



**Ein gemeinsames Projekt von**

Stadt Völklingen

Gesundheitsamt des Regionalverbandes Saarbrücken

LandesArbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung Saarland

Ministerium für Justiz, Arbeit, Gesundheit und Soziales



**Saisonkalender für Obst**

	Hauptsaison				MAI	Nebensaison				NOV	DEZ	
	JAN	FEB	MÄR	APR		JUN	JUL	AUG	SEP			OKT
Äpfel	■	■	■							■	■	■
Aprikosen							■	■				
Birnen								■	■	■	■	
Brombeeren							■	■	■			
Erdbeeren					■	■	■	■				
Heidelbeeren						■	■	■				
Himbeeren						■	■					
Johannisbeeren						■	■	■				
Kirschen						■	■	■	■			
Kürbis									■	■	■	■
Mirabellen								■	■			
Pflaumen							■	■	■			
Quitten										■	■	■
Renekloden								■	■			
Stachelbeeren						■	■					
Zwetschgen								■	■			

**Koordinationsbüro "Völklingen lebt gesund"**

Volkshochschule  
Altes Rathaus  
66333 Völklingen

**Rolf Klöckner**

Projektkoordination und Ansprechpartner  
Telefon: 06898 / 134711  
Telefax: 06898 / 132081  
E-Mail: kloeckner@voelklingen-lebt-gesund.de  
Internet: www.voelklingen-lebt-gesund.de



**Ein gemeinsames Projekt von**

Stadt Völklingen

Gesundheitsamt des Regionalverbandes Saarbrücken

LandesArbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung Saarland

Ministerium für Justiz, Arbeit, Gesundheit und Soziales



**Saisonkalender für Gemüse**

	Hauptsaison					Nebensaison						
	JAN	FEB	MÄR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Blattspinat			■	■	■				■	■	■	
Blumenkohl					■	■	■	■	■	■	■	
Bohnen						■	■					
Brechbohnen						■	■	■	■	■		
Broccoli						■	■	■	■	■	■	
Buschbohnen						■	■	■	■	■		
Chicoree	■	■							■	■	■	■
Chinakohl	■	■				■	■	■	■	■	■	■
Eisbergsalat					■	■	■	■	■	■		
Endiviensalat						■	■	■	■	■	■	
Erbsen							■	■				
Feldsalat	■	■							■	■	■	■
Fenchel							■	■	■	■	■	
Friseesalat						■	■	■	■	■		
Frühlingszwiebeln					■	■	■					
Kartoffeln	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Knollensellerie	■	■	■						■	■	■	■
Kohlrabi				■	■	■	■	■	■	■		
Lauch	■			■	■		■	■	■	■	■	■
Mangold								■	■	■	■	■
Meerrettich					■	■	■	■	■			

**Koordinationsbüro "Völklingen lebt gesund"**

Volkshochschule  
Altes Rathaus  
66333 Völklingen

**Rolf Klöckner**

Projektkoordination und Ansprechpartner  
Telefon: 06898 / 134711  
Telefax: 06898 / 132081  
E-Mail: kloeckner@voelklingen-lebt-gesund.de  
Internet: www.voelklingen-lebt-gesund.de



# Ein gemeinsames Projekt von

Stadt Völklingen

Gesundheitsamt des Regionalverbandes Saarbrücken

LandesArbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung Saarland

Ministerium für Justiz, Arbeit, Gesundheit und Soziales



	Hauptsaison			APR	MAI	Nebensaison			SEP	OKT	NOV	DEZ
	JAN	FEB	MÄR			JUN	JUL	AUG				
Möhren												
Radiccio												
Radieschen												
Rettich												
Rhabarber												
Rosenkohl												
Rote Bete												
Rotkohl												
Salat												
Salatgurken												
Schwarzwurzeln												
Spargel												
Spitzkohl												
Stangenbohnen												
Stangensellerie												
Tomaten												
Weißkohl												
Wirsing												
Zucchini												
Zuckermais												
Zwiebeln												

### Koordinationsbüro "Völklingen lebt gesund"

Volkshochschule  
Altes Rathaus  
66333 Völklingen

### Rolf Klöckner

Projektkoordination und Ansprechpartner  
Telefon: 06898 / 134711  
Telefax: 06898 / 132081  
E-Mail: [kloeckner@voelklingen-lebt-gesund.de](mailto:kloeckner@voelklingen-lebt-gesund.de)  
Internet: [www.voelklingen-lebt-gesund.de](http://www.voelklingen-lebt-gesund.de)