

# Inhalt

<b>Geruch der Kindheit</b>	<b>8</b>	<b>Bauer aus Berufung</b>	<b>58</b>
<b>Bio-Heu-Region Trumer Seenland – ein Zukunftsprojekt</b>	<b>10</b>	<b>Kräuterhof Oberbichl</b>	<b>62</b>
<b>Heu aus der Region</b>	<b>16</b>	<b>Mattigtaler Hofkäserei</b>	<b>66</b>
<b>Heu als Lebens-Grund-Lage</b>	<b>18</b>	<b>Die Ursprünge der Bio-Heu-Region</b>	<b>68</b>
<b>Ein kleines Paradies auf Erden</b>	<b>22</b>	<b>Seeham, die kleine Biowelt</b>	<b>74</b>
<b>„Visionen ohne Taten“ bleiben Träume</b>	<b>26</b>	<b>Der feine Bioladen im Herzen der Region</b>	<b>78</b>
<b>Die erste Heukönigin</b>	<b>30</b>	<b>Die Welt von unten herauf verändern</b>	<b>80</b>
<b>Die süße Diplomatie der Bio-Heu-Region</b>	<b>34</b>	<b>Umsichtige Rückschritte</b>	<b>84</b>
<b>„Eine normale Kuh sein zu dürfen“</b>	<b>38</b>	<b>Die Natur als Apotheke</b>	<b>90</b>
		<b>Das zu tun, was man gerne tut</b>	<b>94</b>
		<b>Alles im Leben kommt zurück</b>	<b>98</b>
<b>Biobetriebe der Region</b>	<b>48</b>	<b>Kunst und Handwerk aus der Region</b>	<b>102</b>
<b>Die Genusswurzler – der Name ist Programm</b>	<b>50</b>	<b>Die Wunderfaser</b>	<b>104</b>
<b>Bio? Logisch!</b>	<b>52</b>	<b>Ein Polsterer mit Inspiration</b>	<b>108</b>
<b>Small is beautiful</b>	<b>54</b>	<b>Faszinierendes Holz</b>	<b>112</b>

<b>„Wir schneidern Lebensfreude!“</b>	<b>118</b>	<b>Gedanken zur Region</b>	<b>168</b>
<b>Backen nach traditionellen Rezepten</b>	<b>122</b>	<b>Der wahre Kern von Kultur</b>	<b>170</b>
<b>Ehrliche Qualität aus Naturprodukten</b>	<b>126</b>	<b>Das „menschliche Maß“ in allen Bereichen des Lebens</b>	<b>174</b>
<b>Die Verwandlungen eines alten Meierhofs</b>	<b>130</b>	<b>Politik mit Leben erfüllen</b>	<b>178</b>
<b>Der begnadete Künstler mit einer göttlichen Vision</b>	<b>136</b>	<b>Vom Wert der Regionalität für Familie und Gesellschaft</b>	<b>182</b>
<b>Engagierte Gelassenheit</b>	<b>142</b>	<b>Lederhose und Laptop</b>	<b>188</b>
<b>Die Bio-Heu-Region und ihre Partner</b>	<b>146</b>	<b>Der Lebensfreudetrainer mit der Sonne im Herzen</b>	<b>192</b>
<b>Die Biostädte Europas</b>	<b>148</b>	<b>Das Wunder zu erkennen</b>	<b>196</b>
<b>Città del Bio</b>	<b>150</b>	<b>Die lebenswerte Gemeinde</b>	<b>200</b>
<b>Bio und Regionalität – eine Verbindung mit Zukunft</b>	<b>154</b>		
<b>Das Trumer Seenland und die BioRegion Mühlviertel</b>	<b>158</b>	<b>Nachwort</b>	<b>206</b>
<b>Bio-Heu-Region Trumer Seenland und Ökomodellregion Waginger See – Rupertiwinkel</b>	<b>162</b>		