



DAS JA! BÜCHLEIN

mit unserem höchsten Bio-Wissen.



*So kinderleicht
geht Klimaschutz*

Gib's bei: **BILLA + BILLA PLUS** **ADEG** **Sutterlüty**
NEIN. LAUSCHERHART.

KLIMASCHUTZ BEGINNT SCHON AUF DEM KINDERTELLER.

GEHEN WIR DER SACHE AUF DEN GRUND.

Besser gesagt auf den Boden. Dort, wo alles wächst, was auf unseren Teller kommt. Von einem gesunden Bio-Boden leben nicht nur wir, sondern jede Menge andere Lebewesen.

*Im Boden leben neben Maulwurf und Co., neben Regenwürmern und Insekten auch **Millionen kleiner Helferlein** – mikroskopisch kleine Lebewesen, die aus Kompost Humus machen. Und der ist **voller Nährstoffe**, die gesunde Pflanzen zum Wachsen brauchen.*

Die guten Bio-Kartoffeln für die Pommes, süße Bio-Erdbeeren, das Gras für unsere Kühe, die Bäume mit den guten Topaz-Äpfeln. Da haben wir schon den klimatischen Zusammenhang zwischen einem lebendigen Bio-Boden und lebenswichtigem Erdbereich zum Beispiel.



DU HAST SICHER SCHON VOM KLIMAFEINDLICHEN CO₂ GEHÖRT?

Ein gesunder Boden kann viel CO₂ speichern, wo es niemandem schadet. So kann es nicht in die Luft und damit in die Atmosphäre entweichen. Dort würde es sonst die Erderwärmung beschleunigen – und damit Katastrophen wie Waldbrände wegen Dürre und das Schmelzen der Eisberge verursachen.

Da ist uns doch ein Berg Bio-Erdbeereis, der auf unserem Teller schmilzt, lieber als ein schmelzender Eisberg in der Arktis, oder?

Ein gesunder Boden schützt uns auch vor Überschwemmungen.

Denn durch das Tunnelsystem der vielen Regenwürmer und Maulwürfe wirkt er **wie ein Schwamm**, der Regenwasser aufnimmt. So wird Regen nicht zum Sturzbach, sondern hat Zeit, im Boden zu versickern.

Und irgendwann – gefiltert von steinigere Bodenschichten – wird Regen sogar wieder zu Trinkwasser.



Gut zu wissen:

WER SCHAUT AUF UNSEREN GESUNDEN BODEN?

Wenn immer die gleichen Feldfrüchte auf einem Acker gepflanzt werden, nehmen sie immer mehr von den gleichen Nährstoffen aus dem Boden.

*Der arme Boden gerät aus dem natürlichen Gleichgewicht und ist zu ausgelaugt, um sich gegen Schädlinge zu wehren. Gift für den Boden und damit auch für die vielen Helferlein ist, wenn man dann **Kunstdünger** oder **Pestizide**, also **Spritzmittel**, einsetzt.*



*Hingegen sind viele **Bio-Spritzmittel** für den Bio-Boden aus **Zutaten**, die man theoretisch essen könnte.*



*Mit dem Rest vom Backpulver backen wir Bio-Keks-Schweinderl.
So einfach beginnt Klimaschutz auf dem Keksteller!*



DEM BODEN ZULIEBE VERZICHTEN UNSERE BIO-BAUERN UND -BÄUERINNEN SO ALLE DREI JAHRE AUF DIE ERNTE.

Indem sie zum Beispiel Klee anbauen, der gar nicht geerntet, sondern eingeeckert wird. So geben sie dem Boden wieder zurück, was zum Beispiel Kartoffeln oder Mais zum Wachsen gebraucht haben.

Und die Bodenhelferlein freuen sich über neuen **Kompost**, den sie wiederum zu **Humus** machen können. Das sorgt dann wieder für eine **gute Ernte**. Schon landen wir mit dem Klimaschutz wieder auf dem Teller.

Auch der **Bio-Boden** lebt von der **Abwechslung**.

Das heißt einfach, **der Bauer und die Bäuerin wechseln jedes Jahr ab, was sie anbauen**: mal Mais, mal Hafer, dann Kartoffeln oder Rüben. So bekommt jede Pflanze genug von den Nährstoffen, die sie am meisten braucht.

Und das **hält auch Schädlinge fern**, die nämlich gern nur eine bestimmte Pflanzensorte mögen. Pechnelke gehabt.



MUSIK IN DEN OHREN DER KLIMASCHÜTZER:INNEN.

Wenn diverse Arten von Insekten und Tieren summen und brummen, kreichchen und fleuchen – dann sprechen wir von Bio-Diversität. Sie ist ein Zeichen dafür, dass unsere Bio-Welt noch in Ordnung ist.

Bio liebt die Vielfalt. Nicht nur auf dem Teller, sondern auch in der Natur. Da muss man halt manchmal Geduld haben und warten, bis diverse Blumen und Kräuter ihre Samen austreuen, damit sie auch nächstes Jahr wieder aufblühen.



PIEPIEP
FLÖTFLÖT



ZIRP
ZIRP

Insekten und Schmetterlinge sind ganz schön heikel. Jede und jeder liebt eine andere Pflanze. Also je mehr Pflanzenarten, desto mehr Insektenarten. Je mehr Insektenarten, desto mehr Futter für mehr Vogelarten. **Logisch. Biologisch!**

Wusstest du, dass Hummeln die Blüten von Tomaten lieben? Und dass es kaum mehr Wiedehopfe gibt, weil ihre Käferliebingssspeise vom Feld verschwunden ist?



Unsere Bio-Bauern und -Bäuerinnen düngen lieber mit Stallmist als mit Kunstdünger. Der wiederum ist die Lieblingssspeise des Lieblingskäfers vom Wiedehopf.

ÄCHZ
STÖHN
KEUCH

Wenn du das Klima schützen willst,

ISS, WAS AUCH DEM KLIMA SCHMECKT.

*- Iss mehr Bio. Da kannst du sicher sein, dass die Bio-Bauern und -Bäuerinnen alles tun, **damit der Boden gesund bleibt**. Und damit das, was auf deinen Teller kommt, nicht auf Kosten der Natur und des Klimas produziert wird.*

*- Iss lieber Obst und Gemüse, das bei uns gerade reif ist. Was von unseren Bio-Bauern und -Bäuerinnen aus der Nähe kommt, ist bio und regional. Genial. **Transportwege sparen heißt** auch immer **CO₂ einsparen**. Und was grad reif ist, schmeckt ohnehin am besten.*

- Iss weniger Fleisch, und wenn, dann von Tieren aus heimischer Bio-Landwirtschaft.

*Da kannst du sicher sein, dass die Tiere ein gutes Leben in Freiheit hatten. Und dass für den Anbau ihres Futters keine Regenwälder Platz machen mussten. Betrachten wir unsere Weidejungrinder. **Die genießen das Gras auf den Biowiesen und Almen**, davon haben wir in Österreich reichlich. Wir dürfen dafür mit gutem Gewissen ein Bio-Schnitzel genießen.*



KLIMAFEIND NUMERO 1: DIE MÜLLTonne.

Wusstest du, dass wir 1/3 unserer Nahrungsmittel in den Müll werfen, obwohl sie noch gut sind?



Dabei halten die meisten Lebensmittel länger als drauf steht.

Man braucht nur den richtigen Riecher, um zu wissen, ob zum Beispiel die Milch noch gut ist.

Denk an die Mühe unserer Kühe! Die wären schön sauer.

So läuft Klimaschutz nach Plan: WAS ESSEN WIR DIESE WOCHE?

Setz dich mit deiner Familie zusammen und macht gemeinsam einen Plan, was ihr die ganze nächste Woche essen wollt. Jeder darf einen Tag bestimmen. Schreibt dann eine Einkaufsliste und kauft nur das ein, was ihr dazu braucht.

So vermeidet man, dass gute Nahrungsmittel weggeworfen werden. Wenn nach dem Essen doch noch etwas überbleibt, kannst du aus den Restln wieder etwas Neues kochen.



ALLES GECHECKT, KLIMAFREUND:INNEN?



- Verpackung sparen und Müll trennen*
- Fahr öfter mit dem Fahrrad und den Öffis*
- Wirf nicht weg, was man noch verkochen kann*
- Gemüse kann man auch panieren, es muss nicht immer Schnitzel sein*
- Mach's wie wir: Spar Plastik ein, wo es geht*
- Achte auf palmölfreie Naschereien*

Herausgeber:

Ja! Natürlich Naturprodukte GmbH
Postfach 2000, 2355 Wiener Neudorf

Hersteller:

Print Alliance HAV Produktions GmbH
Druckhausstraße 1, 2540 Bad Vöslau

