

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 80 (2023)

**Heft:** 5

**Rubrik:** Konsum & Lebensstil

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 26.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Schon gewusst?

Bewusst durch den Alltag: Clever haushalten, Ressourcen sparen, Umwelt schonen und die Natur bewahren.

## Vorreiter Puschlav: Ein Tal macht in «Bio»

Im Puschlav (Valposchiavo) im Kanton Graubünden sind erfreuliche 96 Prozent der Landwirtschaftsfläche «Bio» – dank des Pioniergeistes der Bewohner des italienischsprachigen Tals. In den 1980er-Jahren startete Bauer Reto Rasselli als erster mit biologisch angebauten Kräutern.

Heute werden über 130 Produkte hergestellt, die ausschliesslich aus Puschlaver Grundstoffen hergestellt werden, darunter Brot, Pizza und Süßigkeiten. Das Puschlav möchte sich nun als Biotal («100 Prozent Bio») zertifizieren lassen – ein absolutes Novum. Eine Biozertifizierung erhalten Bauern und Produkte, bis dato aber keine Regionen oder Bergtäler. Bis 2027 soll das Projekt abgeschlossen sein.

Unterstützen kann man solch bemerkenswerten Pioniergeist mit einem Besuch und mit Einkäufen biozertifizierter Puschlaver Waren bereits jetzt.



## Blühfreudig: «Wildstaude 2023»

Sie sind eher bescheiden und zierlich, die einheimischen Wildstauden, zumindest im Vergleich zu den gezüchteten. Für Insekten jedoch sind sie eine Attraktion und oft unersetzbare Nahrungsquelle. Darum stellt Bioterra (Organisation für den Bio- und Naturgarten in der Schweiz) das «Weidenblättrige Rindsauge» (*Buphthalmum salicifolium*) 2023 als Wildstaude des Jahres ins Rampenlicht. Die Pflanze blüht den ganzen Sommer über goldgelb. Als Gartenpflanze ist sie genügsam und einfach zu pflegen.



## Sumpfrohrsänger: «Vogel des Jahres»

Mitte bis Ende Mai kommt er aus seinen afrikanischen Überwinterungsgebieten zurück – und gleich darf sich der kleine, braune Sumpfrohrsänger über eine Ehrung freuen. BirdLife Schweiz hat ihn zum Vogel des Jahres gewählt. Er ist ein virtuoses Gesangstalent, dessen Lebensraum leider bedroht ist. Der Sumpfrohrsänger besiedelt feuchte Lebensräume mit dichter Vegetation und brütet gerne in Grabenböschungen und Verlandungszonen von Seen.

