



HAMSTERBACKE NEWSLETTER JANUAR 2024

Fehlt dir etwas im Sortiment, oder hast du Vorschläge?
Schreib uns deine Wünsche gerne an
produzentinnen@hamsterbacke-bayreuth.de

PRODUKTINFOS

Statt neuen Produkten im Sortiment haben wir zum Start ins neue Jahr ein paar Informationen zu euren Lieblingsprodukten und einen wichtigen Tipp für euch:

Tofu gibt es ab Ende Januar wieder

Kimchi findet ihr ab Mitte Februar wieder im Laden

Alltagstipp zu den französischen Holzzahnbürsten mit Wechselkopf:

Der obere Teil der Zahnbürste muss etwa 20 Minuten in Wasser gestellt werden, damit sich das Holz weiten kann, bevor ihr den Wechselkopf entfernen und wechseln könnt. Wichtig ist auch, dass die Zahnbürste schnell trocknen kann. Nach der Benutzung in den Schrank legen ist also keine gute Idee, da sich so schnell Schimmel bilden kann. Besser: Bändchen an der Bürste befestigen und die Bürste aufhängen, dann habt ihr lange Freude an diesem coolen, abfallarmen und aus europäischen Rohstoffen energiearm hergestellten Produkt.

FAIRE PREISE FÜR ALLE

Wird alles teurer?

Viele Preise sind im vergangenen Jahr gestiegen, das haben wir alle mitbekommen. Da es uns bei der Hamsterbacke wichtig ist, umweltfreundliche Produkte anzubieten, die ohne Ausbeutung von Mensch und Natur hergestellt werden, entscheiden wir bei der Auswahl der Produkte nicht nach einem niedrigen Einkaufspreis, sondern nach den Kriterien: Bio, Regionalität, Verpackung, faire Entlohnung, Transparenz.

Es kommt aber auch vor, dass Erzeuger*innen ihre Produktionskosten senken können und Einkaufspreise herabgesetzt werden. Das geben wir dann gerne an euch weiter. Aktuell konnten wir z.B. die Preise senken für:

Luffa-Spülschwämme (reine Naturfaser der Luffa-„Gurke“, ersetzt Kunststoff-Kratzschwämme)

Lappen aus Zellulose (immer wieder einsetzbar durch 60°-Wäsche, ohne Kunstfasern)

Feste Spülseife (ganz ohne Plastikverpackung, praktisch auch für den Urlaub)

Nagelbürsten (Buchenholz mit pflanzlichen Naturborsten, im Schwarzwald produziert)

Kennt ihr noch nicht? Dann probiert sie aus :)

DANKE FÜR EURE SPENDEN

Bei der diesjährigen Weihnachtsaktion kam ein erfreulicher Betrag von insgesamt 550 Euro durch Spenden unserer Kund:innen zusammen. Damit konnten größere Mengen an Lebensmitteln, wie Nudeln, Reis, Mehl, Haferflocken oder Müsli finanziert und an die Stadtmission übergeben werden. Dort freute man sich, dass man mit den Waren der Hamsterbacke für bedürftige Menschen Essen kochen kann.

Vielen Dank für eure tatkräftige Unterstützung :)



INFO ZU ZIEGENMILCHPRODUKTEN

Aufgrund einer Vielzahl persönlicher und wirtschaftlicher Gründe - von landwirtschaftlicher Flächenstruktur bis zur Personalausstattung - hat sich der Reimehof als Produzent unserer Ziegenmilchprodukte dazu entschlossen, die eigene Ziegenhaltung am Hof vorerst zu pausieren. Die Ziegenmilch zur weiteren Verarbeitung wird ab sofort von einem befreundeten Ziegenbetrieb in der Region bezogen. Das Sortiment in Bioqualität bleibt somit erhalten und die handwerklich hergestellten Ziegenkäseprodukte werden weiterhin an die Hamsterbacke geliefert.

Die Ziegen des Reimehofs haben ein neues Zuhause gefunden und dürfen andernorts weiter in der Landschaftspflege tätig sein. Im Statt des Hofes werden sich statt der Ziegen bald Jungrinder ihres Nachbarbetriebs, dem Münzinghof, tummeln, sodass Stall und landwirtschaftliche Fläche weiterhin genutzt und in ökologischer Bewirtschaftung bleiben können.

Damit dieser Umzug der Ziegen in ihr neues Zuhause und ein paar Umbauten in der Käserei gut vollzogen werden können, wird die Käseherstellung bis etwa Ende Januar pausiert beziehungsweise das Sortiment verdünnt. Wir informieren euch, sobald wir euch wieder das gewohnte Sortiment anbieten können.



MACH MIT: VEGANUARY

Was eignet sich besser dazu, etwas Neues auszuprobieren und sich neuen Herausforderungen zu widmen, als der Beginn eines neuen Jahres? Nicht alle Neujahres-Vorsätze sind zum Scheitern verurteilt und manche helfen sogar dabei, dass es uns und unserer Erde besser geht!

Hast du zum Beispiel schon einmal probiert, dich eine Zeit lang vegan zu ernähren? Der [Veganuary](#) bietet dir die Gelegenheit dazu! Das Beste daran: Auch wenn sich die Aktion auf den Januar bezieht, der nun ja bereits begonnen hat, kannst du natürlich jederzeit einsteigen und auch wieder aufhören, wenn es nicht zu dir passt!

Hier ein paar Tipps für dein Vegan-Experiment:

1. Mach dich nicht verrückt! Du musst nicht deine ganzen Gewohnheiten ändern oder sofort komplett vegan leben!

2. Viele Produkte, die du Zuhause hast, sind bereits vegan.

Vielleicht sind es auch einige deiner Standard-/Lieblingsrezepte.

Wirf einfach einen Blick auf die Zutatenliste: Nudeln, Reis, Müsli, Gemüsebrühe, Aufstriche, Pflanzenmilch, Kräuter und natürlich Obst & Gemüse.

3. Iss weiterhin das, was du gerne isst - greife einfach zur pflanzlichen Alternative, die gibt es mittlerweile für die meisten Produkte: Joghurt, Butter, Käse, Burger, Wurst, Fischstäbchen, Sojaschnitzel für Hackfleisch-Gerichte, Eis und auch Süßigkeiten.

Leckere Rezepte gibt es auch auf der Internetseite www.veganuary.com

4. Hol dir Freund:innen ins Boot.

Du siehst also, sich vegan zu ernähren ist gar nicht so herausfordernd!

Das Wichtigste: Es soll Spaß machen, sich mit seiner Ernährung auseinanderzusetzen.



WERDE AKTIVE HAMSTERBACKE

Komm zu einem Treffen des Arbeitskreises Öffentlichkeitsarbeit & Bildung und werde selbst aktive Hamsterbacke!

Bei uns können sich alle in dem Umfang beteiligen, wie es individuell zum Leben passt :)

Egal, ob dich Marketing & Pressearbeit oder die Verbreitung unserer Grundsätze in verschiedenen Bildungsprojekten interessiert, wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen

Wir treffen uns alle zwei Wochen Dienstag um 18 Uhr im Hammerstätter Hof.
Unsere nächsten Arbeitskreistreffen finden am 23. Januar und am 06. Februar statt.

Schreib uns gerne vorab eine kurze Mail an oeffentlichkeitsarbeit@hamsterbacke-bayreuth.de,
du kannst aber auch spontan vorbeikommen!