

13.09.21-19.09.21

1 WOCHE GILT: ISS, WAS UM DIE ECKE WÄCHST!







Liebe*r Teilnehmer*in der ersten (Bio)-Regio-Challenge in und um Hannover - wunderbar, dass Du dabei bist! Du machst die Challenge für Dich, aber Du bist dabei nicht alleine! Wir geben Dir hiermit ein Rundum-Sorglos-Paket an die Hand, das Dir hilft, die Challenge mit Leichtigkeit zu meistern und Dich mit Mitstreiter*innen zu vernetzen.

Du erhältst von uns auf den folgenden Seiten:

- die Spielregeln
- · einen Saisonkalender für September
- das Aktions-/Veranstaltungsprogramm
- Eine Liste mit Gastronomien, die in der Woche regional für Dich kochen.
- eine **Liste mit regionalen Einkaufstipps**. Sie ist natürlich nicht vollständig. Gerne kannst Du auch selber recherchieren und uns Deine Ergebnisse mitteilen.
- Filmtipps rund um zukunftsfähige Ernährung
- Zugang zu einer Telegram-Gruppe, in der Du Dich mit anderen Mitstreiter*innen vernetzen und Dich über Tipps und Tricks austauschen kannst ("Wer hat regionale Brötchen gefunden?" "In meinem Garten wachsen regionale Äpfel - wer mag, kann welche pflücken" etc.), wenn Du das willst. Scanne zum Beitritt einfach den QR-Code.

Wir sind gespannt, wie Du die Regio-Challenge erlebst, welche Erkenntnisse Du gewinnst und was herausfordernd war. Teile Deine Erfahrungen sehr gerne mit uns und anderen! Mit Nachbar*innen, Familie, Kolleg*innen und natürlich online: #bioregiochallenge #regiochallenge2021 #regiochallengehannover Oder schick uns Deine Bilder und schriftlichen Erfahrungsberichte auch einfach gerne klassisch per Mail zu. Die Idee der Regio-Challenge stammt von regio-challenge.de. Dort findest Du viel spannendes Material zum Thema Ernährungssouveränität.

Bei Fragen wende Dich immer an die Community - untereinander werdet Ihr Euch wunderbar helfen können! Wenn nicht, stehen wir Dir ebenfalls gerne zur Verfügung!

Das Team der Regio Challenge Hannover (Ökomodellregion Hannover (LHH), Region Hannover, Ernährungsrat Hannover und Region)

Mailadresse: hannover@regiochallenge.de

Websites: www.hannover.de/regio-challenge

https://www.ernaehrungsrat-hannover.de/aktionen/regio-challenge



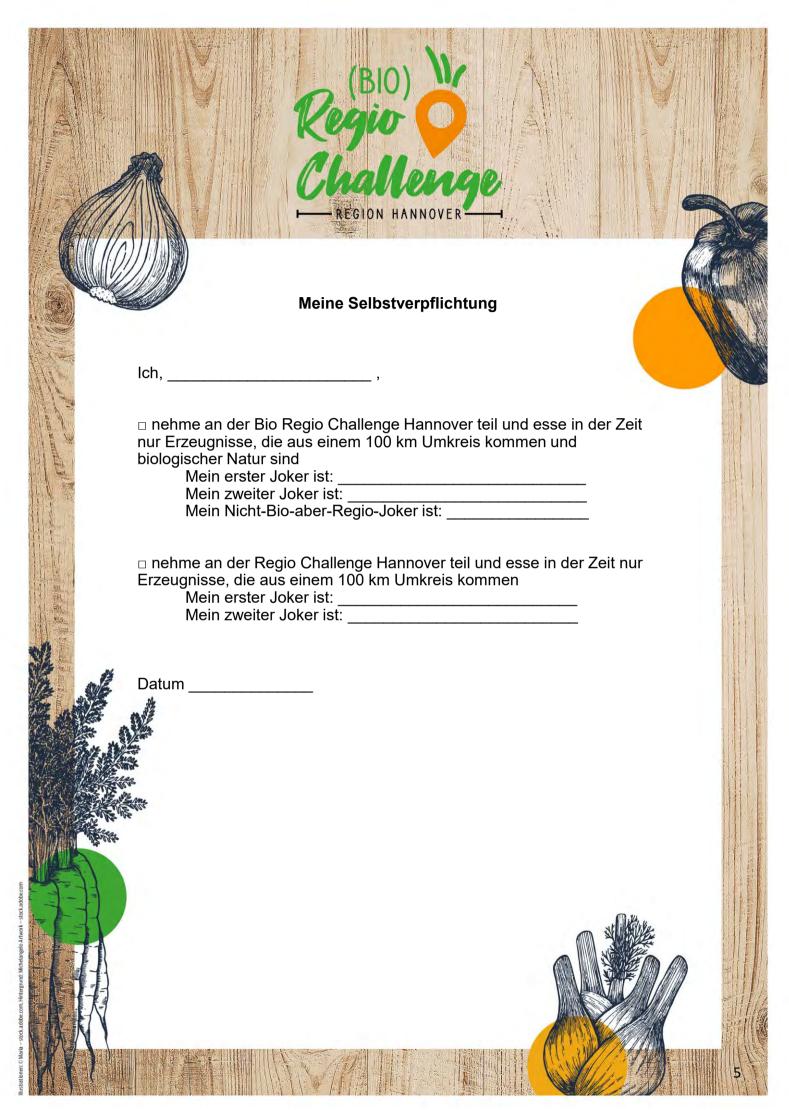
Inhaltsverzeichnis

Spielregeln	Seite 4
Selbstverpflichtung	Seite 5
Saisonkalender für September	Seite 6
Aktions-/Veranstaltungsprogramm	Seite 7
Gastronomien mit regionalem Angebot	Seite 25
Bauernmärkte in Hannover	Seite 26
Einkaufsführer	Seite 27
Filmtipps	Seite 36
Vernetzuna	Seite 38



mehr weggeworfen wird als nötig. Für die Bio-Regio-Challenge gibt es zusätzlich zu den Jokern einen "Nicht-Bio-aber-Regio-Joker: Diese Zutat sollte aus dem 100 km Umkreis kommen, muss aber nicht Bio sein.

Es ist leichter, sich an seine Ziele zu halten, wenn man sich sich selbst und anderen gegenüber verpflichtet. Deshalb Teile Deine Erfahrungen und tausche Dich aus! Mit Nachbar*innen, Familie, Kolleg*innen und natürlich online: #bioregiochallenge #regiochallenge2021 #regiochallengehannover





Saisonkalender Hannover & Umland September

Gemüse

- Auberginen
- Batavia
- Blumenkohl
- Bohnen
- Brokkoli
- Champignons
- Chinakohl
- Eichblattsalat
- Eissalat
- Endiviensalat
- Erbsen
- Fenchel
- Frühlingszwiebeln
- Gurken
- Kartoffeln
- Knoblauch
- Knollensellerie
- Kohlrabi
- Kopfsalat
- Kürbis
- Porree
- Lollo Rosso
- Möhren

- Mangold
- Paprika
- Pastinaken
- Radicchio
- Radieschen
- Rettich
- Romanasalat
- Rote Bete
- Rotkohl
- Steckrüben
- Spinat
- Spitzkohl
- Süßkartoffeln
- Tomaten
- Weißkohl
- Wirsing
- Zucchini
- Zuckermais
- Zwiebeln
- Rucola
- Staudensellerie
- Chilischoten
- Lauchzwiebeln
- Melonen

Kräuter

- Petersilie
- Thymian
- Basilikum
- Bohnenkraut

Obst

- Äpfel
- Birnen
- Brombeeren
- Goji
- Heidelbeeren
- Himbeeren
- Holunderbeeren
- Mirabellen
- Pflaumen
- Quitten
- Zwetschgen



Aktions- und Veranstaltungsprogramm – Übersicht

Freitag 10.9.

16.30-20.30 Olze kocht online - Kochworkshop Menü 1 (online)

Samstag 11.09.

13.00-15.00 Rittergut Evensen - Hofführung und Ölverköstigung (Neustadt)

Montag 13.09.

ab 15 Uhr <u>Hofrundfahrt über den Kampfelder Hof mit dem Fahrrad</u>

Hemmingen-Hiddestorf

Dienstag 14.09.

ab 15 Uhr Hofrundfahrt über den Kampfelder Hof mit dem Fahrrad

Hemmingen-Hiddestorf

16.30-20.30 Olze kocht online - Kochworkshop Menü 1 (online)

Mittwoch 15.09.

16.30-20.30 Olze kocht online - Kochworkshop Menü 2 (online)

17.00-19.00 Gemüse trifft Wildkräuter - Führung über Gut Adolphshof

Lehrte-Hämelerwald

13.30-14.30 Backwerk Verköstigung mit Vorstellung der Erzeuger*innen

(Hannover Südstadt)

Donnerstag 16.09.

16.00-17.00 Rundgang & Regio-Bio-Pick-Nick in der Gärtnerei Kiebitz (Sehnde)



Aktions- und Veranstaltungsprogramm – Übersicht

Freitag 17.09.

16.30-17.30 BAUERTOTHEPEOPLE - Erntedank mit Verkostung

Hannover, Nordstadt

ab 15 Uhr Hofrundfahrt über den Kampfelder Hof mit dem Fahrrad

Hemmingen-Hiddestorf

Samstag 18.09.

9.00-15.00 Hofführung und Flächenbuffet auf dem Kampfelder Hof

Hemmingen-Hiddestorf

13 Uhr Rittergut Evensen - Hofführung und Ölverkösitgung (Neustadt)

ab 15 Uhr Hofrundfahrt über den Kampfelder Hof mit dem Fahrrad

Hemmingen-Hiddestorf

15.00-19.00 Wildbeeren-Workshop mit 3-Gänge Menü (Sehnde-Bolzum)

19.00-21.15 Regionales Biertasting (online)

Sonntag 19.09.

10.00-13.00 Kartoffelernte mit Herz und Hand – Selbsternte-Aktion

Neustadt-Schneeren

11.00-13.00 Kürbisvielfalt und Feldrundgang durch die Selbsterntegärten

Gehrden-Ditterke

16-18 Uhr Abschlusspicknick mit Austausch & Vortrag von Maxine Morast

Hannover-Georgengarten (ggf. online)

Während der Woche

Mo-Sa 9.00-16.30 Regionales Gemüse – das geht das ganze Jahr

Hemmingen-Hiddestorf

jederzeit Klassen-Regio-Challenge mit Bauernmarkt-Picknick



Freitag, 10.09. & Dienstag, 14.09. & Mittwoch, 15.09.

16.30 Uhr bis 20.30 Uhr

Olze kocht online

Zuhause kochen, zusammen genießen – leckere Pflanzenküche einfach erklärt für alle Neugierigen, Foodies und Feinschmecker*innen

Ihr wollt euch der Regio-Challenge stellen und braucht noch gute Inspiration. Wir haben die Lösung und laden herzlich ein, zum kostenlosen Koch-Workshop mit anschließendem live Online-Dinner. Denn allein ist es eine Mahlzeit, zusammen ein Genuss!

Gekocht wird vegan und regional. Teilnehmen können alle, die Lust auf eine neue Erfahrung haben. Denn es steht weniger im Vordergrund, auf Fleisch und Co. zu verzichten. Vielmehr wird lecker gekocht, obwohl oder gerade weil ausschließlich pflanzliche Zutaten verwendet werden. Also, such Dir den passenden Termin aus und melde Dich an. Alle weiteren Infos zu den Rezepten und Zutaten erhältst du dann direkt.

Wir freuen uns auf Dich!

Ort: Online und die eigene Küche

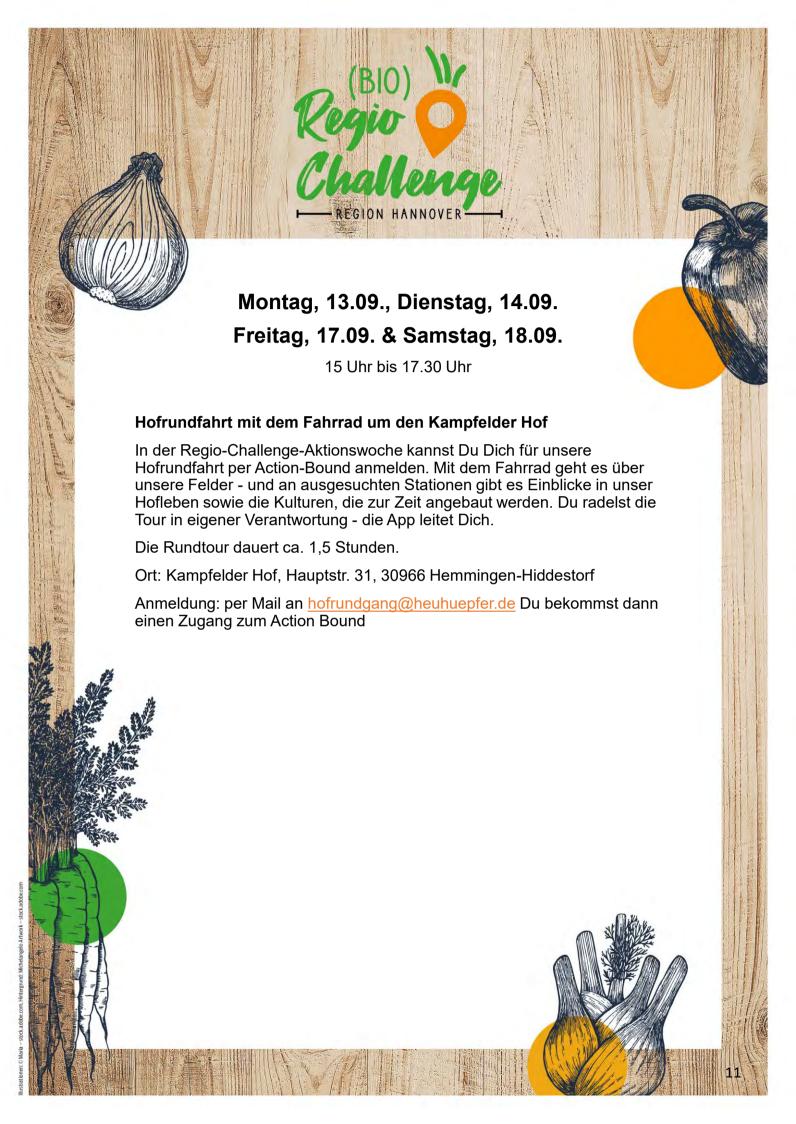
Das Video wird unter www.olzekocht.de am jeweiligen
Veranstaltungstag ca. um 16:30 Uhr in der Rubrik "Blog" hochgeladen.
Das live Online-Dinner beginnt um 18:30 Uhr, hierfür erhältst Du einen separaten Link und weitere Informationen per Mail.

Anmeldung: Telefon: 0511 16403-31

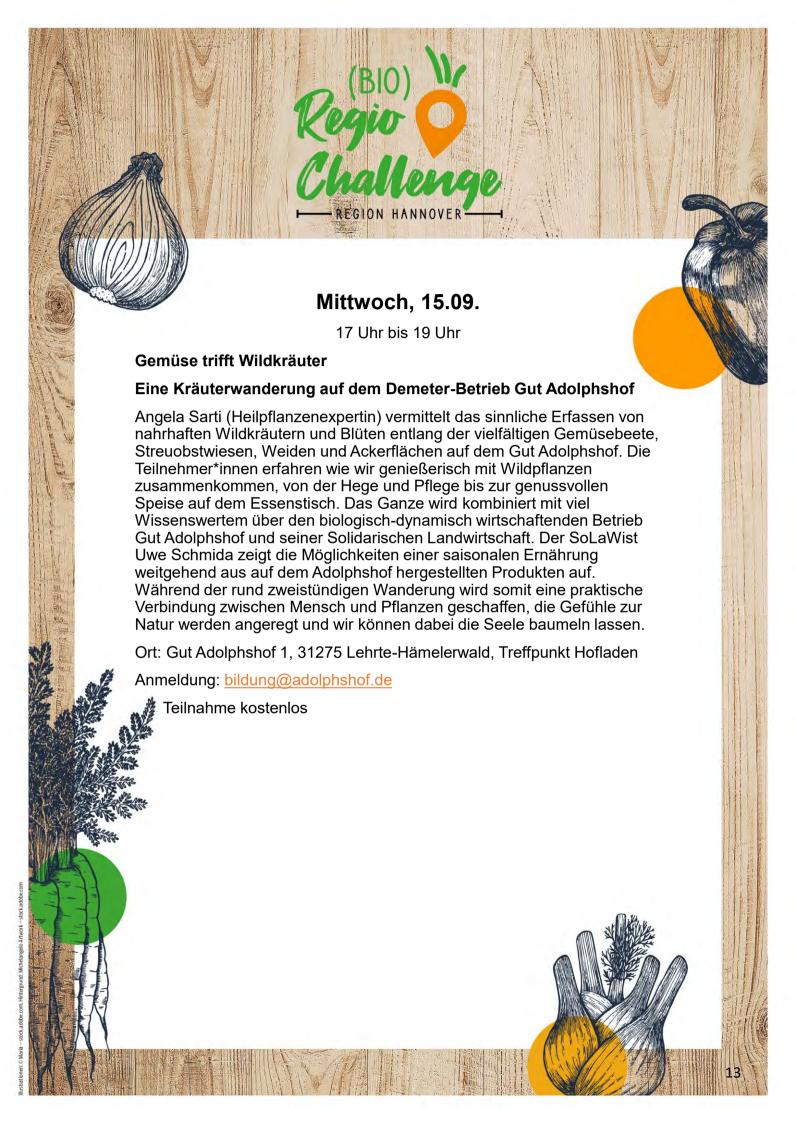
E-Mail: b.olze@umweltzentrum-hannover.de















16.30 Uhr bis 17.30 Uhr

Erntedankfest der Marktschwärmer

Wir laden Euch zu einer "Hofreise" zum kulinarischen Kennenlernen der Erzeuger und Produkte aus eigenem Handwerk im Innenhof vom Hafven des Makers & Coworking Space ein. Es gibt regionale Köstlichkeiten zum Probieren!

Die Erzeuger freuen sich, Euch persönlich mit ihrem Handwerk und Arbeitsweisen zu begeistern und als Kunden für regionale Produkte zu gewinnen. Lasst Euch begeistern und probiert die leckeren selbstgemachten Lebensmittel.

Freut Euch außerdem auch auf eine Tomaten-Rallye, mit Tombola und ein Willkommensgeschenk.

Seid neugierig, meldet euch an und kommt während der Abholzeiten der Marktschwärmereien von 16:30-17:30 vorbei. Wir Gastgeber und Erzeuger freuen uns auf Euch!

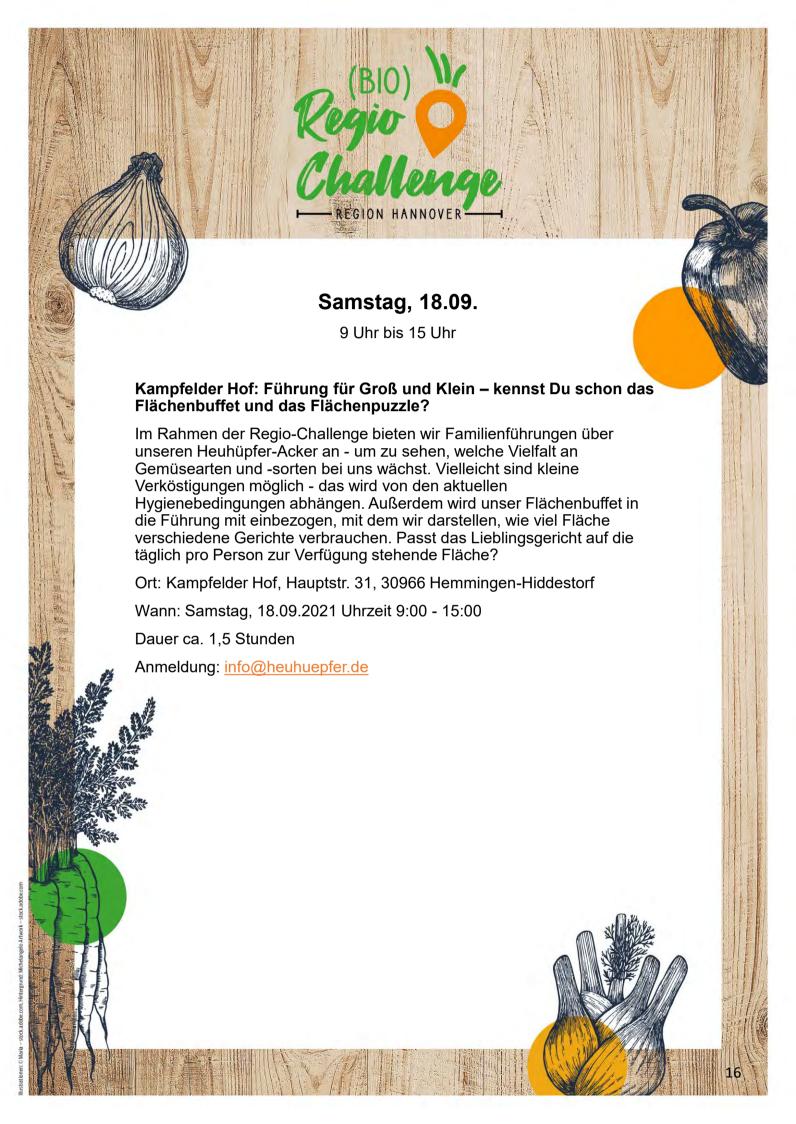
Ort:

Innenhof vom Hafven Coworking & Maker Space
Sandstraße 5
30167 Hannover

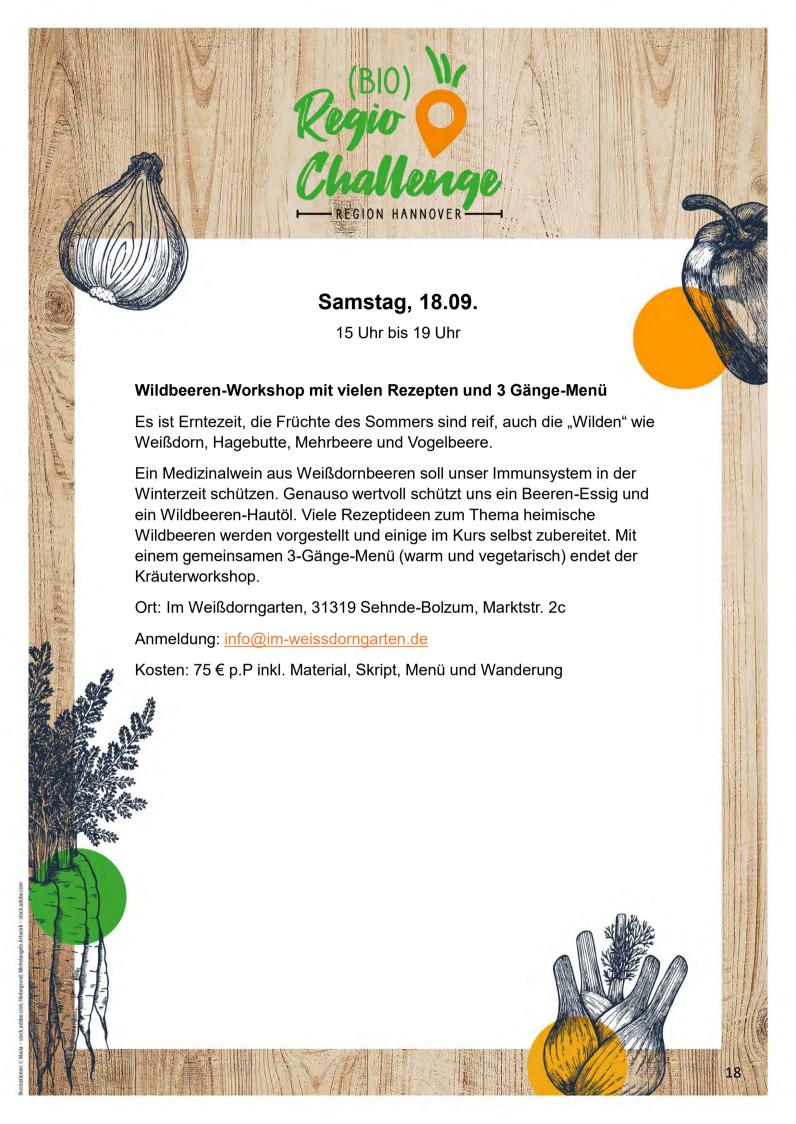
Dies ist eine kostenlose Veranstaltung, keine Anmeldung erforderlich.

Wer auch gleich Produkte der Marktschwärmer kaufen möchte, kann sich kostenfrei unter Marktschwaermer.de anmelden.











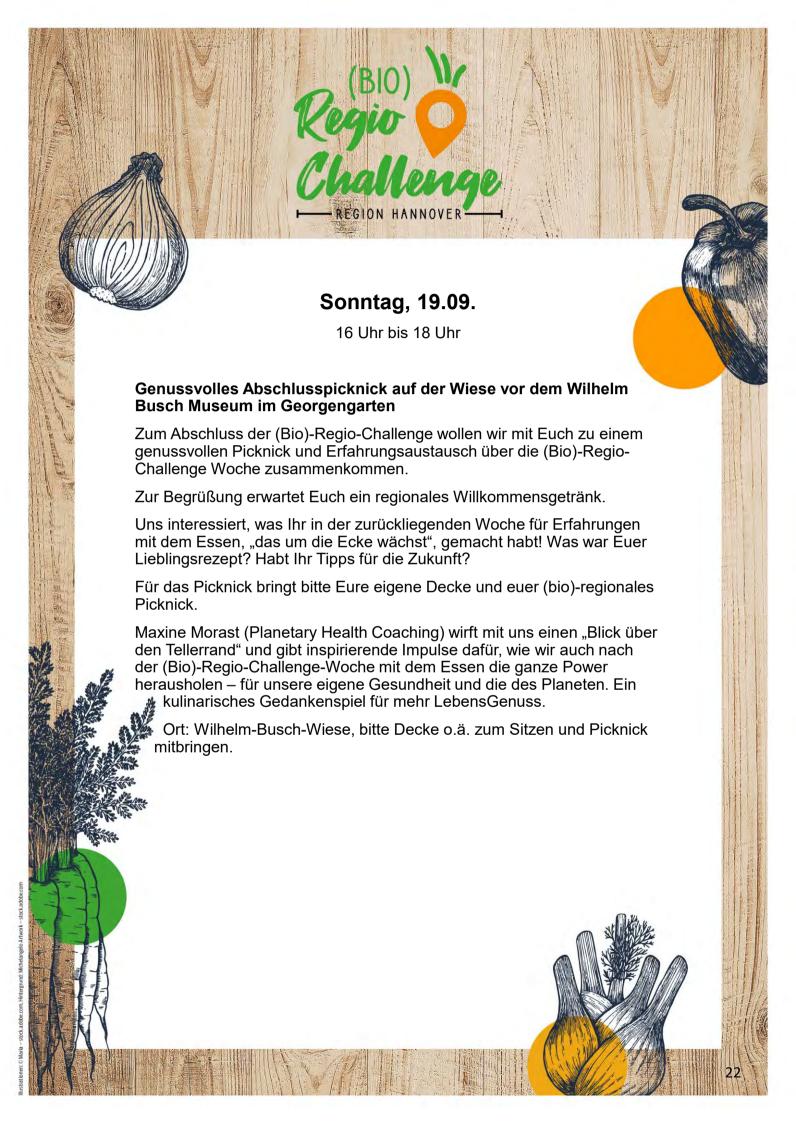
Ort: online

Kosten: 34,90 €

Anmeldung bei der Volkshochschule Hannover unter: https://www.vhs-hannover.de/kursprogramm/mensch-und-gesellschaft.html/kurs/549-C-16159637/t/regionales-biertasting-hannover-online









KLASSEN-REGIO-CHALLENGE MIT BAUERNMARKT-PICKNICK

IDEE

Durch eine Klassen-Regio-Challenge mit Bauernmarkt-Picknick lernen die Schüler*innen auf spielerische und genussvolle Weise, was eine nachhaltige und gesunde Ernährung ausmacht. Anhand unterschiedlicher Kriterien werden regionale Lebensmittel auf dem Bauernmarkt gekauft und ein gemeinsames Picknick veranstaltet. Der Gewinn für das beste Picknick besteht aus einer Hofführung über den Obsthof Hahne für die ganze Klasse! Das Bauernmarkt-Picknick ist eine Aktion im Rahmen der (Bio-)Regio-Challenge - Woche vom 13.09.-19.September. Sie sind jedoch in der zeitlichen Planung frei, wann Sie das Picknick durchführen möchten. Sie können also das ganze Zeitfenster von Ende der Sommerferien bis zum 19.September nutzen, um mit ihrer Klasse zu picknicken.

DURCHFÜHRUNG

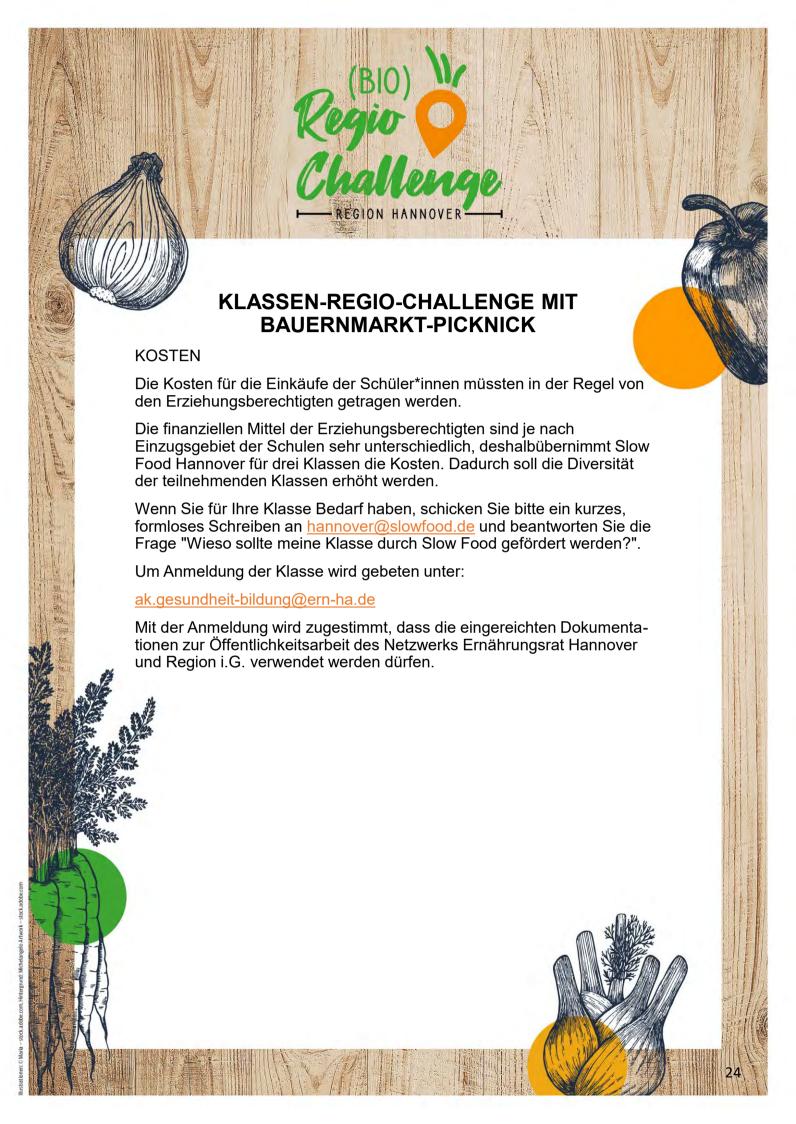
Die Schüler*innen bekommen je nach Altersgruppe entweder ein unterrichtsfreies Zeitfenster bzw. gehen gemeinsam mit der Lehrkraftwährend der Unterrichtszeit auf einen Bauernmarkt oder nutzen alternative Einkaufs-möglichkeiten für regionale Produkte.

Auf dem Bauernmarkt kaufen die Schüler*innen Lebensmittel für ein Picknick für die gesamte Klasse ein. Das Bauernmarkt-Picknick wird von der Klassegemeinsam gegessen und dokumentiert.

Die Klasse sendet die Dokumentation des Picknicks(z. B. Collage, Kurzfilm, Poster etc.) bis zum 19.09. ein. Anhand der vorab festgelegten Kriterien (z. B. Ausgewogenheit des Picknicks, Regionalität, Bio-Anteil, Biodiversität) werden Punkte vergeben und

somit die Gewinner*innen-Klasse gekürt. Die Gewinnerklasse bekommt eine Hofführung beim Obsthof Hahne geschenkt.









Teilnehmende Gastro-Betriebe

Damit ihr während der Challenge nicht aufs Essen gehen verzichten müsst, unterstützen diese Gastronomien euch die Woche mit regionalen Menüs. Außerdem haben sie für euch Rezepte bereitgestellt, die ihr unter hannover.de/regio-challenge findet.

Hotel Haase Am Thie 4, 30880 Laatzen 0511-820160 hotel-haase@hotel-haase.de	Öffnungszeiten Mo bis Sa 15:00 – 21:00	
Hotel-Restaurant Bullerdieck Bürgermeister-Wehrmann-Str. 2, 30826 Garbsen 05131 4580 info@bullerdieck.de www.bullerdieck.de	Di-Sa So	17:00 – 21:00 12:00 – 20:30
LieblingsBar Herrenhäuser Markt 5, 30419 Hannover 0511- 768 09 126 <u>MMauritz@LieblingsBar.de</u>	Mo – Do Fr & Sa So	12:00 - 00:00 12:00 - 01:00 12:00 - 23:00
Hoflokal im Erlebnis Zoo Hannover Adenauerallee 1, 30175 Hannover 0511 28074203 http://www.hoflokal.de/	Mo - Fr Sa & So	12:00 – 21:30 9:00 – 21:30
Werkhof Hannover-Nordstadt Schaufelder Straße 11, 30167 Hannover 0511 35356500 contact@werkhof-nordstadt.de	Mo-Fr Sa	11:00 – 23:00 17:00 – 23:00
Landhaus am Golfpark Hainhaus 24, 30855 Langenhagen 0511 728520 info@Landhaus-am-Golfpark.de www.landhaus-am-golfpark.de	Di-So	11:00 – 21:00
Restaurant der Gartensaal Trammplatz 2 30159 Hannover Tel: 0511 16848888 info@gartensaal-hannover.de www.gartensaal-hannover.de	Mo-So Ab 16.09 Mo-So	11:00 – 22:00 11:00 – 18:00



Bauernmärkte in Hannover

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
14 - 18 Uhr Ernst-August- Platz am Hauptbahnhof	14 - 18 Uhr Kantplatz Kleefeld	14 - 18 Uhr LeineCenter Laatzen	14 - 18 Uhr Marktkirche Hannover Mitte	14 - 18 Uhr Ernst-August- Platz am Hauptbahnhof	8 - 12:30 Uhr Rimpaustraße auf der Bult
	14 - 18 Uhr Fidelerplatz Döhren		14 - 18 Uhr Lutherkirche Nordstadt	8 - 13 Uhr Kleiner Hillen Kirchrode	8 - 13 Uhr Friedenskiche Zooviertel
				14 - 18 Uhr Sutelstraße Bothfeld	8 - 13 Uhr Moltkeplatz List
				14 - 18 Uhr Schmuckplatz Linden	

Einkaufen auf dem Bauernmarkt:

- Nur Bauernhöfe aus der Region dürfen ihre selbsterzeugten Produkte anbieten.
- Das Angebot an Obst und Gemüse ist jahreszeitlich angepasst- ganz nach saisonalem Angebot.
- Jeder Marktstand übernimmt die Garantie für einen lückenlosen Herkunftsnachweis.
- Bauernmärkte, die sich unter dem Bauernmarkt-Logo präsentieren, bieten größtmögliche Sicherheit für Qualität und Frische.
- Bauernmärkte leisten einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz, denn ihre Erzeugnisse sind ausschließlich aus der Region und haben dadurch keine langen Transportwege.
- Bauernmärkte bieten den direkten Kontakt zu den Erzeugern.
- Bauernmärkte, auf denen das Bauernmarkt-Logo zu sehen ist, arbeiten nach den Richtlinien der Landwirtschaftskammer Niedersachsen und werden regelmäßig überprüft.

Quelle der Informationen: https://bauernmarkt-hannover.de/

Weitere Informationen zum Bauernmarkt sind auch hier einsehbar: <a href="https://www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Freizeit-Sport/Shopping-M%C3%A4rkte/Wochen-Bauernm%C3%A4rkte/



Einkaufsführer

Wo kann ich für die (Bio)-Regio-Challenge Lebensmittel kaufen? Wir haben hier eine kleine Auswahl an biologischen und regionalen Betrieben aufgelistet. Viele weitere Betriebe können über die <u>Hofladenrouten der Region Hannover</u>, die <u>Regio-App</u> und die Webseite <u>Bio Einkaufen</u> gefunden werden. Damit sich nicht jede*r von Neuem die Finger wund suchen muss, haben wir außerdem ein paar Grundnahrungsmittel für euch recherchiert. Viele insbesondere haltbare regionale Produkte (Eingekochtes, Mehl, Salz etc.) werdet ihr während der Challenge bei den Hoftalenten (https://hoftalente.de/) finden!

Salz:

Da Salz kein landwirtschaftliches Produkt ist, kann es auch nicht bio-zertifiziert sein.

Soltauer Saline https://www.heidjeria-shop.de/products/salzsaeckchen-feines-salz-2
Online & bei den Hoftalenten

Getreide/Mehl:

Bäckerei Bundschuh (Bioland) www.backstube-bundschuh.de

Vollkornmehle, Paniermehl, eigene Backwaren, Haferflocken (regional, aber verarbeitet im Bauckhof nur ganz knapp über 100 Km) Hofladen, Wochenmärkte, Hoftalente

Kampfelder Hofbäckerei (Bioland) https://kampfelder-hof.de Mehle, Backwaren

Teichmühle Winzenburg https://www.teichmuehle-winzenburg.de/

Vollkornmehle, Auszugsmehle (teilweise Demeter) Mühlenladen (Freden); Diverse Läden siehe https://www.schulzes-etze.de/

Essig & Öl & Senf:

Im Weißdorngarten https://www.im-weissdorngarten.de

Ölmühle Leinetal - Rittergut Evensen. http://www.oelmuehle-leinetal.de/ Bioregionale Produkte: Leindotteröl, Hanföl, Leinöl

Wesermühle wesermuehle.com

Bioregionale Produkte: Leindotter-Öl, Leinöl, Hanföl, Sonnenblumen-Öl, Tafelsenf, Perlsenf, Hanfsenf

Süßes:

Obwohl das Hannoveraner Umland Rübenland ist, haben wir leider keinen garantiert regionalen Zucker für Euch gefunden. Süße Alternativen können Honig oder Rübensirup bieten.



Einkaufsführer: Anders Einkaufen

Solidarische Landwirtschaften

Für einen festen Jahresbeitrag regemäßig Ernteanteile im Depot in deiner Nähe abholen

Gemeinschaftsgärtnerei Wildwuchs

SoLaWi Gut Adolphshof

https://www.adolphshof.de/landwirtschaft/solidarische-landwirtschaft/

SoLaWi Hannover

https://solawi-hannover.jimdofree.com/

Einkaufsgemeinschaften

Ein- und Verkauf ohne Zwischenhandel im Verein organisieren

Einkaufsgemeinschaft Nordstadt

https://ekgnordstadt.wordpress.com/

Namiko (Hannover Linden)

https://namiko.org/

Wendland Kooperative (Hannover Linden)

http://wendlandkoop.de/laden-linden/

Tante Emmer Laden (Hannover List)

https://www.tante-emmer-laden.de/

Marktschwärmer

Produkte direkt von den Erzeuger*innen in Verteilerstationen in Deiner Nähe abholen

https://marktschwaermer.de/de

Hannover Nordstadt Hannover-Ahlem Springe-Lüdersen



Einkaufsführer: Regionale Bio-Bäckereien

Backwerk Bio Handwerksbäckerei https://www.backwerk.bio/

Backstube in Hannover-Südstadt; diverse Bioläden in Hannover; Marktstände Hof Gut Adolphshof; die LoseLäden (LoLa) u.v.m.

Bäckerei Bundschuh (Bioland) www.backstube-bundschuh.de

Hofladen in Neustadt; Märkte Bissendorf, Hannover, Neustadt, Schwarmstedt

Kampfelder Hofbäckerei (Bioland) https://kampfelder-hof.de

Hofladen in Hemmingen-Hiddestorf, Märkte in Hannover

Eschenhof-Hofbäckerei www.biobauerbartels.de

Hofladen in Springe; Märkte in Gehrden, Bad Münder und Springe

Regionale Bio-Betriebe

Kudammhof, www.kudammhof.de

Eier, Rindfleisch, Suppenhühner, Bruderhähnchen

Hofladen, Regiobox auf dem Hof, Markt in Celle

Biohof Eilte GbR, www.biohof-eilte.de

Molkereiprodukte von Kuh & Wasserbüffel, Gemüse, Kartoffeln

Hofladen, Märkte in Bissendorf, Hannover, Gehrden

Bioland-Hof Neues Haus, <u>www.bionh.de</u>

Kartoffeln

Bioladen

Biohof Rotermund Hemme, www.biohof-rotermund-hemme.de

Eier, Kartoffeln, Gemüse, Obst, Getreide, Suppenhühner, Rindfleisch, Schweinefleisch

Hofladen, SB, Märkte in Hannover und Wedemark



Landwirtschaft Gut Adolphshof, www.adolphshof.de

Käse, Milchprodukte, Fleisch, Wurstwaren, Eier Hofladen, Märkte in Burgdorf, Langenhagen, Hannover, Solidarische Landwirtschaft

Biohof Harke, www.biohof-harke.de

Kartoffeln, Eier, Suppenhühner Hofladen, Märkte

Gerald Meller, Burgdorf-Ramlingen

Kartoffeln, SB-Kartoffeln, Wein aus eigenem Anbau (ausverkauft Stand 08/2021)

Fleischerei Matzeik Galloway vom Weinsberg https://www.matzeik.de/

Diverse Rindfleischprodukte
Online-Marktplatz, Bauernmarkt Hbf & Lutherkirche, Hofladen

Bauer Stolze, <u>www.bauer-stolze.de</u>

Fleisch- und Wurstwaren vom Rind, Schwein, Geflügel, Kartoffeln, Gemüse Hofladen, Wochenmärkte: Burgwedel, Hannover, Lehrte, Uetze

Gärtnerei Familie Klages, www.familie-klages.de

Gemüse, Kartoffeln

Hofladen, Märkte Gifhorn, Hannover

Biolandhof Hemme, http://biohof-hemme.de

Rindfleisch aus Mutterkuhhaltung

Ab-Hofverkauf im Laden der eigenen Spirituosenmanufaktur

Kürbishof Jens Grastorf, www.kürbishof.de

Kürbisse

Markt in Gehrden, TeilGarten, Blumenselbsternte



Im Weißdorngarten, https://www.im-weissdorngarten.de/

Fruchtaufstriche, Sirup, Essig Verkauf in der Kräutermanufaktur

Biohof Peters, <u>www.biohof-peters.de</u>

Fleisch und Wurstwaren vom Rind, Schwein, Geflügel, Wild Hofladen, Märkte in Celle, Hannover, Springe

Gemüsediele, www.bioland-gemuesediele.de

Gemüse, Obst, Bruderhahn-Eier Bioladen

Alexander Roclawski, www.galloway-leasing.de

Rindfleisch aus Mutterkuhhaltung, Kartoffeln SB-Kartoffeln, Galloway-Leasing

Friederich Bohm, http://biobohm.de

Backgetreide für die eigene Bäckerei (Bundschuh) Hofladen, Märkte in Bissendorf, Hannover, Neustadt, Schwarmstedt

Rittergut Evensen, <u>www.rittergut-evensen.de</u>

Wildfleisch, Öle (Leindotter, Lein, Hanf), Saatgut AB-Hof-Verkauf im Café

Bickbeernhof, www.bickbeernhof.de

Heidelbeeren, Heidelbeererzeugnisse wie Kompott, Saft, Wein Hofladen, Hofcafé, Märkte in Mardorf, Gehrden, Onlineshop



Eschenhof, www.biobauerbartels.de

Eier, Rindfleisch, Gemüse, Kartoffeln, Backwaren Hofladen, SB-Automat, Märkte

Gärtnerei Rothenfeld, www.gaertnerei-rothenfeld.de

Gemüse, Kräuter, Jungpflanzen Hofladen, Märkte in Burgwedel, Hannover

Gärtnerei Kiebitz, https://kiebitz-bioland.de

Gemüse, Obst, Saft, Marmelade Bioladen mit Bistro in Sehnde, Märkt in Burgdorf, Hannover, Langenhagen

Bienenwerk Suderbruch, https://bienenwerk.bio

Honig, Rübensirup
Onlineshop

Honigmanufaktur Eggers, https://www.honigmanufaktureggers.de

Honig, Honigwein

Hofladen, Onlineshop, diverse Läden (z.B. LoLa, Hoftalente)

Biolandbetrieb Lebensgrün, https://www.lebenshilfe-seelze.de/fuer-privatkunden/biolandbetrieb-lebensgruen/

Stauden, Kräuter und Gemüse-Jungpflanzen Café Lebensart, Ab-Hof-Verkauf

Bio-Angusbetrieb Bähre, Burgwedel, Engensen

Rindfleisch aus Mutterkuhhaltung Ab -Hofverkauf nach tel. Bestellung (05139 87830)

Claus Koch Bio-Gärtnerei

Topfkräuter, Zierpflanzen, JungpflanzenMärkte in Hannover Moltkeplatz, Lister Meile, Stephansplatz, Linden



Lütgeharms Biohof, www.luetgeharms-biohof.de

Kartoffeln, Eier SB-Hoflädchen

Bio LeineLand GbR, https://www.facebook.com/BioLeineLand/

Eier, Kartoffeln, saisonale Produkte SB- Automat in Empede

Hof Hagenburg Gojibeeren, <u>www.goji-hof-hagenburg.de</u> frische und gefriergetrocknete Gojibeeren Hoflädchen, Onlineshop

Biobördeland GbR, https://www.bioboerdeland.de/?page_id=16

Kartoffeln, Kürbisse, Zwiebeln, Süßkartoffeln SB- Häuschen in Wätzum und in Lühnde

Kampfelder Hof, https://kampfelder-hof.de

Gemüse, Kartoffeln, Obst, Getreide, Backwaren, Schaffleisch Hofladen, Märkte

Biohof Wöhlers, https://www.woehlers-biohofladen.de/

Spargel, Gemüse, Kartoffeln Hofladen, Kartoffeln SB-Angebot



Stadtimkerei Familie Ahmad-Bach, Im Moore 35, 30167 Hannover Honig

Imkerei Hannover Bienen https://www.hannoverbienen.de/honig.html

Honiq

Nach Absprache vor Ort in Stöcken

Bauer Banse, www.bauerbanse.de

Molkerreiprodukte, Wild

Freilandeier Hennies, www.freilandeier-hennies.de

Kartoffeln, Eier, Eiernudeln, Eierlikör

StadtLandLecker, https://marktschwaermer.de/de-DE/producers/40037/farm

Gemüse, Kartoffeln, Kräuter/Gewürze

Fisch & Grün, www.instagram.com/fisch.und.gruen

Gemüse, Kräuter/Gewürze

Kreuzkamp Genuss GmbH, www.Kreuzkamp-Genuss.de

Rindfleisch

Jürn's Hof, www.hattendorf-lm.de

Gemüse, Kartoffeln, Eier

Imkerei Joerns, www.joerns-hof.de

Honig

Eldagser Hoflieferant, www.eldagser-hoflieferant.de

Gemüse, Kräuter/Gewürze, Aufstriche, Eingekochtes/Eingelegtes



Obstplantage Zabel, <u>www.zabelobst.de</u>
Obst, Honig, Eier

Milchtankstelle Thönse, Lange Reihe 14, 30938 Burgwedel, Thönse Milch, Rohmilchkäse, Fleischprodukte, Honig, Heidelbeeren, Kartoffeln

Hof Henke, <u>www.hof-henke.de</u>
Heidelbeeren

Engenser Bauernladen, <u>www.hof-krull.de</u>
Eier, Fleischprodukte, Honig

Forellenhof Wedemark, <u>www.forellenhof-wedemark.de</u> Fischzucht

Biohof Rotermund-Hemme GbR, <u>www.biohof-rotermund-hemme.de</u> Gemüse, Kartoffeln, Getreide, Eier, Rindfleisch, Geflügel

Heddas' bauernladen, www.heddas-bauernladen.de

Eier, Geflügel, sonstige Fleischprodukte, Wurstwaren, Fertigprodukte von der Pute

Alhusen Spargel und Weihnachtsbäume, <u>www.alhusen.de</u> Gemüse, Weihnachtsbäume

Sedetal-Forellen, <u>www.sedetal-forellen.de</u>
Fisch



Filmtipps zur Challenge

Anders Essen – Das Experiment

Kurt Langbein & Andrea Ernst | 90 Minuten | Deutschland 2018 | FSK 0

Wieviel Ackerfläche stehen jede*m zur Verfügung für die gesamte Ernährung? Und welchen Einfluss haben die westlichen Ernährungsgewohnheiten auf den Flächenverbrauch?

3 Familien wollen im Selbstversuch was verändern und starten das Experiment. Anders essen zeigt ganz realitätsnah, wie eine regionale Ernährung sich auf den Landverbrauch und die CO2 Last auswirken.

BROT - das Wunder, das wir täglich essen

Harald Friedel | 98 Minuten | Österreich 2020 | FSK 0

Die Dokumentation widmet sich ganz dem Grundnahrungsmittel Brot – ein Produkt aus einfachsten Zutaten und doch so vielfältig wie kaum ein anderes. Der Film beleuchtet neben Handwerksbäckereien auch die Brotproduktion in der Industrie und bringt uns dazu unser Brot mit anderen Augen zu sehen.

Unser täglich Brot

Nikolaus Geyrhalter | 92 Minuten | Österreich 2005 | FSK 12

Dieser Film bewegt durch Bilder, nicht durch Worte. Kommentarlos wird die industrielle Nahrungsmittelproduktion in Europa dokumentiert. Der Film regt dazu an, sich Gedanken darüber zu machen, unter welchen Bedingungen unser täglich Brot hergestellt wird.

Taste the Waste

Valentin Thurn | 91 Minuten | Deutschland 2011 | FSK 0

Dieser Film zeigt, welche absurden Züge die Lebensmittelverschwendung angenommen hat. Von Mindesthaltbarkeitsdaten, krummen Gurken und Tomaten mit der falschen Farbe. Auch die Auswirkungen auf das Klima werden im Film beleuchtet: Denn Lebensmittel sind für 15 % der Methan-Emissionen verantwortlich.



Filmtipps zur Challenge

Tomorrow - Die Welt ist voller Lösungen

Cyril Dion & Mélanie Laurent | 118 Minuten | Frankreich 2015 | FSK 0

Der Film zeigt lokale Lösungen um sich aktiv für eine zukunftsfähige Ernährung einzusetzen. Das Filmteam begleitet konkrete Projekte, die zeigen, wie Ernährung und Energieversorgung ressourcenschonend funktionieren können. Ein Film der Mut macht und zum Handeln anregt.

Das liebe Rindvieh

Bertram Verhaag | 45 Minuten | Deutschland 2013 | FSK 0

Dreiviertel der Kühe leben ohne ihre Hörner. Eine Dokumentation über Milchbauern aus dem Allgäu, die sich für eine tierwohlverträgliche Milchwirtschaft entschieden haben. Der Film schafft ein Bewusstsein für die Bedeutung der Hörner und gibt Einblicke in eine nachhaltigere Milchproduktion.

10 Milliarden

Valentin Thurn | 106 min | Deutschland 2015 | FSK 12

Die Weltbevölkerung wird bald auf 10 Milliarden angestiegen sein – wie bekommen wir diese vielen Menschen alle satt? Dieser Dokumentarfilm zeigt ohne erhobenen Zeigefinder die Ansätze aus Industrie und bäuerlicher Landwirtschaft um sich für eine nachhaltige und zukunftsfähige Ernährung stark zu machen.

The Empire of Red Gold

Jean-Baptiste Malet & Xavier Deleu | 54 Minuten | Frankreich 2017 | FSK 16

Kommen italienische Tomatenprodukte tatsächlich aus Italien? 95 % kommen aus China und haben damit eine lange Reise hinter sich, bevor sie z.B. als Tomatenmark auf unseren Tellern landen. Eine gut recherchierte Dokumentation über die meistgegessene Frucht der Erde und die dahinterstehende Industrie.



(Bio) Regio Challenge Community

Telegram-Gruppe:

Damit Du Dich mit anderen Menschen, die an der (Bio) Regio Challenge teilnehmen, austauschen kannst, trete zum Beispiel einfach der gemeinsamen Telegram-Gruppe bei:



https://t.me/joinchat/JwGOAtyQcPM1MDg6

Infomails:

Trage Dich bei Interesse bitte in die Mailingliste ein. Dieser Verteiler wird offen sein, sodass die Mailadressen aller ersichtlich sind und dadurch ein Austausch in Subgruppen ermöglicht wird. Nach der Challenge wird dieser Verteiler bzw. die Gruppe nicht mehr genutzt/gelöscht.

Instagram:

Poste Deine Fotos zur (Bio) Regio Challenge gerne bei Instagram mit den Hashtags #regiochallengehannover #regiochallenge2021 #regiochallenge #bioregiochallenge und lasse Deine Leute wissen, Wie Du die Challenge meisterst! Über die Hashtags wirst Du natürlich auch Inspiration von anderen Teilnehmenden erhalten. Einen offiziellen Regio-Challenge Instagramkanal gibt es nicht: Du findest unsere Inhalte auf dem Kanal des Ernährungsrates Hannover und Region (@ernaehrungsrathannover), auf dem der Landeshauptstadt (@hannoverwaltung) und der Region Hannover (@regionhannover).









