



100 % BIO – JA, ES GEHT!

DIE GRÜNE BIO-AKTIONSWOCHE

8. bis 13. Oktober 2012

FAQ

100% BIO, JA ES GEHT!

Die Grüne Bio-Aktionswoche: 8. – 13.10. 2102
FAQ



100 % BIO – JA, ES GEHT!

Die Grünen kämpfen seit über 25 Jahren für eine saubere Umwelt und den Erhalt unserer natürlichen Lebensgrundlagen. Das Thema Ernährung spielt dabei für Viele eine zentrale Rolle.

Immer wieder werden bei Tests gesundheitsbedenkliche Pestizid-Belastungen bei Obst und Gemüse wie z.B. Paprika, Kopfsalat, Paradeiser, Gurken und Lauch gemessen. Die Chemie in unserem Essen ist nicht nur schlecht für die Umwelt (z.B. Vergiftung des Trinkwassers), sondern kann auch eine Reihe von Krankheiten verursachen, wie Studien belegen. Kinder sind besonders gefährdet. Gentechnisch veränderte Produkte sind ein weiteres Risiko für unsere Kleinsten. Durch den Einsatz von Gentechnik-Futtermitteln ist konventionelles Fleisch nicht gentechnikfrei produziert. Das wollen wir nicht auf dem Teller.

Kinder brauchen eine ausgewogene und gesunde Ernährung. Der Organismus von Kindern reagiert besonders empfindlich auf giftige Stoffe. Bereits 24 Prozent der Schulkinder sind übergewichtig, Tendenz steigend. Im Kindergarten wird die Basis für eine gesunde Ernährung gelegt. Damit unsere Kleinsten die besten Chancen für einen guten Start ins Leben haben.

BIO is(s)t gesünder!

Bei BIO-Lebensmittel ist der Einsatz von chemisch-synthetischen Pestiziden verboten. BIO bedeutet daher um ein Vielfaches weniger an Giftstoffen in unserem Essen. Und: BIO ist gesünder, weil mehr an vielen wertvolle Inhaltsstoffen drinnen sind. Eine ausgewogene Ernährung mit BIO-Lebensmitteln senkt bei Kindern das Risiko, Allergien zu entwickeln. Bei BIO gilt der Grundsatz: was nicht notwendig ist, kommt auch nicht rein. In konventionellen Lebensmitteln sind über 400 Zusatzstoffe erlaubt, ein Teil davon kann Allergien auslösen und bei Kindern Hyperaktivität verursachen. BIO-Lebensmitteln dürfen nur ca. 40 Zusatzstoffe hinzugefügt werden.

BIO = Umweltschutz

Jede Art der Landbewirtschaftung hat Auswirkungen auf die natürlichen Ressourcen. BIO-Landbaus beeinträchtigt diese jedoch weit weniger als der konventionelle Landbau. Bio kann positiv wirken: Der BIO-Landbau führt zu einer höheren biologischen Aktivität im Boden, erhält das Bodengefüge und verringert Bodenverluste. Die gesteigerte Wasserspeicherkapazität des Bodens trägt zum Schutz vor Hochwasser bei. Ausgeglichene Nährstoffbilanzen reduzieren die Versauerung der Böden und den Eintrag von Nährstoffen in die Gewässer.

BIO = Klimaschutz

Der BIO-Landbau ist gegenüber der konventionellen Landwirtschaft eindeutig klimaschonender.

IST BIO WIRKLICH BESSER UND GESÜNDER?

Ja. In letzter Zeit kursieren zwar in verschiedenen Medien gegenteilige Behauptungen über Ökolandbau und Biolebensmittel, diese halten aber einer näheren Analyse nicht Stand und stellen sich als halbwahr, verdreht oder schlichtweg falsch heraus. Jüngster Fall war die Berichterstattung über eine Meta-Studie der Universität Stanford. „Bio-Lebensmittel bringen gesundheitlich kaum etwas“, „Biolebensmittel sind kaum gesünder“, konnte man den Medien entnehmen. Wenn man sich diese Studie genauer ansieht, hätte es heißen müssen: „Studien zeigen Bio ist besser.“ Denn aus der Studie geht hervor, dass Bio-Lebensmittel einen höheren Phosphorgehalt, bei Milch einen höheren Omega-3-Fettgehalt, weniger Pestizide und bei Bio-Hühnern und Schweinen weniger antibiotikaresistente Bakterien beinhalten. Fazit: Wer BIO isst, isst besser und gesünder.

Weniger Pestizide und Nitrate

Pflanzliche Bioprodukte enthalten deutlich weniger Pestizide und Nitrate. Sie sind, was Schimmeligkeits- und Krankheitserreger angeht, ebenso sicher wie konventionelle Produkte. Im letzten Rückstandsmonitoring-Bericht des Gesundheitsministeriums haben 62 Prozent der konventionellen Gemüse- und Obstproben Pestizide enthalten, bei österreichischem Obst- und Gemüse waren es 33 Prozent. Bei österreichischen Bio-Produkten wurde keine einzige Pestizid-Kontamination festgestellt.

Bioprodukte weisen höhere Gehalte an gesundheitsfördernden sekundären Pflanzeninhaltsstoffen auf und tendenziell auch höhere Mengen an Vitamin C. Sekundären Pflanzenstoffe können das Immunsystem stärken, den Körper vor freien Radikalen schützen, Krankheitserreger abtöten und vieles mehr. Das BIO hier besser ist, belegen zahlreiche Studien, beispielsweise aus dem europäischen Forschungsprogramm QLIF. Biologisch angebaute Lebensmittel haben häufig höhere Werte bei den sekundären Pflanzeninhaltsstoffen wie Polyphenole, Flavonoide und Fettsäuren¹. Eine mehrjährige Schweizer Apfelstudie, wo Golden Delicious von fünf benachbarten Betriebspaaren (jeweils Biobetrieb und IP-Betrieb) miteinander verglichen wurden, kommt auch zu positiven Ergebnissen für die Bio-Produktion². In den biologisch erzeugten Golden Delicious wurden erhöhte Gehalte von Flavonoiden festgestellt. Flavonoide senken das Risiko für bestimmte Krebserkrankungen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sind entzündungshemmend und haben positiven Einfluss auf kognitive Fähigkeiten.

Mehr fettlösliche Vitamine, mehr ungesättigte Fettsäuren

Eine Untersuchung aus 2007 mit Tausenden von Milchproben aus fünf europäischen Regionen (ebenfalls im Rahmen des EU-Forschungsprogramms QLIF) ergab: Biomilch enthält 15 bis 80 Prozent mehr fettlösliche Vitamine A und E sowie 40 bis 90 Prozent mehr an mehrfach

¹ http://www.organic-center.org/reportfiles/Antioxidant_SSR.pdf.

² <http://orgprints.org/866/>

100% BIO, JA ES GEHT!

Die Grüne Bio-Aktionswoche: 8. – 13.10. 2102

FAQ



ungesättigten Fettsäuren wie Omega 3-Fettsäuren und konjugierte Linolsäure (CLA)³. Es gibt vielfältige Belege über die gesundheitsfördernde Wirkung von Omega-3-Fettsäuren und konjugierten Linolsäuren im menschlichen Organismus. Omega-3-Fettsäuren senken unter anderem die Neutralfettblutwerte und haben eine entzündungshemmende Wirkung bei chronisch entzündlichen Erkrankungen. CLA wirkt krebshemmend und senkt die LDL-Cholesterin-Werte. Zusätzlich leiden Kleinkinder, die Biomilch statt konventioneller trinken, seltener an allergischen Hauterkrankungen⁴.

Höherer Gesundheitswert und weniger wertmindernde Inhaltsstoffe

BIO verzichtet weitgehend auf künstliche Farbstoffe, Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker und viele andere problematische Zusätze. Dadurch verringert sich das Risiko von Unverträglichkeiten wie Pseudoallergien (also Unverträglichkeitsreaktionen, die in ihrer Symptomatik stark einer klassischen allergischen Reaktion ähnelt). Für die Herstellung von Biolebensmitteln sind nach EU-Öko-Verordnung nur ein Zehntel der in konventionellen Produkten erlaubten Zusatzstoffe zugelassen. Die Richtlinien der Bio-Verbände beschränken deren Einsatz noch stärker.

WENN BIO DRAUFSTEHT IST DANN AUCH BIO DRIN?

Das Kontrollsystem für Produzenten von Bio-Lebensmitteln ist eines der dichtesten und wirksamsten im gesamten Lebensmittelbereich. Bio-Bauern und Lebensmittelhersteller werden europaweit nach einem einheitlichen gesetzlichen Standard mindestens einmal jährlich streng kontrolliert. Erzeugungs- und Verarbeitungsprozesse und alle für das Bio-Produkt verwendeten Rohstoffe, Zutaten und Hilfsmittel werden bei den Kontrollen über alle Stufen auf ihre Zulässigkeit in Bio-Lebensmitteln geprüft. Mindestens einmal jährlich wird jedes Unternehmen daraufhin umfassend kontrolliert; diese Kontrolle erfolgt in der Regel angemeldet. Zusätzlich werden bei mindestens 10 Prozent aller Unternehmen unangemeldete Stichprobenkontrollen durchgeführt. Die Auswahl dieser Unternehmen erfolgt nach festgelegten Risikokriterien.

IST BIO FORTSCHRITTSVERWEIGERUNG?

Der Biolandbau ist eine produktive, moderne, auf dem neuesten Stand der agronomischen, agrarökologischen und technischen Forschung basierende Landwirtschaftsmethode. Sie hat ihren Schwerpunkt im Gegensatz zur konventionellen Landwirtschaft nicht auf der Intervention (also: Pflanzenschutz, Zufuhr von synthetischen Düngern), sondern auf der Förderung der Bodenfruchtbarkeit, vorbeugenden Maßnahmen und der Herstellung eines ökologischen Gleichgewichts.

³ http://orgprints.org/10625/1/butler-et-al-2007-ProductionSystem_MilkQuality.pdf

⁴ <http://journals.cambridge.org/action/displayAbstract.jsessionid=CF48B2FDCA271FEE4E169B5DE362A34.tomcat1?fromPage=online&aid=1700496>

100% BIO, JA ES GEHT!

Die Grüne Bio-Aktionswoche: 8. – 13.10. 2102

FAQ



KANN SICH JEDE/R BIO LEISTEN?

BIO-Lebensmittel sind in der Regel teurer als konventionell erzeugte Lebensmittel. Vergleicht man allerdings die Preise von BIO-Lebensmitteln mit den Preisen von konventionellen Premium-Marken, dann ergeben sich nur geringe Unterschiede. Dass Bio meist teurer ist, liegt einerseits am höheren Aufwand ihrer Erzeugung, Verarbeitung und Verteilung. Andererseits herrscht bei konventionellen Lebensmitteln keine Kostenwahrheit. Das heißt, negative Umwelt-Effekte (wie z.B. Vergiftung des Grundwassers mit Pestiziden) werden bei der konventionellen Landwirtschaft nicht in den Preis der Produkte hineingerechnet. Öko-Lebensmittel schneiden hinsichtlich der umweltgerechten Erzeugung und Lebensmittelsicherheit deutlich besser ab.

Durch veränderte Ernährungsgewohnheiten kann zudem meist der Mehrpreis für BIO-Lebensmittel mehr als kompensiert werden. Eine fleischärmere Ernährung ist gut für die Gesundheit und auch für die Geldbörse. Wer Fertigprodukte meidet und seine Speisen vorwiegend selber zubereitet, der/die kann auch noch erhebliche Kosten einsparen.

Wenn BIO in die Kindergärten kommt, wird´s dann teurer?

Beispiele wie die Stadt Salzburg zeigen, dass eine Umstellung, wenn sie clever gemacht wird, keine zusätzlichen Kosten verursachen muss, sondern sogar noch Geld spart. Durch zentralen Einkauf für mehrere Institutionen (z.B. gemeinsam mit den städtischen Seniorenheimen) erspart sich die Stadt Salzburg jährlich sogar noch 30.000 Euro. Dort wo Mehrkosten durch die Umstellung entstehen, sollen Bund und Länder finanziell unterstützen. Gesundes Essen für unsere Kinder muss der Öffentlichen Hand etwas Wert sein.

Schütz BIO das Klima?

Im Bio-Landbau wird auf leicht lösliche Mineraldünger und chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel verzichtet und auf Kreislaufwirtschaft gesetzt. Das spart große Mengen an Treibhausgas-Emissionen.

Im Vergleich zur herkömmlichen Produktion fallen bei Bio-Geflügel und Bio-Freilandeiern bis zu 50 % und bei Bio-Gemüse bis zu 35 % weniger CO₂ an. Geachtet wird auch auf gute Bodenfruchtbarkeit und Humusaufbau, dadurch wird klimaschädliches CO₂ aus der Atmosphäre gebunden.

100% BIO, JA ES GEHT!

Die Grüne Bio-Aktionswoche: 8. – 13.10. 2102

FAQ



Wie viel BIO hat Österreich?

2011 gab es in Österreich laut „Grünem Bericht“ des Landwirtschaftsministeriums⁵ genau 22.058 Biobetriebe. Der Anteil der Biobetriebe an allen Betrieben lag bei 16,4 Prozent. Fast 20% unseres Ackerlandes (ca. 535.000 Hektar) werden bereits biologisch bewirtschaftet. Wir wollen noch mehr BIO auf unseren Feldern! Dazu schlagen wir Grüne einen Bio-Aktionsplan vor, um unsere Vorreiterrolle in dieser nachhaltigeren Form der Landwirtschaft innerhalb Europas auszubauen. Aber wir brauchen auch eine Nachfrage für unsere Öko-Produkte. Der öffentliche Sektor kann und soll hier unterstützen.

100 Prozent BIO – Ja, es geht!

⁵ http://www.gruenerbericht.at/cm2/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=498&Itemid= (Siehe ab Seite 54 im Bericht)