte – bei denen das Obst und die Früchte aus der Region kommen, vorausgesetzt es wächst hier, so werden die regionalen Streuobstbauern unterstützt und ein Beitrag zum Erhalt der Streuobstwiesen geleistet.

# Imkerei

## Bienen für den Naturschutz

Die Bienen sind eines der wichtigsten Naturwunder unserer Erde. Ein Leben ohne sie ist undenkbar. Fleißig fliegen sie von Blüte zu Blüte und sorgen für

die Bestäubung von vielen Pflanzen, weshalb wir Menschen uns von den daraus entstehenden Früchten ernähren können. Da mehr als 80 % aller angebauten Pflanzen von Insekten bestäubt werden, würde uns ohne Bienen eine große Ernährerin fehlen.

Für den Erhalt der Bienen brauchen wir die Imker:innen. Sie versorgen uns zusätzlich auch noch mit leckerem und gesundem Honig. Durch den Verzehr von Honig können wir uns bei unseren Imker:innen für ihre geleistete Arbeit bedanken.



### Imkerei Glemshonig

Dornhalde 11, 71254 Ditzingen

[www.niebergall.info](http://www.niebergall.info)

Glemshonig ist ein junges Team von begeisterten Imker:innen. Kennengelernt haben sich die Imker:innen 2016 bei einem gemeinsamen Kurs – der jüngste Imker ist aktuell 13 Jahre alt.



### Imkerei Heinen

Joh.-Seb.-Bach Str. 4/1, 71254 Hirschlanden

[www.imkerei-heinen.business.site](http://www.imkerei-heinen.business.site)

- » Der Honig und die Bienenprodukte der Imkerei Heinen werden auf dem Eulenberg in Schöckingen geerntet und schonend verarbeitet.
- » Familie Heinen verkaufen ihre Produkte bei sich zu Hause. Einfach vorbei gehen und klingeln.



R

## Strohgäuumkerei

Schafhof 12, 71254 Heimerdingen

[www.strohgaeuimkerei.de](http://www.strohgaeuimkerei.de)

Bienen sammeln im Frühling Nektar von Obstbaumblüten, Wiesenblumen und Rapsfeldern. Und im Sommer sammeln sie Nektar überwiegend von Wildkräutern, Sommerblumen und Lindenblüten.



R

## Imkerei Schäuuffele

Badstr. 25, 72197 Mönshheim

[www.imkerei-schaeuffele.de](http://www.imkerei-schaeuffele.de)

Die Imkerei Schäuuffele verkauft ihren Honig auf dem Wochenmarkt Ditzingen, jeden zweiten Samstag (in den ungeraden Kalenderwochen).



R

## Rathaus Honig „Goldtröpfchen“

Am Laien, 71254 Ditzingen

Dank des OGV Ditzingen stehen zwei Bienenvölker auf dem Dach des Ditzinger Rathauses.

An drei weiteren Standorten im Gebiet der Kernstadt hat der OGV Ditzingen bereits Bienenvölker angesiedelt. Der Honig wird vorrangig für Geschenke der Stadtverwaltung verwendet, wenn ausreichend Honig produziert wird, geht dieser auch in den Verkauf.

In Ditzingen und Umgebung gibt es einige Mühlen, diese findest du auf den folgenden Seiten.

# Mühlen

## Getreide und Öl

Früher gab es in fast jedem Dorf eine Wind- oder Wassermühle. Doch heute sind die meisten von ihnen Denkmäler

oder Museen. Und die nostalgische Vorstellung, dass ein Müller heute noch in einer Windmühle oder Wassermühle arbeitet, entbehrt jeder Realität.

Aber neben den riesigen hochtechnisierten Mühlen findet sich noch hier und da ein kleineres Mühlenunternehmen, die das Getreide der Bauern vor Ort verarbeitet und kleinere Mengen an private Haushalte vor Ort verkauft.



### Talmühle Birenbaum

Talmühle 1, 71254 Ditzingen-Schöckingen

[info@talmuehle.birenbaum.de](mailto:info@talmuehle.birenbaum.de)

- » Im Mühlenladen werden Weizen-, Roggen- und Dinkelmehl, Grieß, Weizendunst und Spätzlesmehl, verschiedene Getreidesorten und Ölsaaten, Müsli, Nudeln, Eier, Rapsöl, Dosenwurst, Honig und so manches mehr verkauft.
- » Hier wird großer Wert auf Regionalität gelegt.

### Schlossmühle

Bauernstraße 22, 71254 Ditzingen

[www.schlossmuehle-ditzingen.de](http://www.schlossmuehle-ditzingen.de)

- » Im Mühlenland können seit 1928 Mehl, Eier und andere heimische Produkte aus der Region gekauft werden.





## Siegle GmbH

Zechlesmühle 1, 71254 Ditzingen

[www.zechlesmuehle.de](http://www.zechlesmuehle.de)

- » Im Mühlenladen werden Mühlenprodukte wie Mehl, Getreideprodukte, Brotmischungen, Müsli und Teigwaren verkauft, aber auch Honig, Soßen, Fertiggerichte und Backzutaten, genauso wie Futtermittel für Haus- und Nutztiere.



## Tonmühle GmbH

Tonmühle 3, 71254 Ditzingen

[www.tonmuehle.de](http://www.tonmuehle.de)

- » Die Tonmühle bietet Biomehl aus eigener Herstellung, Saaten und Backzutaten sowie Dinkelspezialitäten und hausgemachte Backwaren.
- » Im Kaffee-Eck der Tonmühle werden Kaffeespezialitäten aus fair gehandeltem Bio-Kaffee angeboten, Bio-Tees, „Süße Stücke“ und kühle Getränke, gehören ebenso zum Sortiment.



## Ölmühle Ditzingen

Johannes-Fuchs-Straße 5, 71254 Ditzingen

[www.oelmuehle-ditzingen.de](http://www.oelmuehle-ditzingen.de)

- » Seit 1862 werden in Ditzingen Öle hergestellt. Im eigenen Laden in Ditzingen werden nicht nur Olivenöle, sondern auch andere Pflanzenöle (u.a. Leinöl, Walnussöl, Sesamöl, ...) und Essig verkauft.



Fehlt etwas?

Dann schreibe uns bitte.

Und sollte es zu einer zweiten Auflage  
des Einkaufsführers kommen, werden  
wir deinen Hinweis berücksichtigen.

Kontaktdaten findest du auf Seite 66

# Metzgereien

## Weniger is(s)t mehr

Fleischkauf ist Vertrauenssache, aber dieses Vertrauen wurde gerade in den letzten Jahren erschüttert: durch Mas-

sentierhaltung und qualvolle Schlachtung, Genfutter, Antibiotika und Hormone – um nur einige Beispiele zu nennen.

Deshalb ist es gut zu wissen, wo unser Fleisch herkommt, wie die Tiere gehalten und gefüttert wurden. Die Metzgereien, die wir nennen, schlachten alle selbst. Wenn du es genauer wissen möchtest, einfach nachfragen. Diese Möglichkeit ist ein Vorteil des regionalen Einkaufs.



### Metzgerei Klein

Mittlere Straße 29, 71254 Ditzingen

Die Metzgerei Klein ist eine familiengeführte Klein-Metzgerei in Ditzingen mit eigener Schlachtung. Die Schlacht- und auch Wildtiere kommen aus Ditzingen und seinen Ortsteilen sowie aus Korntal-Münchingen, Leonberg, Degerloch und Simmozheim. Auch die Produkte, die neben Fleisch und Wurst angeboten werden, kommen soweit möglich aus der Region (z. B. Teigwaren, Eier, Linsen, Wein).



### Landmetzgerei Leutz

Seestraße 3, 71254 Hirschlanden

[www.landmetzgerei-leutz.de](http://www.landmetzgerei-leutz.de)

Seit über 60 Jahren werden hier feine Fleisch- und Wurstwaren aus eigener Schlachtung und Herstellung verkauft. Die Tiere stammen von Landwirten aus der Region. Neben einer großen Auswahl an hausgemachten Salamikreationen, frischem Geflügel, Maultaschen sowie einer Heiß- und Käsetheke gibt es hier auch Fingerfood und einen Partyservice im Angebot.



# Sonstiges

Keine eigene Kategorie, aber nicht weniger Wert



## Tomatenprodukte von NoCAP

[www.kath-kirche-hirschlanden.de](http://www.kath-kirche-hirschlanden.de)

[www.nocap.oeko-und-fair.de](http://www.nocap.oeko-und-fair.de)

- » Durch das Aufzeigen der Arbeitsverhältnisse von geflüchteten Menschen in Italien (im Film „das Evangelium“) wurde deutlich: Die Tomaten, die wir essen, sind nicht frei von Korruption und Ausbeutung.
- » Es geht auch anders: Die Initiative von Yvan Sagnet setzt sich für faire Löhne und gesicherte Arbeitsplätze ein. Heraus kommen biologische und faire Tomatenprodukte, die frei von Korruption sind (daher der Name „NoCap“ = No Caporalato = Keine Korruption).
- » Regelmäßig werden diese Produkte nach dem katholischen Gottesdienst in Hirschlanden verkauft.
- » oder du kontaktierst Miriam Hensel: 0152-28492274 oder [fair@kath-kirche-hirschlanden.de](mailto:fair@kath-kirche-hirschlanden.de)





## FAIRteiler in Hirschlanden

[www.kath-kirche-hirschlanden.de](http://www.kath-kirche-hirschlanden.de)

- » Öffnungszeiten: 24h pro Tag
- » Jedes 8. Lebensmittel das gekauft wird landet im Müll. Dagegen möchte die kath. Kirche in Hirschlanden etwas tun: Der FAIRteiler ist ein Schrank, zu dem alle Menschen Lebensmittel bringen und kostenlos mitnehmen dürfen. Der FAIRteiler steht vor dem Pfarrbüro in der Schwabstraße 15 in Hirschlanden.
- » So einfach geh's: Lebensmittel reinstellen, die man nicht braucht/übrig hat + Lebensmitteln nehmen, die man brauchen kann = Lebensmittelverschwendung vermeiden.
- » Nicht nur Privatpersonen befüllen den Verteiler, sondern auch Organisationen wie Foodsharing.de. Der Schrank wird fast täglich aufgefüllt. Ein Blick lohnt sich immer. Mithelfen und hier vor Ort einen kleinen Schritt gegen Lebensmittelverschwendung machen.
- » Kontakt: Miriam Hensel 0152-28492274 oder [fair@kath-kirche-hirschlanden.de](mailto:fair@kath-kirche-hirschlanden.de)



## Früchte und Partner Bentz

Friedhofstraße 1, 71254 Hirschlanden

- » Verkauf von Obst und Gemüse im Herzen Hirschlandens.
- » Hier ist auch eine Postfiliale angeschlossen.



[www.zugutfuerdietonne.de/  
lebensmittelabfaelle-in-  
deutschland](http://www.zugutfuerdietonne.de/lebensmittelabfaelle-in-deutschland)

Jeder von uns wirft im Jahr durchschnittlich mindestens 75 Kilogramm Lebensmittel weg. Fast die Hälfte davon wäre noch genießbar gewesen. Einer der Gründe für das Wegwerfen ist eine falsch verstandene Angabe auf Lebensmitteln: das gesetzlich vorgeschriebene Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD). Meist landen Lebensmittel ungeöffnet im Müll. Dabei ist das nicht notwendig: Genaues Anschauen, prüfendes Riechen und vorsichtiges Probieren geben in den meisten Fällen schnell Aufschluss darüber, ob das Lebensmittel noch genießbar ist...

Ethischer Konsum und nachhaltige Produkte werden immer beliebter. Seit Jahren steigt hier die Nachfrage und es werden kontinuierlich höhere Absätze von fair gehandelten Produkten gemeldet. Umfragen und Studien belegen zudem, dass Verbraucher:innen zunehmend auf die Herkunft der Konsumgüter, die Arbeitsbedingungen und den Umweltschutz achten.

Wie im Vorwort bereits erwähnt musste die Stadt Ditzingen einige Kriterien erfüllen, um als Fairtrade-Town ausgezeichnet zu werden. Dazu gehört auch, dass in einigen Gastronomiebetrieben Produkte aus fairem Handel angeboten werden.

Bei den unten aufgelisteten Restaurants und Cafés ist dies teilweise der Fall, bitte auf die Markierung achten.



## Die neue Hafenscherbe

Au 1, 71254 Ditzingen

[www.hafenscherbe-weinbar.de](http://www.hafenscherbe-weinbar.de)



## Café Maute

Mittlere Str. 2, 71254 Ditzingen



## Kaffee-Eck in der Tonmühle

Tonmühle 1, 71254 Ditzingen



## Wichtel Hausbrauerei

Mittlere Str. 2, 71254 Ditzingen



## Kleine Kelter

Schafhof 8, 71254 Heimerdingen



## Weltcafé Exlibris in Gerlingen

Schulstraße 13, 70839 Gerlingen

Eine große Auswahl an fairen und regionalen Produkten auch in Bio-Qualität bekommt man auch bei den ortsansässigen Supermärkten:

## E-Center Matkovic

Leonberger Str. 46-48

71254 Ditzingen

[www.edeka.de/nachhaltigkeit](http://www.edeka.de/nachhaltigkeit)

## Netto Marken-Discount

Marktstraße 4, Ditzingen

Heimerdinger Str. 60, Hirschlanden

Im Mittenbühl 2, Heimerdingen

[www.netto-online.de/fairtrade](http://www.netto-online.de/fairtrade)

## Tante M

Schillerstraße 1, 71254 Schöckingen

## Lidl

Stuttgarter Str. 39, 71254 Ditzingen

[www.unternehmen.lidl.de/verantwortung/lidl-und-fairtrade](http://www.unternehmen.lidl.de/verantwortung/lidl-und-fairtrade)

## Aldi Süd

Zeiss-Straße 2, 71254 Ditzingen

[www.aldi-sued.de/de/produkte/ernaehrungsformen/fairtrade](http://www.aldi-sued.de/de/produkte/ernaehrungsformen/fairtrade)

Im Supermarkt empfiehlt es sich auf die Siegel auf den Lebensmitteln zu achten – siehe Seite 58.

## 5 Hausmittel ersetzen die Drogerie

Eine ordentliche, geputzte Wohnung. Was gibt es Schöneres? Eine ordentliche, aufgeräumte Wohnung mit Putzmitteln gereinigt, die die Umwelt nicht belasten!

Mit einigen Hausmitteln klappt das Reinigen genauso gut – und umweltfreundlich. Selbermachen geht mit leichten Mitteln und macht richtig Freude! Doch wieso sollte man sich die Arbeit machen?

- » Selbstgemachte Hausmittel sind gesünder für den Menschen. Keine Schad- und Giftstoffe gelangen über Geschirr, Kleidung, usw. in den Körper.
- » Man spart viel Geld! Nach Anschaffung der fünf Hausmittel braucht es nicht viel mehr.
- » Man weiß, was man hat! Vom Essigreiniger, über Backofenreiniger, bis

hin zum Badreiniger – alles kann man selber machen und weiß auch was drin ist.

- » Die Umwelt wird geschont. Kein Mikroplastik und Co landen im Abschluss.
- » Dafür eigenen sich: Natron, Soda, Essig, Zitronensäure und Kernseife

Rezepte und Anleitungen gibt es zum Beispiel auf [Autarkia.de](http://Autarkia.de) oder in dem Buch: Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie von Smarticular.



Beim fairen Einkaufen kommt es nicht nur auf das Geschäft an sich an, sondern auch auf die Anreise, die Verpackung uvm.



Was mal auf der Strecke liegen könnte:



### Philadelphia Bioland Bauernhof

Strohgäustr. 52, 71229 Höfingen

[www.philadelphia-bioland.de](http://www.philadelphia-bioland.de)

- » Im Hofladen wird Obst und Gemüse, Apfelsaft, Fruchtaufstrich, Milch und Eier verkauft. Außerdem gibt es ein kleines Sortiment an Naturkostprodukten
- » Angeboten wird auch ein Abo-Kisten „Ausfahr-Betrieb“
- » Außerdem sind diesem Hof diverse „Sozial-Projekte“ angeschlossen



### Putenhof Bauer

Rohrhof 1, 71282 Hemmingen

[www.putenhof-bauer.de](http://www.putenhof-bauer.de)

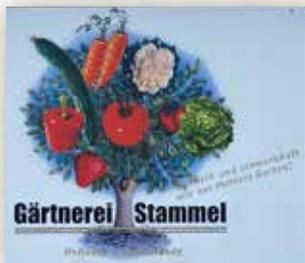
- » Der Putenhof Bauer ist ein landwirtschaftlicher Familienbetrieb mit gemischtem Kulturpflanzenbau und Putenmast mit Direktvermarktung. Dienstags wird geschlachtet, mittwochs zerlegt und gewurstet, donnerstags und freitags werden die Putenspezialitäten frisch zubereitet an unsere Kunden verkauft.



## Hofladen Maisch

Im Brückle 1, 70839 Gerlingen

- » Im Hofladen werden ganzjährig Eier, Kartoffeln, Obst und Gemüse, Mehl und Nudeln verkauft.
- » Saisonal auch Blumen zum Selberschneiden, Eis und Weihnachtsbäume.
- » Außerdem gibt es einen Milchautomaten mit täglich frischer Milch.



## Gärtnerei Stammel GbR

Hafenscherbe 1, 71229 Höfingen

[www.gaertnerei-stammel-gbr.de](http://www.gaertnerei-stammel-gbr.de)

- » Das Angebot der Gärtnerei Stammel besteht aus vielen verschiedenen Obst- und Gemüsesorten, Kräutern, Marmelade sowie vielen unterschiedlichen Beet- und Balkonpflanzen.



## Naturata

Untere Bergstraße 1, 70839 Gerlingen

[www.naturata-gerlingen.de](http://www.naturata-gerlingen.de)



Leider gibt es im Stadtgebiet Ditzingen keinen Naturkostladen. Diese Läden liegen aber vielleicht mal auf der Strecke.



## Bio Markt Mutter Natur

Marktplatz 17, 71229 Leonberg

[www.derbiomarkt.de](http://www.derbiomarkt.de)



## Bio Baeder

Kirchstraße 24, 71277 Rutesheim

[www.shop.bio-baeder.de](http://www.shop.bio-baeder.de)





### Naturgut Weilimdorf

Pforzheimer Str. 357, 70499 Stuttgart

[www.naturgut.net](http://www.naturgut.net)



### Organix Biomarkt Feuerbach

Stuttgarter Str. 23, 70469 Stuttgart

[www.organix-biomarkt.de](http://www.organix-biomarkt.de)



### Denns BioMarkt

Joh.-Daur-Str. 18, 70825 Korntal

[www.biomarkt.de](http://www.biomarkt.de)

Müll ist ein wesentlicher Bestandteil unseres täglichen Lebens. So allgegenwärtig, dass wir ihn häufig gar nicht mehr wahrnehmen. Es folgen einige Tipps, wie du im Alltag Müllvermeiden und so deinen Beitrag zum Umweltschutz tätigen können:

#### Gibt es das Produkt auch unverpackt oder weniger verpackt?

Abgepackte Waren verursachen oft unnötigen Abfall. Wenn Verpackungen nicht ganz vermieden werden können, greife am besten zu denjenigen, die sich am besten verwerten lassen.

#### Vor Ort kaufen, statt Online

Kaufe wenn es möglich regional ein. So unterstützt auch deinen lokalen Einzelhandel. Wenn es nur online geht: Tu dich mit anderen zusammen und mache Sammelbestellungen.

#### Müll richtig trennen

Nur die Wertstoffe aus Verpackungen, die gesammelt und vorsortiert werden, bleiben dem Kreislauf erhalten. Restmüll wird überwiegend verbrannt und geht dem Kreislauf verloren.

#### Mehrweg vor Einweg

Mehrwegflaschen werden bis zu 60-mal wiederbefüllt. Achte beim nächsten Einkauf darauf, Mehrweg statt Einweg zu kaufen.

#### Unnötige Verpackung: Negative Beispiele an Händler zurückmelden

Auf bestimmte Produkte zu verzichten oder zu boykottieren kann sinnvoll sein. Allerdings gilt das vor allem dann, wenn der Hersteller auch erfährt. Hier können Apps wie „Replace Plastic“ helfen.

Ausführlich sind die Tipps auf [www.kath-kirche-hirschlanden.de](http://www.kath-kirche-hirschlanden.de) in der Kategorie Faire Gemeinde nachzulesen.

# Unverpackt

Der Verpackungsmüllberg kann kleiner werden.

## Konzept Unverpackt-Laden:

Mit eigenen Behältern kann man in „Unverpackt-Läden“ einkaufen. Von Lebens- über Reinigungsmittel ist das Sortiment vielfältig.

## Warum sind viele Produkte verpackt?

Günstig, praktikabel, unkompliziert und hygienisch. Es gibt viele Argumente, die für eine Verpackung in Plastik sprechen. Notwendig sind sie allerdings selten.

## Hygienegerecht und unverpackt Einkaufen

Frische und haltbare Produkte können unter Einhaltung aller Hygieneanforde-

rungen unverpackt in eigene Behälter verkauft werden. Einige Supermärkte setzen dies schon mit einigen losen Produkten wie z. B. Müsli oder Nudeln um. Dies ist ein gutes Vorbild, dass auch andere Händler:innen nachziehen. Testen Sie es vor Ort aus: Verkauft man Ihnen auch Wurst und Käse in mitgebrachten Behältnissen?

## Kund:innen wollen weniger Verpackungen

Die großzügige Verpackung wird oft aus Mangel an Alternativen gewählt. Gerade bei Obst und Gemüse ist unverpacktes Einkaufen gut möglich. Probieren Sie es doch auch einmal aus.



## Unverpackt Renningen

Hauptstraße 26, 71272 Renningen

[www.unverpackt-renningen.de](http://www.unverpackt-renningen.de)

- » Es werden verschiedene Lebensmittel, Körperpflege-/Hygieneartikel sowie Haushaltswaren unverpackt und plastikfrei angeboten. Außerdem gibt es eine Café-Ecke und regelmäßig Veranstaltungen.
- » So einfach gehts: Gefäß mitbringen – Leer wiegen – Befüllen – Bezahlen



## ohne PlaPla – Store Ludwigsburg

Lindenstraße 2, 71634 Ludwigsburg

[www.ohneplapla.de](http://www.ohneplapla.de)

- » Das Konzept von ohne PlaPla ist genauso simpel wie der Name: Es werden jede Menge Lebensmittel und Nonfood-Artikel ohne Plastik angeboten – meist verpackungsfrei.
- » Hier gibt es besondere Produkte, und zwar in beliebigen Mengen und in den eigenen Gefäßen.

# Abokisten

Es wird gegessen, was an die Haustüre kommt ...

Die Lebensmittel kommen frisch vom Bauernhof und werden umweltfreundlich verpackt. Die frische Ware wird wöchentlich oder vierzehntägig, bei Bedarf auch öfter, direkt an die Haustür oder zum Arbeitsplatz geliefert.

Die Abokiste ist ein Garant für frisches ökologisches Obst und Gemüse der Saison, abwechslungsreich zusammengestellt. Durch Lebensmittel, wie

beispielsweise Käse, Brot, Eier und Fleisch, können die Abokisten erweitert werden.

Über das jeweilige Angebot kann man sich bei den Anbietern persönlich oder über die Homepage informieren – ebenso über die genauen Konditionen wie Liefertage, Liefergebiete und Preise.



Bio

**Bio Baeder**

Kirchstraße 24, 71277 Rutesheim

[www.shop.bio-baeder.de](http://www.shop.bio-baeder.de)



Bio

**Biohof Braun**

Hohbergstr. 14, 71665 Vai-Aurich

[www.biohof-braun.de](http://www.biohof-braun.de)



Bio

**Laiseacker**

Mühlweg 1, 71735 Eberdingen

[www.laiseacker.de](http://www.laiseacker.de)



Bio

**Philadelphia Bioland Hof**

Strohgäustr. 52, 71229 Höfingen

[www.philadelphia-bioland.de](http://www.philadelphia-bioland.de)

# Informatives

## Wissen was man isst und woher es kommt

Woher kommt unser Essen? Wie kann ich mich regional und saisonal ernähren? Sind denn Bio- oder auch regionale Produkte zwangsläufig immer teurer? Beim Einkauf suchen viele wieder den direkten Kontakt zu Bauernhöfen, um ihren Lebensmittelbedarf zu decken. Du willst wissen, woher deine Lebensmittel kommen und wie sie erzeugt werden?!

Biologisch angebaute Lebensmittel sind gut für Natur und Mensch. Aber auch hier solltest du bewusst auf Regionalität im Einkaufskorb setzen. In Hinblick auf die Klimabilanz und lange Transportwege von Lebensmitteln

schneiden regional angebaute Produkte besser ab. Und wenn du saisonale Produkte einkaufst, die frisch und nicht weiterverarbeitet sind, dann sind sie nicht viel teurer.

**Kurz zusammengefasst kann man sagen – biologisch angebaute Lebensmittel ...**

- » fördern die Artenvielfalt
- » schonen das Grundwasser
- » belasten die Böden weniger
- » fördern blühende Ackerrandstreifen
- » begünstigen Mischfruchtanbau
- » beinhalten geschlossene Nährstoffkreisläufe

- » berücksichtigen Fruchtfolgen
- » sind ressourcenschonend
- » erhalten die genetische Vielfalt
- » sind eingebunden in regionale Wertschöpfungsketten
- » enthalten keine Pestizide, Mineraldünger und Gentechnik
- » erreichen eine größere Nährstoffdichte
- » sind frei von Tierarzneimitteln
- » erfordern viel Handarbeit
- » schaffen Arbeitsplätze
- » schonen das Klima

**Jede:r kann seinen Beitrag zum Umweltschutz leisten. Für den Einkauf von Lebensmitteln und Produkten gelten daher folgende Hinweise:**

### 1. Plane deinen Einkauf

- » Die weiteren Hinweise (Punkt 2 bis 6) beim Einkaufen zu berücksichtigen kostet nicht unbedingt mehr Geld – aber auf jeden Fall mehr Zeit, denn

- du musst an mehreren Orten einkaufen. Daher plane deine Einkäufe.
- » Stelle dir Fragen: Woher kommt das Produkt? Wer hat es wie produziert? Bekommen die Produzent:innen einen gerechten Lohn? Schadet es der Umwelt? Wer leidet unter meinem Einkauf?
- » Könnte ich Lebensmittel retten – zum Beispiel, in dem ich den FAIRteilers nutze? (siehe Seite 34)

### 2. Kaufe möglichst fair und sozial

- » Wenn es sich um Produkte handelt, die von der Südhalbkugel importiert werden müssen, dann sollten sie fair (Fairtrade-Siegel) gehandelt sein.
- » Frage dich: Sind Produkte der südlichen Halbkugel wirklich notwendig? Gibt es nicht regionale und saisonale Alternativen?
- » Es gibt Firmen, die sich in sozialen Bereichen engagieren oder klimafreundliche Projekte bezuschussen.

### 3. Kaufe möglichst regional

- » Kaufe in Hofläden und Familienbetrieben vor Ort ein – das bietet Transparenz und sichert Arbeits- und Ausbildungsplätze.
- » Waren werden frisch und reif geerntet, das produziert weniger Verpackungsmüll, hat geringere Emissionen und spart Transportwege.
- » Wenn du im Supermarkt einkaufst, dann achte auf regionale Produkte.
- » Achte auf das „Regionalfenster“ – Da steht, wo das Produkt her ist, wo es verarbeitet wurde und wie hoch der regionale Anteil ist.
- » Wenn nicht von „vor Ort“, dann wenigstens aus Deutschland
- » Dein Produkt gibt es nicht regional? Dann frag dich: Gibt es mögliche alternativen Ideen, wie du das Produkt ersetzen/weglassen kannst?

### 4. Kaufe möglichst saisonal

- » Achte beim Einkauf darauf, was sai-

sonal gerade reif ist. Das ist auch günstiger und stärkt die bäuerlichen Strukturen.

### 5. Kaufe möglichst plastikfrei

- » Verzichte auf unnötigen Verpackungsmüll.
- » Obstnetze, Mehrweg-Taschen und -dosen sind gute Alternativen.
- » Verzichte, wenn möglich, auf Bestellungen im Internet.
- » Kaufe in „Unverpackt-Läden“ oder Hofläden ein.

### 6. Kaufe möglichst biologisch und ökologisch

- » Achte auf biologische und ökologische Siegel: Bioland, Demeter, EU-Bio-Label (siehe Seite 58).
- » Lass dich nicht von der Farbe Grün oder anderen Siegeln hinters Licht führen.
- » Ökologisch gibt es auch im Non-Food-Bereich.

### Auf einen Blick:

Hier findest du eine allgemeine Übersicht, die beim Einkaufen helfen kann. Aber eventuell stimmt die Reihenfolge bei einigen Produkten nicht. Daher: Denk nach:



1. Fair, bio, plastikfrei und regional
2. Bio, plastikfrei und regional
3. Bio, plastikfrei und aus Deutschland
4. Regional und plastikfrei
5. Bio und plastikfrei
6. Regional
7. Bio
8. ...

### Wo finde ich eigentlich was?

In diesem Einkaufsführer haben wir dir Geschäfte und Verkaufsstellen für faire, regionale und nachhaltige Produkte aufgelistet.

### Und wann bekomme ich regionale Produkte?

Der Saisonkalender auf Seite 54 und folgenden, zeigt dir, in welchen Monaten welche Obst- und Gemüsesorten in Deutschland zur Verfügung stehen. Dabei kann es regional aufgrund unterschiedlicher klimatischer Verhältnisse zu leichten Verschiebungen kommen. Der Kalender zeigt, dass fast alle Obst- und Gemüsearten in bestimmten Monaten besonders reichlich verfügbar sind, sprich „Saison haben“. Diese Zeit entspricht in der Regel der Haupterntezeit im heimischen Freilandanbau.

**Wann ist was reif?  
Und was gibt es wann als  
Lagerware?  
Blättere eine Seite weiter.**

# Saisonkalender

Gemüse	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Aubergine								■	■	■		
Bärlauch			■	■	■							
Blumenkohl				■	■	■	■	■	■			
(Stangen-)Bohnen						■	■	■	■	■		
Brokkoli						■	■	■	■	■	■	
Champignons	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Chinakohl	■	■	■	■	■							■
Erbsen						■	■	■	■			
Fenchel						■	■	■	■	■	■	
Frühlingszwiebeln				■	■	■	■	■	■	■		
Grünkohl	■	■									■	■
Gurken					■	■	■	■	■			
Karotten	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Kartoffeln	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Knollensellerie	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Kohlrabi					■	■	■	■	■	■		
Kürbis	■	■	■	■			■	■	■	■	■	■
Lauch	■	■					■	■	■	■	■	■

Gemüse	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Mais									■	■		
Mangold					■	■	■	■	■			
Paprika						■	■	■	■	■		
Pastinaken	■	■	■	■					■	■	■	■
Radieschen				■	■	■	■	■	■	■		
Rettich	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Rosenkohl	■	■	■							■	■	■
Rote Bete	■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■
Rotkohl	■	■	■	■	■	■			■	■	■	■
Schwarzwurzel	■	■	■							■	■	■
Spargel				■	■	■	■					
Spinat			■	■	■	■	■	■	■	■		
Spitzkohl	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Staudensellerie					■	■	■	■	■	■	■	
Steckrüben	■	■	■						■	■	■	■
Tomaten				■	■	■	■	■	■	■	■	
Weißkohl	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Wirsing	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

## Legende

- Frisch
- Lagerware

# Saisonkalender

Gemüse/Salate	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Zucchini						■	■	■	■	■		
Zuckerschoten						■	■	■				
Zwiebeln	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Batavia					■	■	■	■	■			
Chicorée	■	■	■						■	■	■	■
Eichblattsalat					■	■	■	■	■	■	■	■
Eissalat					■	■	■	■	■	■	■	
Endiviensalat					■	■	■	■	■	■	■	■
Feldsalat	■	■	■	■					■	■	■	■
Kopfsalat				■	■	■	■	■	■	■	■	■
Lollo Rosso					■	■	■	■	■	■	■	■
Pflücksalat					■	■	■	■	■	■	■	■
Radicchio					■	■	■	■	■	■	■	■
Romanasalat					■	■	■	■	■	■	■	■
Rucola				■	■	■	■	■	■	■	■	■

Obst	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Äpfel	■	■	■	■				■	■	■	■	■
Birnen	■							■	■	■	■	■
Brombeeren							■	■	■			
Erdbeeren					■	■	■	■	■			
Heidelbeeren						■	■	■	■			
Himbeeren						■	■	■	■			
Holunderbeeren										■	■	
Johannisbeeren						■	■	■	■			
Kirschen						■	■	■	■			
Mirabellen								■	■	■		
Nüsse (Haselnuss, Walnuss)									■	■	■	■
Pflaumen							■	■	■	■		
Quitten										■	■	
Rhabarber				■	■	■	■					
Stachelbeeren						■	■	■	■			
Trauben									■	■		
Zwetschgen							■	■	■			

## Legende



Frisch



Lagerware



# Siegel

## Orientierung im Siegel-Dschungel

„Alles, was grün ist, ist bio!“ Leider ist es nicht so einfach. Die Verpackung grün und ökologischer darzustellen hat nichts mit Nachhaltigkeit zu tun. Es hilft nur der Blick auf die Siegel, die auf allen Produkten zu finden sind. Doch auch da muss man aufpassen. Einige Siegel, die nach „biologisch“ aussehen sind pures „Green Washing“ – Sie geben dem Produkt nur den Anschein,

dass es biologisch wäre, indem man Firmen z.B. einfach eigene Siegel oder sogar eigene Stiftungen gründen, die dem Produkt dann einen grünen und biologischen Eindruck geben.

Hier eine kleine Orientierungshilfe für den nächsten Einkauf – Sortiert nach der Qualität der Siegel. Die Besten kommen als Erstes.

### Sehr empfehlenswert:



Beim Fairtrade-Siegel handelt es sich um ein Sozialsiegel. Kleinbauern und Kleinbäuerinnen erhalten hier einen garantiert kostendeckenden Preis für ihre Waren, auch wenn die Weltmarktpreise schwanken. Der faire Handel strebt langfristige Handelsbeziehungen zwischen allen Handelspartner:innen an. Eine zusätzliche Fairtrade-Prämie wird in gemeinschaftliche Projekte gesteckt.

Bestimmte Pestizide sind verboten, ökologische Bewirtschaftung wird belohnt. Etwa 70% der Produkte sind nicht nur fair, sondern auch Bio.

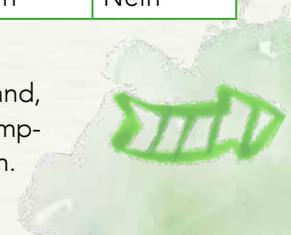
	Seit 1924 arbeitet Demeter nach den Kriterien der biologisch-dynamischen Landwirtschaft und geht mit den Vorschriften über die gesetzlichen Anforderungen der EG-Öko-Verordnung hinaus.
	Den Anbauverband Bioland gibt es bereits seit 1976 und das System basiert auf einem geschlossenen Betriebskreislauf (Selbstproduziertes Futter für die Tiere, Erhaltung der Bodenfruchtbarkeit). Die Kriterien für das Bio-Label gehen über die EG-Öko-Verordnung hinaus.
	Ein Bio-Siegel mit hohen Standards für die Erzeugung und Verarbeitung: Die Kriterien für Naturland-Waren (seit 1982) gehen über die EG-Öko-Verordnung für Bio-Label hinaus. Neben Lebensmitteln werden auch Holz und Textilien gekennzeichnet.

### Empfehlenswert:

	Das deutsche Bio-Siegel kennzeichnet Lebensmittel aus kontrolliert ökologischem Anbau. Die Kriterien richten sich nach den Bestimmungen der EU-Bio-Verordnung.
	Das EU-Bio-Label gibt es seit 2010 und setzt bestimmte Kriterien voraus, denen die Lebensmittel zu 95 Prozent entsprechen müssen, um damit gekennzeichnet werden zu dürfen.

	Konventionelle Landwirtschaft				
Max. Hennen pro Gebäude	Keine Beschränkung	20.000	12.000	6.000	3.000
Lebensmittelzusatzstoffe	Über 300	47	22	23	13
Schweine pro Hektar	Keine Beschränkung	14	10	10	10
Legehennen pro m <sup>2</sup>	10	6	6	6	4,4
Enthornung der Rinder	Erlaubt ohne Betäubung	Erlaubt	Nicht empfohlen	im Ausnahmefall	Nicht erlaubt
Bio Futter	Keine Vorschrift	95%	100%	100%	100%
Gentechnik	Erlaubt	Bis zu 5%	Nein	Nein	Nein

**Hinweis der Redaktion:** Auch Siegel wie Gäa e.V, Biopark, Neuland, Gepa, MSC (Marine Stewardship Council) oder Ecovin sind empfehlenswert, aber in den örtlichen Supermärkten kaum zu finden.



	<p>Dieses Label entdeckt man auch häufiger. Es wird vom Deutschen Tierschutzbund vergeben und zeichnet den Tierschutz bei der Haltung, der Schlachtung und dem Transport aus. Die Siegel Bioland, Demeter oder Naturland sind aber aussagekräftiger.</p>
	<p>Hierbei geht es um die Haltung der Tiere. Die Bio-Anbauverbände wie Naturland, Bioland und Demeter entsprechen der Haltungsform 4 Premium.</p>
	<p>Mit diesem Siegel wird nicht die Qualität ausgezeichnet, sondern der Produktionsort, denn es geht in den Reihen um Folgendes:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Regionale Herkunft der wichtigsten Zutaten,</li> <li>2. Verarbeitungsorte,</li> <li>3. wie viel Prozent aller enthaltenen Hauptzutaten regionalen Ursprungs sind. (Aber: „Nebenzutaten“ können auch aus anderen Regionen bezogen werden.)</li> </ol>
	<p>Mit diesem Label können Veganer:innen und Vegetarier:innen schnell erkennen, ob tierische Bestandteile (z. B. Gelatine) oder Erzeugnisse (z. B. Milch) im Produkt seit der Ernte vorhanden sind. Dabei deckt das Siegel Lebensmittel, Kosmetik und Nonfood ab.</p>

Einige andere Bio-Siegel entsprechen nur der EG-Öko-Verordnung oder sind sogar noch schlechter. Der BUND schreibt es so: „Lebensmittel aus 'kontrolliertem Anbau': Das klingt gut und beruhigt das Gewissen. Doch wirklich gesunde Lebensmittel hat man damit nicht gekauft. Auch 'naturnah' oder 'integrierter Pflanzenanbau' sind ähnliche Bezeichnungen, die zum Kaufen animieren sollen, jedoch keinerlei ökologischen Nutzen haben. Der Grund, warum solche irreführenden Bezeichnungen so beliebt sind, ist einfach:

Diese Begriffe darf jeder verwenden, sie unterliegen keinen gesetzlichen Festlegungen. Wie genau der versprochene 'kontrollierte Anbau' also funktioniert, entscheidet die Hersteller:innen ganz allein. Genauso ist es beim 'integrierten Pflanzenanbau', einer Formulierung, die lediglich eine Selbstverpflichtung zum Pflanzenschutz suggeriert. Eine unabhängige Kontrolle ist bei solchen Bezeichnungen nicht vorgeschrieben. Deshalb: Vorsicht und Finger weg!“

## Nutri-Score

	<p>Gesünder einkaufen und besser essen ist jetzt ganz einfach – mit dem Nutri-Score. Die Kennzeichnung macht es möglich, den Nährwert von Lebensmitteln einer Produktkategorie auf einen Blick zu vergleichen und sorgt so für mehr Orientierung am Einkaufsregal.</p>
---	--

<b>A</b>	» Abo-Kiste..... 48ff	<b>F-G</b>	» Fairtrade .....6, 7, 36, 38, 51, 59
	» Anbauverbände ..... 52, 60ff		» FAIRteiler .....8, 34, 51
	» Automat..... 14 bis 16, 42		» Fairtrade-Stadt/Town .....6
	» Auszeichnung.....4, 6		» Faire Gemeinde .....4, 6
<b>B</b>			» Fleisch.....7, 15, 19, 30f, 48
» Bauernhöfe..... ab 13			» Futter(-mittel) .....28, 31, 60f
» Bienen(-produkte)..... ab 22			» Geflügel ..... 19, 31, 41
» Bioland ..... 15, 41, 52, 60, 62			» Gemüse ..... 7, 13-17, 19, 35, 41f, 47ff, 53ff
» Bio-Laden .....43			» Getreide ..... 7, 26ff
» Blumen.....15, 19, 42	<b>H-J</b>		
» Brauerei .....37	» Haltung .....32, 61, 62		
» Brot und Backwaren.....15f, 19	» Heimerdingen .....5, 8,19,		
<b>C-E</b>	» Herausgeber.....66		
» Café ..... 11, 28, 36f, 47	» Hirschlanden .....8, 15ff, 23, 31, 33ff, 38		
» Cidre .....21	» Hofladen .....12ff, 21, 41f, 52		
» Demeter.....52, 60, 62	» Honig/Imker .....11, 14, 19, 22ff, 27f		
» Dinkel.....27, 28	» Impressum .....66		
» Ditzingen ..... 8, 11, 15ff, 19, 21ff, 27ff, 36ff	» K		
» Eier.....7, 14 bis 17, 19, 27, 31, 41f	» (Land-)Karte.....8		
» Eis.....15, 42	» Kartoffeln .....14ff, 42, 54		
» Erdbeeren.....17, 57	» Käse .....15f, 19, 31		
» Essig.....29, 39	» Körperpflege .....47		

	» (Natur-)Kosmetik .....43, 47, 62	<b>L-O</b>	
	» Kräuter .....24, 42	» Legende .....7, 55	
	» Kürbis.....15, 54	» Lieferservice .....48	
		» Marmelade .....16, 42	
		» Mehl.....7, 15, 17, 26ff, 42	
		» Metzgereien ..... 30f	
		» Milch und Milchprodukte .....7, 15f, 41f, 62	
		» Mühlen(-laden) ..... 26ff, 37	
		» Naturkostläden ..... 43f	
		» Naturland.....16, 60f	
		» NoCAP-Tomatenprodukte.....33	
		» Nudeln.....15, 27, 42, 47f	
		» Obst .....7, 14ff, 19, 20, 35, 41f, 52, 57	
		» Öl .....7, 27, 29	
		<b>P-R</b>	
		» Pflanzen .....19, 42, 63	
		» Plastikfrei .....47, 53	
		» Puten.....41	
		» Regional.....4, 7, 12ff, 21, 38, 50ff, 62	
		» Restaurants..... 36f	

<b>S-U</b>	» Saft..... 14, 17, 21, 41
	» Saisonal .....15, 16, 42, 50ff
	» Saisonkalender..... 54ff
	» (eigene) Schlachtung .....15, 31, 62
	» Siegel..... 51ff, 58ff
	» Streuobst .....20
	» Supermarkt.....38
	» Symbole.....7
	» Teigwaren .....28, 31
	» Tierhaltung.....61
	» Tierschutz .....62
	» Tipps.....39, 45
	» Unverpackt .....45, 46f, 52
<b>V-Z</b>	
	» Vegan/Vegetarisch .....62
	» Wasch-/ Reinigungsmittel ..... 46f
	» Weihnachtsbäume .....42
	» Weltladen ..... 10f
	» Wein.....14
	» Wochenmarkt.....18
	» Wurst.....7, 15, 16, 19, 27, 31, 41, 46

Die Angaben in diesem Adressverzeichnis sind von den Autor:innen sorgfältig recherchiert und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Autor:innen bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen. Sämtliche Teile des Werkes sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne die schriftliche Zustimmung des Verlages und der Autoren unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Erscheinungsjahr: 2022

### Herausgeber

Stadt Ditzingen  
Elvira-Eva Sonntag  
Am Laien 1  
71254 Ditzingen  
07156-164131  
sonntag@ditzingen.de  
www.ditzingen.de

### Verantwortlich für den Inhalt

Katholische Kirche Hirschlanden  
Zur Heiligsten Dreifaltigkeit  
„Arbeitskreis Nachhaltigkeit“  
Schwabstr. 15  
71254 Ditzingen-Hirschlanden  
07156-34739  
presse@kath-kirche-hirschlanden.de  
www.kath-kirche-hirschlanden.de

### Satz und Gestaltung

designschaf  
Verena Jilg  
Siemensstraße 8  
71299 Wimsheim  
01573-8384515  
designschaf@gmail.com  
www.designschaf.de

### Druck

1. Auflage – 2500 Stück im November 2022  
WIRmachenDRUCK, Backnang  
klimaneutral auf Recyclingpapier mit Blauer Engel und FSC-Zertifikat gedruckt



### Bildlizenzen

Bildrechte liegt bei den Verantwortlichen bzw. den Fotografen:

- » Titelbild: Skön Communication bei Unsplash.com
- » Seite 5: Markus Spiske bei Unsplash.com
- » Seite 6: Kath. Kirche Hirschlanden und Stadt Ditzingen
- » Seite 11: Privat
- » Seite 13: congerdesign bei Pixabay.com
- » Seite 14-16: Privat
- » Seite 17: www.erdbeeren-stueckel.de
- » Seite 19: Plexels bei Pixabay.com
- » Seite 21: www.naturcidre.de und www.bayer-saft.de
- » Seite 23, 24: www.niebergall.info, www.imkerei-heinen.business.site, www.imkerei-schaeuffele.de, www.strohgaeuimkerei.de
- » Seite 26: congerdesign bei Pixabay.com und andreas160578 bei Pixabay.com
- » Seite 27-29: Privat
- » Seite 30: matildanilsson bei Pixabay.com
- » Seite 31, 33: Privat
- » Seite 35: www.zugut fuer dietonne.de
- » Seite 36, 37: Privat
- » Seite 39: kaboompics bei Pixabay.com
- » Seite 41, 42: Privat
- » Seite 43, 44: www.organix-biomarkt.de, www.naturata-gerlingen.de, Bio-Baeder bei Facebook.com, www.naturgut.net, www.derbiomarkt.de, www.biomarkt.de
- » Seite 47: www.unverpackt-renningen.de und www.ohneplapla.de
- » Seite 49: www.bioforf-braun.de, Bio-Baeder bei Facebook.com, www.mercedes-benz.de
- » Siegel aus öffentlich zugänglichen Quellen
- » Seite 63: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft
- » Seite 68: Kath. Kirche Hirschlanden und Stadt Ditzingen

## Fair Einkaufen – eine Kooperation von:



**STADT  
DITZINGEN**

... mehr als nur eine Stadt

&



Katholische Kirche Hirschlanden