

Der kleine Helfer für unterwegs

Für den täglichen Einkauf im Supermarkt und die selteneren Anschaffungen in Baumarkt, Möbelhaus & Co. haben wir hier für Sie die Siegel aus dem Nachhaltigen Warenkorb in einer kleinen Übersicht zusammengestellt. Einfach ausschneiden, zusammenklappen und mitnehmen! Jede Übersicht gibt es gleich zwei Mal – für alle Fälle und zum Weitergeben.



(N) Der tägliche Einkauf

	Lebensmittel Ohne Gentechnik		Bio-Siegel
	FairTrade		EU-Label Ökologischer Landbau

	Lebensmittel Bioland		Demeter
	Naturland		Gäa e. V. ökologischer Landbau

	Biopark		EcoVin
	Neuland		Marine Stewardship Council (MSC)



(N) Der tägliche Einkauf

	Lebensmittel Ohne Gentechnik		Bio-Siegel
	FairTrade		EU-Label Ökologischer Landbau

	Lebensmittel Bioland		Demeter
	Naturland		Gäa e. V. ökologischer Landbau

	Biopark		EcoVin
	Neuland		Marine Stewardship Council (MSC)



(N) Seltene und große Anschaffungen

	Fernsehen, Computer & Co. Der Blaue Engel		TCO-Zeichen
	Europäisches Umweltzeichen		Energy Star

	Reisen Viabono		Biohotels
	Europäisches Umweltzeichen		cdm Gold Standard

	Renovieren Der Blaue Engel		Natureplus
	Europäisches Umweltzeichen		eco-Institut



(N) Seltene und große Anschaffungen

	Fernsehen, Computer & Co. Der Blaue Engel		TCO-Zeichen
	Europäisches Umweltzeichen		Energy Star

	Reisen Viabono		Biohotels
	Europäisches Umweltzeichen		cdm Gold Standard

	Renovieren Der Blaue Engel		Natureplus
	Europäisches Umweltzeichen		eco-Institut

	Lebensmittel
Rainforest Alliance	
	Biokreis
	Ökoqualität garantiert
	Waschen & Reinigen
Nachhaltiges Waschen u. Reinigen	

	Kosmetik
BDIH Kontrollierte Naturkosmetik	
	NaTrue
	Textilien
IVN Naturtextil	
	IVN Naturleder

	Textilien
Global Organic Textile Standard	
	Textiles Vertrauen
	Europäisches Umweltzeichen
	Nützliche Dinge
Der Blaue Engel	

	Forest Stewardship Council
	Programme for the Endorsement of Forest Certification Schemes
	Europäisches Energielabel
	Flower Label Program

	Lebensmittel
Rainforest Alliance	
	Biokreis
	Ökoqualität garantiert
	Waschen & Reinigen
Nachhaltiges Waschen u. Reinigen	

	Kosmetik
BDIH Kontrollierte Naturkosmetik	
	NaTrue
	Textilien
IVN Naturtextil	
	IVN Naturleder

	Textilien
Global Organic Textile Standard	
	Textiles Vertrauen
	Europäisches Umweltzeichen
	Nützliche Dinge
Der Blaue Engel	

	Forest Stewardship Council
	Programme for the Endorsement of Forest Certification Schemes
	Europäisches Energielabel
	Flower Label Program

	Renovieren
Forest Stewardship Council	
	Programme for the Endorsement of Forest Certification Schemes
	Naturland
	GUT-Signet

	Einrichten
Der Blaue Engel	
	Europäisches Umweltzeichen
	ÖkoControl
	Programme for the Endorsement of Forest Certification Schemes

	Einrichten
Forest Stewardship Council	
	Naturland
	eco-Institut
	Goodweave

	Ökostrom
Grüner Strom Label	
	EnergieVision ok Power
	TÜV (EE01, EE02, UE01, UE02)
	Haushaltsgeräte
Europäisches Energielabel	

	Renovieren
Forest Stewardship Council	
	Programme for the Endorsement of Forest Certification Schemes
	Naturland
	GUT-Signet

	Einrichten
Der Blaue Engel	
	Europäisches Umweltzeichen
	ÖkoControl
	Programme for the Endorsement of Forest Certification Schemes

	Einrichten
Forest Stewardship Council	
	Naturland
	eco-Institut
	Goodweave

	Ökostrom
Grüner Strom Label	
	EnergieVision ok Power
	TÜV (EE01, EE02, UE01, UE02)
	Haushaltsgeräte
Europäisches Energielabel	

Der Saisonkalender Obst und Gemüse

Die beste Wahl sind Lebensmittel, die sich durch drei Eigenschaften auf einmal auszeichnen: bio, regional und saisonal. Achten Sie darauf, dass mindestens einer der drei Aspekte erfüllt ist. Beim Obst- und Gemüseeinkauf ist die Jahreszeit besonders wichtig. Frisch geerntet sind Obst und Gemüse geschmacksintensiver und besonders günstig. Der Saisonkalender gibt Ihnen Auskunft darüber, welches Obst und Gemüse Sie in welchem Zeitraum besonders frisch genießen können.



Lust auf knackiges Gemüse?



Lust auf saftiges Obst?

Saisonkalender für Gemüsesorten

	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Auberginen												
Blumenkohl												
Broccoli												
Champignons												
Chicorée												
Chinakohl												
Dicke Bohnen												
Erbsen, grün												
Fenchel												
Grünkohl												
Kartoffeln												
Kohlrabi												
Kürbis												
Mangold												
Möhren												
Paprika												
Porree/Lauch												
Radieschen												
Spinat												
Tomaten												
Zucchini												

- Haupterntezeit
- großes Angebot
- steigendes/
fallendes Angebot
- geringes Angebot

Saisonkalender für Obstsorten

	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Äpfel												
Apfelsinen												
Aprikosen												
Birnen												
Brombeeren												
Erdbeeren												
Eskastanien												
Haselnüsse												
Heidelbeeren												
Himbeeren												
Holunderbeeren												
Johannisbeeren												
Kirschen, süß												
Kirschen, sauer												
Mandarinen												
Mirabellen												
Pfirsiche, Nektarinen												
Pflaumen												
Preiselbeeren												
Quitten												
Rhabarber												
Stachelbeeren												
Walnüsse												
Wassermelonen												
Weintrauben												

- Haupterntezeit
- großes Angebot
- steigendes/
fallendes Angebot
- geringes Angebot