



01. Dezember 2023

NEWSLETTER

VG VERBRAUCHERGEMEINSCHAFT

Liebe Mitglieder, liebe Kund:innen der Verbrauchergemeinschaft Dresden,

noch weht manch buntes Blatt spätherbstlich um die Nase, da hören wir schon die Glöckchen klingeln, naschen duftende Plätzchen aus dem Ofen und sehen an diesem Wochenende das erste Adventslicht leuchten. Besinnlich will's werden in der nun kommenden Zeit.

Auch in den Zeilen unseres Newsletters ist dieses Mal viel Licht. Etwa in unserem Regionalportrait: Darin stellen wir euch die beiden Imker Ronny Kern aus Weida bei Gera und Jonatan Werner aus Gohla bei Nossen vor. Mit dem Honig, den ihre Bienenvölker herstellen, fangen sie Sonnenschein, Blütenvielfalt und Bienenkraft der warmen Jahreszeit in Gläsern ein. Viel Interessantes über das Imkern und die Bienen haben sie uns erzählt. Der Bericht zeigt: Honig ist ein wunderbares Geschenk der Natur.

Na klar, um Geschenke geht es in dieser Ausgabe natürlich auch, genauer gesagt darum, wie ihr eure Lieben zum Fest nachhaltig beschenken könnt. Angefangen mit feinen und verantwortlich produzierten Dingen, die ihr bei

uns im Naturwarenladen findet, über Selbstgemachtes bis hin zu Spendengeschenken gibt es viele Möglichkeiten.

Die Veranstaltungshinweise laden euch ein, den Advent draußen und drinnen mit allen Sinnen zu erleben. Und mit unseren Rezeptempfehlungen kreierte ihr ganz sicher einen festlichen Gaumenschmaus.

So wünschen wir euch eine lichtvolle und schöne Adventszeit, Frohe Weihnachten und einen guten, gesunden und zuversichtlichen Gang in das neue Jahr!

Eure VG Verbrauchergemeinschaft eG

INHALT

- 2 So viel sparst du als VG Mitglied
Rezeptidee: Cremige Polenta mit Portobello-Pilz
- 3 Nachhaltig Schenken
- 4 Rezeptidee: Quittenkompott mit Honig-Ricotta
- 5 Regionale Lieferanten: Ein Geschenk aus Blütenvielfalt und Bienenkräften
- 7 Veranstaltungstipps Dezember 2023

AB SOFORT AUF JEDEM KASSENBN:

SO VIEL SPARST DU ALS VG MITGLIED

Vielleicht habt ihr es schon bemerkt: Wer als Mitglied der VG Verbrauchergemeinschaft Dresden in unseren Biomärkten einkauft, bekommt neuerdings auf dem Kassenbon den Betrag mitgeteilt, der im Vergleich zum Einkauf als Nichtmitglied gespart wurde. Dabei zeigt sich: Eine VG-Mitgliedschaft lohnt sich, finanziell manchmal schon nach einmaligem Einkaufen!



Überdies genießen **VG-Mitglieder viele Vorteile**. Denn sie ...

- ... kaufen in unseren [7 Biomärkten](#), [unserem Naturwarenladen](#) und [unseren vier Bio-Bistros in Dresden](#) Bio-Lebensmittel, Naturkosmetik und Bio-Kleidung zum günstigen Genossenschafts-Preis ein. Und: Bestellungen bei BioVelo, dem VG-Lieferservice, werden Mitgliedern um 17% rabattiert.
- ... bestimmen gleichberechtigt mit allen anderen Genossenschafts-Mitgliedern über die Entwicklung der VG Verbrauchergemeinschaft Dresden.
- ... unterstützen den ökologischen Landbau, regionale Wirtschaftskreisläufe und den Bio-Handel in unserer Region und darüber hinaus.
- ... sind automatisch und ohne Zusatzkosten Mitglied im [Verbrauchergemeinschaft e.V.](#), der viele unserer Aktivitäten unterstützt und organisiert, darunter Bildungsangebote, das jährliche VG Regionalfest und die VG Busfahrten zu unseren regionalen Lieferant:innen.

Wer noch nicht Mitglied ist, kann es ganz einfach werden: Auf unserer Webseite die [Informationen zur Mitgliedschaft](#) lesen und das Antragsformular in einem unserer Biomärkte ausfüllen. Schon kann zum günstigen Mitgliedspreis eingekauft werden!

REZEPTIDEE: FESTLICH VEGETARISCH



CREMIGE POLENTA MIT PORTOBELLO-PILZ

Ob zum Fest oder als besonderes Abendessen: Zusammen mit einer gebackenen Portobello-Pilzhaube ist diese Polenta mehr als nur eine Beilage. Für die cremige Konsistenz des Maisgriesbreis braucht es lediglich etwas Geduld, die sich aber in jedem Fall lohnt.

[Zum Rezept ...](#)

SCHÖNES MIT SINN

NACHHALTIG SCHENKEN

Was schenken? Alle Jahre wieder treibt diese Frage viele von uns um. Hat nicht jede:r schon alles? Oder gibt es noch Gaben mit Sinn, die unsere Lieben überraschen würden? Und ob! Hier zeigen wir euch Möglichkeiten, wie ihr nachhaltig Freude verschenkt, ob nun an andere oder an euch selbst.

SCHÖNES UND ÖKOLOGISCHES AUS DEM VG NATURWARENLADEN

Bei uns im Naturwarenladen in der Jahnstraße findet ihr nicht nur Besonderes für die Advents- und Weihnachtszeit, sondern ebenso feine Geschenke für eure Lieben: So zum Beispiel die hübschen **Engel** aus Speckstein sowie die **Baumanhänger, Sterne und Kerzenhalter** von in-terArt. Die Produkte sind fair gehandelt und stammen aus kenianischen Kunsthandwerkskooperativen. Dort werden sie traditionell handgearbeitet und mit lösungsmittelfreien und lichtechten Farben veredelt. Farbenfrohen Lichterglanz verschenkt ihr mit unserem **Kerzensortiment**. Von der Kerzenfarm Hahn bieten wir euch Stearin-, Raps- und Bienenwachskerzen in verschiedenen Formen. Daneben erhaltet ihr bei uns die handgefertigten Stearinkerzen der Coloris Kerzenmanufaktur. In einer Werkstatt am Steinhuder Meer werden sie ressourcen-



schonend mit Solarenergie hergestellt.

Zur Saison passende **Düfte und Aromen** verströmen verschiedenste Produkte, etwa die regionalen Räucherwaren unserer Regional-Lieferanten Artemis und Huss. Der im Erzgebirge ansässige Familienbetrieb Huss stellt heute in dritter Generation Räucherwerk ausschließlich aus Holzkohle und natürlichen Duftstoffen, wie Harzen und speziellen Gewürzen her – ganz ohne künstliche Zusätze! Auch hochwertiges Räucherzubehör wie die Duft- und Räuchergefäße von Huss findet ihr bei uns. Für Verwöhn-momente sorgt ihr mit den ökologischen **Aromapflege-**

Produkten, zum Beispiel von Farfalla, Primavera und Weleda. Dazu gehören feine Duftmischungen und Raumsprays sowie ätherische Öle und Körperpflege-Geschenksets. Sie stammen aus verantwortungsvoller Produktion und tragen stimmungsvolle Namen wie Weihnachtsstern, Winterwald und Schneeglitzer.

Mit unseren kuscheligen **Textilien aus Wolle, Schurwolle und Baumwolle** verschenkt ihr Herzenswärme, die durch die kalte Jahreszeit trägt. Wir führen diverse Marken, darunter Flomaxx, invero und disana mit hochwertigen Kleidungsstücken – sowohl für Kinder als auch für Damen und Herren.

HAUSGEMACHTES UND ZEITGESCHENKE

Ob gestrickt, gehäkelt oder genäht, ob gebastelt, in der Werkstatt gefertigt oder in der Küche gezaubert: In selbstgemachte Gaben fließen Herz, Kreativität und das eigene Können ein. Das macht sie zu Unikaten. Impulse für Do-it-yourself-Präsente gibt es zu Hauf. Weil es bei uns in der VG vor allem um das gute Essen geht, laden wir euch ein, in unserer [Rezeptsammlung](#) zu stöbern. Sie hält auch weihnachtliche Köstlichkeiten bereit, die sich wunderbar als Genuss-Geschenke eignen. Wie wäre es zum Beispiel mit einem [Stollen à la Bio-Konditormeister Thomas Heller](#) oder mit einem [Kürbisfudge](#)? Wir wünschen euch jedenfalls gutes Gelingen bei allem heimlichen Basteln und Backen.

Neben Einzelstücken aus eurer Hand ist gemeinsame Zeit mit euch ganz sicher ein besonderes Geschenk. Ein Koch- oder Spieleabend zusammen oder eine „Flatrate“ für Spaziergänge – miteinander Zeit zu verbringen geht ganz ohne Geld und ist ohnehin unbezahlbar.

SPENDEN: WIRKSAMKEIT ALS GESCHENK

Spenden erfreuen sich einer zunehmenden Beliebtheit. Sie helfen Ressourcen zu sparen und dienen guten Zwecken. So könnt ihr an zahlreiche gemeinnützige Initiativen spenden, die sich beispielsweise für Umwelt- und Sozialbelange einsetzen. Als Anregung stellen wir euch hier ein paar Dresdner Vereine vor, die hier vor Ort aktiv sind:

Da ist zum Beispiel die Initiative [Zur Tonne](#). Mit Hilfe von Spenden realisiert sie praktische Bildungsangebote rund um das Thema Lebensmittelver(sch)wendung und -wertschätzung. Damit will sie Veränderungen im Alltag hin zu einem nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln bewirken.

Mit einer Spende an die [BUND-Regionalgruppe Dresden](#) unterstützt ihr zum Beispiel, dass Kinder bei spannenden Exkursionen die Natur schützen lernen, dass fleißige Freiwillige die Lebensräume seltener Tier- und Pflanzenarten pflegen und dass Dresden fit wird für die Klimakrise. Die [Wildvogelauffangstation des Umweltzentrums Dresden](#) e.V. betreut bis zu 1500 Vögel pro Jahr und setzt eure Spenden unter anderem für den Kauf von Futter ein. Davon wird manchmal mehr als üblich gebraucht, etwa wenn wie letztes Jahr fünf verwaiste Schwanenküken hier stranden.



NACHHALTIG VERPACKT

Bei der Nachhaltigkeit von Geschenken kommt es nicht nur auf den Inhalt an, sondern auch auf die Verpackung. Dafür findet ihr in unserem Naturwarenladen neben hübschen Geschenktüten auch Geschenkpapier aus Strohseide, Grasfaser und Bananenpapier. Teils klimaneutral, folienfrei und recyclebar in Deutschland hergestellt, erhaltet ihr diese Papiere einfarbig in vielen Tönen oder weihnachtlich bedruckt. Mit kompostierbaren und biologisch abbaubaren Bändern aus Bast und Baumwolle verpackt ihr eure Gaben natürlich mit grünem Gewissen. Wir wünschen euch ein frohes Auswählen, Verpacken und Verschenken!

Autorin: Kati Partzsch

Die Kontodaten der im Text genannten Initiativen lauten:

Zur Tonne

Tafel Dresden e.V. (Trägerverein)
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE60 3702 0500 0003 6479 01
BIC: BFSWDE33DRE
Verwendungszweck: „ZUR TONNE“

Wildvogelauffangstation des Umweltzentrums Dresden e.V.

Ostsächsische Sparkasse Dresden
IBAN DE68 8505 0300 3120 1358 00
BIC: OSDDDE81XXX

BUND Regionalgruppe Dresden

GLS Gemeinschaftsbank eG
IBAN: DE62 4306 0967 1133 3898 00
BIC: GENODEM1GLS

FESTTAGSGENÜSSE: DESSERT



QUITTENKOMPOTT MIT HONIG-RICOTTA

Sahnig oder fruchtig, cremig oder knusprig? Wer sich alle Jahre wieder nicht für das richtige Dessert entscheiden kann, sollte dieses Quittenkompott probieren: Gepaart mit Honig Ricotta-Creme und Mohnstreuseln bringt es all diese Gegensätze auf den Teller!

[Zum Rezept ...](#)

BIO- UND DEMETERHONIG AUS DER REGION

Ein Geschenk aus Blütenvielfalt und Bienenkräften

„Ich genieße die Freiheit meines Berufs, die Arbeit mit den Bienen und auch das Abenteuer in der Natur“, sagt Imker **Ronny Kern**. Etwa 30 Tonnen Honig produzieren seine 300 Bienenvölker im Jahr.

Das ergibt ganze 60 000 Gläser Honig! Ronny bietet ihn in 13 Sorten an – von Buchweizen- und Kornblumenhonig über Phacelia- bis hin zu Sonnenblumenhonig. Zum Sortiment der Imkerei Kern gehören zudem 20 Brotaufstriche auf Honigbasis, etwa Brombeeren und Chili in Honig, sowie Honiggessig und Met. Alle Produkte sind Bioland-zertifiziert. Schon seit 2010 findet ihr sie in unseren Biomärkten.

BIENEN AUF WANDERSCHAFT

„Die VG ist ein Wahnsinnspartner. Mir und vielen anderen Bio-Produzenten hat sie den Aufbau einer Berufsexistenz ermöglicht“, sagt Ronny im Interview. Als studierter Öko-Landwirt imkert er seit 2002, im Hauptberuf seit 2009. Die Imkerei betreibt Ronny bewusst in Eigenregie. Mit seiner Familie ist er in Weida südlich von Gera zu Hause. Im Winter wohnen dort auch seine Bienen. Im Sommer geht Ronny mit ihnen auf „Wanderschaft“. Das heißt, er bringt seine 300 honigproduzierenden Völker in Wälder und zu ökologisch bewirtschafteten Feldern in einem Umkreis von 120 Kilometern, etwa an Standorte im oberen Vogtland. Das tut er einerseits, damit die Bienen eine Vielzahl verschiedener Trachten anfliegen. Andererseits will er damit den Pestiziden aus der konventionellen Landwirtschaft aus dem Weg gehen. Das kommt der Gesundheit der Bienen und der Reinheit des Honigs zugute. Denn auch ökologisch gehaltene Bienen können Pollen von konventionellen Äckern sammeln.

STARKE VÖLKER STATT HÖCHSTERTRAG

Beim Imkern geht es Ronny vor allem um die Pflege der Bienen und ganz ausdrücklich nicht um das Trimmen auf maximale Ausbeute. Wenn er sich gut um die Tiere kümmert, laufe es mit dem Honig von ganz allein.

„So wenige Eingriffe wie möglich“, lautet dabei seine Devise. Bei ihm orientiert sich alles an den natürlichen Vorgängen im Bienenvolk. Er ist immer bestrebt eine gute Balance zwischen seinem Interesse Honig zu produzieren und dem Interesse einer möglichst wesensgemäßen Bienenhaltung zu finden.



BEWUSSTER RESSOURCENEINSATZ

Natürlich gibt es auch Herausforderungen in seiner Arbeit. Dazu zählen heute Großimkereien, die plötzlich und ohne Absprache an Ronnys Standplätzen auftauchen und Bienenvölker von Sattelzügen heben. „Das ist förmlich ein Abgrasen der Bienenweiden hier, um den Honig dann andernorts zu hohen Preisen zu verkaufen“, meint Ronny etwas enttäuscht. Zudem wirke sich der Klimawandel spürbar auf seine Imkerei aus. Auch daher achtet er auf einen schonenden Verbrauch von Energie, Kraftstoffen und anderen Ressourcen sowie auf die Minimierung von Abfällen. Die Kühlung läuft ausschließlich mit Solarstrom aus der eigenen Photovoltaikanlage. Sie liefert mehr Strom als die Imkerei bedarf. Vieles erfolgt in der Honigerstellung bei Ronny von Hand. Technische Unterstützung leistet die sogenannte „Schleuderstraße“, auf der die Entdeckelung der Waben, das Schleudern des Honigs, die Abfüllung und die Etikettierung der Gläser maschinell erfolgen.



KUNDENKONTAKT GEWÜNSCHT

Mit seinem Honig bedient Ronny sowohl Privatkunden im Direktverkauf und per Versand als auch Supermärkte in der Region sowie Bioläden in ganz Sachsen. Als Hauptabnehmerin nimmt die VG allein ein Drittel seines Honig ab! Zudem sei die Verbrauchergemeinschaft ein Ort, an dem der Honig zu bezahlbaren Preisen verkauft wird. Das sei ganz in seinem Sinne, denn er wolle, dass sich auch Menschen „wie du und ich“ seinen Honig leisten können. An seine Kund:innen liefert Ronny immer selbst aus, weil ihm der direkte Kontakt zu ihnen wichtig ist.

Letzteres tut ihm Imker **Jonatan Werner** von der Demeter-Imkerei Heynitz gleich. Er beliefert die VG ebenfalls seit 2010. Jonatan bietet klassische Honigsorten wie die fruchtbare Obst- und Frühjahrsblüte, die geschmacklich intensivere Sommerblüte, die kräftige Lindenblüte und die bei Kindern beliebte süße Frühblüte mit Raps an. Die VG als Abnehmerin seiner Honige schätzt Jonatan sehr: „Die Menschen, die hier einkaufen, denken nicht nur daran sich etwas Gutes zu tun, sondern auch daran, wie etwas angebaut wird und wie sie unterstützen können“.

NATURGEMÄSSES BIENENLEBEN

Mit seiner Familie und seinen 25 Bienenvölkern lebt der ausgebildete Demeter-Landwirt auf einem Selbstversorgerhof in Gohla bei Nossen. In der Saison stehen seine Bienen auf den Flächen der Obstplantage des Biohofs Meißner Land. Die Imkerei betreibt Jonatan als Zweig des eigenen Landwirtschaftsbetriebes im Haupterwerb und von Beginn an nach Demeter-Richtlinien. Das Besondere daran: Während konventionelle und Bio-Imker ihre Bienenbeuten zumeist mit fertigen Mittelwaben ausstatten, lassen Demeter-Imker den Naturwabenbau durch die Bienen zu. Eine vorgefertigte Mittelwabe hat einheitlich große Waben, aus denen allesamt Arbeiterbienen hervorgehen.



Im Naturwabenbau der Bienen dagegen entstehen zwei verschieden große Wabentypen: In kleineren Waben wachsen Arbeiterbienen heran, in größeren die Drohnen, also männliche Bienen. Weniger Arbeiterbienen bringen letztlich weniger Honig ein. Die Demeter-Imkerei erlaubt zudem den Schwarmflug im Frühjahr. Dabei zieht die alte Königin mit einem Teil des Bienenvolkes aus, um für die neue Königin Platz zu machen. Den Schwarm fangen die Imker wieder ein und geben ihm Zeit für den Aufbau eines neuen Volkes. Damit nehmen Demeter-Imker bewusst einen Verlust an Honigertrag in Kauf – zugunsten des natürlichen Lebenslaufes der Bienen. Im Schnitt erntet Jonatan 750 Kilogramm Honig pro Jahr.

NATÜRLICHE INHALTSSTOFFE

Die wertvollen Inhaltsstoffe des Honigs bleiben durch das Kaltschleudern und -abfüllen erhalten. „Ein guter Honig muss ein bisschen brennen im Hals“, sagt Jonatan aus Erfahrung. Damit (nicht nur) seine Bienen ein reichhaltiges Blütenbuffet vorfinden, pflanzen er und seine Familie Hecken und säen stetig Blümmischungen aus. Denn um es in den Worten von Ronny Kern zu sagen: Der Honig spiegelt die Landschaft wider, aus der er stammt.

Die Honigprodukte von Ronny Kern bieten wir euch in allen unseren Biomärkten. Die Honige von Jonatan Werner sind in der VG in der Fritz-Reuter-Straße verfügbar.

Autorin: Kati Partzsch

VERANSTALTUNGSTIPPS DEZEMBER 2023

FAMILIENSAMSTAG: NATURKOSMETIK AUS DEM GARTEN

SA, 02.12.2023, 14:00-17:00 UHR | ORT: KULTURHOF, KULTUR FORUM WACHSBLEICHSTR. 4A, EG, 01067 DRESDEN | KOSTENLOS | INFORMATION: [INTERNETSEITE DES RIESA EFAU](#)



An diesem Nachmittag lernt ihr, wie ihr mit Kräutern, Blumen, Beeren und Wildgemüse feine Naturkosmetikprodukte herstellt, entweder für euch oder für eure Lieben. Selbstgemachtes kommt ja immer gut an - und Weihnachten naht. Vielleicht also hier noch in geselliger Runde ein schönes und individuelles Präsent fertigen und zum Fest handgemachte Freude verschenken!?

PRAXISKURS: WEIHNACHTSDUFT LIEGT IN DER LUFT – STOLLEN SELBER BACKEN

MI, 06.12.2023, 17:30-21:15 UHR | ORT: ONLINE IM LIVESTREAM | € 30,00 P. P., ZZGL. CA. € 20,00 P. P. FÜR LEBENSMITTEL | ANMELDUNG AUF DER [INTERNETSEITE DER VHS DRESDEN](#)

In diesem Online-Kurs bereiten die Teilnehmenden unter Anleitung eines erfahrenen Bäcker- und Konditormeisters Rosinenstollen zu. Dabei sind Variationen von Cranberries bis Schokolade erlaubt. Außerdem gibt es Tipps und Tricks zum Stollenbacken. Schließlich backen alle Teilnehmenden jeweils zwei Stollen im heimischen Ofen. Weihnachten kann kommen :).



PRAXISKURS: WINTERPILZE KENNENLERNEN ...UND VIELLEICHT SOGAR FINDEN

**SA, 09.12.2023, 09:00-13:00 UHR | TREFF: WALDSPIELPLATZ ALBERTPARK, FISCHHAUSSTR. 12, 01099 DRESDEN
KOSTEN: € 20,00 P. P. | ANMELDUNG AUF DER [INTERNETSEITE DER VHS DRESDEN](#)**

Mit einer Pilzexpertin haltet ihr in der Dresdner Heide Ausschau nach Winterpilzen. Dabei erfahrt ihr Wissenswertes über die Biologie von Pilzen sowie über die Wirkung ihrer Gifte. Außerdem lernt ihr Merkmale zur Unterscheidung der Pilze kennen. Vielleicht geht euch ja der ein oder andere Pilz ins Körbchen. Viel Freude jedenfalls in der Natur!



BUND WEIHNACHTSPFLEGEEINSATZ: DRESDNER HELLER

SA, 16.12.2023, 09:00-14:00 UHR | ORT: DRESDNER HELLER → [HIER](#) | KOSTENLOS | INFORMATION: [INTERNETSEITE DES BUND DRESDEN](#); ANMELDUNG AN [NATURSCHUTZ\(AT\)BUND-DRESDEN.DE](#)

Zum Jahresabschluss lädt die BUND Regionalgruppe Dresden zur gemeinsamen Entbuschungsaktion auf dem Dresdner Heller ein. Ziel ist die Erhaltung seines Offenlandcharakters. Daher werden hier kleine Birken und Kiefern abgesägt. Gegen eine Spende kann dann jede:r, die/der mag, einen Weihnachtsbaum mit heim nehmen - ökologisch und regional. Und damit: Frohe Weihnachten!



ADFC RADTOUR: LINKSELBISCHE WEIHNACHTSHÖFE

**So, 17.12.2023, 10:00-ca. 18:00 UHR | TREFF: GOLDENER REITER, NEUSTÄDTER MARKT, 01097 DRESDEN
KOSTEN: € 2,50 P. P. FÜR ADFC-NICHTMITGLIEDER, FÜR ADFC-MITGLIEDER KOSTENFREI | INFORMATION: [INTERNETSEITE DES ADFC DRESDEN](#); ANMELDUNG AN [KERSJAH\(AT\)WEB.DE](#)**

Auf dieser ca. 60 km langen, teils hügeligen Rad-Tagestour durch die linkselbischen Lande gen Meißen besucht ihr ausgewählte Höfe entlang des Wegs. Mit Glöckchen, Glühwein und der Möglichkeit, feine individuelle Geschenke, etwa aus Glas, Keramik oder Alpakawolle zu erwerben, kommt ihr beim Radeln bestimmt in weihnachtliche Stimmung. ...Und noch ein Tipp: Der ADFC bietet außerdem am 31.12. eine Silvester-Radtour mit Picknick und Ausblick auf Dresden an. Wir wünschen gute Fahrt ins neue Jahr!



Diese und weitere Veranstaltungshinweise findet ihr wie immer in unserem [Online-Eventkalender](#).