



REGIO CHALLENGE

LINGEN & REGION



17.09.2024

Tag 4: (Transport-)Verpackung vermeiden

In Deutschland fällt immer mehr **Verpackungsmüll** an. Inzwischen sind es rund **19,7 Millionen Tonnen** jährlich ([BMUV 2023](#)). Ein Grund für das zunehmende Verpackungsaufkommen ist, dass auch frische Lebensmittel immer häufiger abgepackt angeboten und Portionsgrößen kleiner werden. So sind **60%** des im Handel erhältlichen **Obst und Gemüses** bereits **vorverpackt** ([Bundesinformationszentrum Landwirtschaft 2023](#)). Als Grund nennt der Handel logistische Vorteile beim Transport und Stapeln und Hygiene, Frische und Schutz.

Lebensmittel, die direkt bei den Erzeuger*innen gekauft werden, kommen hingegen auch ohne eine schützende Transportverpackung aus. So kannst du insbesondere in [Hofläden](#), aber auch auf [Wochenmärkten](#) lose Ware finden. Im [Laxtener Milchbüdchen](#) oder dem [Regiomat Heinz Mäsker](#) kannst du zudem täglich Milch in selbst mitgebrachte Gefäße füllen und so Einwegverpackung vermeiden. Eine weitere Anlaufstelle für unverpackte Ware über Milch, Obst und Gemüse hinaus ist der [Unverpacktladen in Lingen](#).

Vorstellung: Lingen Unverpackt



Angrenzend zum Marktplatz und direkt neben dem alten Rathaus in Lingen findest du "[Lingen Unverpackt](#)". Hier können Kund*innen mit ihren eigenen Gefäßen kommen und sich genau so viel abfüllen, wie sie wirklich benötigen. Das Sortiment reicht von Nudeln, Getreide und Reis über Müsli, Hülsenfrüchte, Gewürze und Süßigkeiten. Daneben gibt es ein breites Non-Food Sortiment, wie Dusch- und Shampooabits, Zahnpasta im Pfandglas usw.

Um neben Verpackungen zusätzlich unnötige Transportwege zu vermeiden, werden die Waren möglichst regional bezogen. Neben losem Fair-Trade Kaffee und Espresso wird so z.B. Lupinenkaffee aus Schapen angeboten. Auch verschiedene Getreidesorten, Dinkelmehl und einige Nudelsorten kommen aus dem direkten Lingener Umland. Und die Quinoa kommt immerhin aus Deutschland. Wer selbst Gemüse im Garten anbauen möchte, kann zudem die Pflanzen im Unverpacktladen erwerben - regionaler geht es nicht!

Komm' gerne rein und schau' dich um! Vielleicht hast du ja Lust, mal eine Sache "unverpackt" auszuprobieren. Denn: Wenn jede*r nur einen kleinen Schritt macht, haben

alle zusammen schon eine Menge geschafft!

Adresse: Große Straße 3-5, 49808 Lingen

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. & Fr. 10 bis 18 Uhr; Mi. & Sa. 9 bis 14 Uhr

Nächste Wochenmärkte

Heute, 17.9.:

- Meppen von 8 bis 13 Uhr
- Bersenbrück von 7.30 bis 12.30 Uhr

Mittwoch, 18.9.:

- Lingen von 7.30 bis 13 Uhr
- Lathen von 8 bis 12 Uhr

Veranstaltungshinweis



"Fairlaufen" - Weg der Nachhaltigkeit durch Lingen

Lara & Christina der Caritas möchten dir bei diesem Rundgang verschiedene Standorte in Lingen zeigen, an denen Nachhaltigkeit bereits gut umgesetzt wird. Geplant ist, gemeinsam einige Standpunkte abzulaufen und bei einem fairen Getränk eine Pause zu genießen. Die Route beträgt insgesamt ca. 2,5 km. Bei einem Quiz hast du außerdem die Chance dein Wissen und natürlich das neu hinzugewonnene unter Beweis zu stellen.

Wann? Freitag, 27. September 2024 von 15 bis ca. 18 Uhr

Wo? Treffpunkt ist am Bahnhof in Lingen, an der Unterführung.

Anmeldung: Schreib einfach eine Nachricht über Instagram @caritas.el_ehrensache oder an lbehnen@caritas-os.de

Lara & Christina freuen sich auf dich! 😊

Sonstiges



Apfelsaft selber machen

Die Äpfel hängen reif am Baum. Jetzt ist Erntezeit. Wer will da nicht mal was Neues ausprobieren? Es ist gar nicht schwer, selber größere Mengen Apfelsaft herzustellen. Was viele nicht wissen:

Der BUND Emsland verleiht gegen eine kleine Gebühr einen starken Häcksler und eine hydraulische Saftpresse. Beide Geräte passen gut in einen PKW. So kann man sortenreinen Saft vom Lieblingsapfel machen, zum Beispiel süßen Cox Orange oder roten von der Ingrid Marie. Auch Birnen- oder Quittensaft lässt sich leicht herstellen. Kurz erhitzt und abgefüllt hält der naturtrübe Saft solange, bis er aufgetrunken ist. Schön ist es, eine große Familienaktion daraus zu machen. Wer es lieber alkoholisch mag, kann natürlich auch Wein herstellen.

Hier die Ansprechpartner*innen: Familie Cordes (Tel.: 05961/7657), Karsten Osmers (Tel.: 05931/3249)

Du hast dich erst später angemeldet? Kein Problem, alle **vergangenen Newsletter** findest du auf [dieser Seite](#) unter Downloads.

Dir fehlt Inspiration, was du mit all den regionalen Leckereien kochen sollst? Dann findest du **saisonale Rezeptideen** [hier](#).

Du möchtest dich **mit anderen Teilnehmenden vernetzen** und dich über Tipps und Tricks austauschen? Einen Zugang zu der gemeinsamen **Telegram-Gruppe** findest du [hier](#). Falls du dich lieber über eine andere App oder einen Mailverteiler vernetzen möchtest, melde dich gerne bei Nele (wagenfeld@ven-nds.de).

Viel Spaß beim Erkunden der regionalen Vielfalt und dem Ausprobieren neuer Rezepte wünscht dir das Projektteam der „Weltbaustelle Ernährung“. Wir freuen uns, wenn du deine Erfahrungen mit uns teilst!

Bei Fragen oder Anmerkungen melde dich gerne bei Nele Wagenfeld (Tel.: 0155 66461615 / Mail: wagenfeld@ven-nds.de)

Die Regio-Challenge wird durchgeführt von:



Die Regio-Challenge findet im Rahmen des Projekts „**Weltbaustelle Ernährung**“ statt, das sich mit den Herausforderungen und Auswirkungen unseres globalisierten Ernährungssystems auseinandersetzt. [Hier](#) geht's zur Projektwebsite.

Das Projekt wird gefördert durch:

ENGAGEMENT GLOBAL
MIT MITTELN DES



Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung



Brot
für die Welt

Verband Entwicklungspolitik Niedersachsen e.V. (VEN)

Nele Wagenfeld

Hausmannstraße 9-10 | 30159 Hannover

fon 0155 66461615 | wagenfeld@ven-nds.de | <https://t1p.de/wbe>