

Liebe KundInnen, liebe GenießerInnen,

August ist Ferienzeit. Wer noch nicht im Urlaub ist, zählt die Tage bis es losgeht. Damit die Rückkehr in den Alltag nicht so schwer fällt, können wir bereits jetzt schon spannendes für den kommenden Herbst ankündigen. Am 10. Oktober bieten wir Ihnen ein Spektakel der besonderen Art: Vegan-Spitzkoch Björn Moschinski kommt für eine Kochshow zu uns. Ein weiterer Höhepunkt ist die Faire Woche 2015, bei uns steht sie ganz im Zeichen ökologischer Textilien. Vorbereitend lesen Sie, was die Innatex – internationale Messe für nachhaltige Textilien – zu bieten hatte.

Antje und Björn Seyler

Innatex 1. - 3. August 2015



Textilabteilung in unserer Wieblinger Filiale

Um unseren KundInnen die schönste nachhaltige Kleidung anbieten zu können, macht sich zwei Mal im Jahr eine Expertengruppe auf den Weg zur Innatex ins Messecenter Rhein-Main. Auf dem Programm stehen Gespräche mit Herstellern, Befühlen von Tuch und Kleid und Entdecken

von neuen Schnitten und Farben. Gerade was gut sitzende Jeans angeht, haben wir im Öko-Bereich selten zufriedenstellende Modelle entdecken können. Das wird sich laut dem Kölner Label Armedangels bald ändern, denn die ersten GOTS-zertifizierten Damen-Jeans kommen schon in diesem Monat in die Geschäfte und die Herren finden passende Modelle ab Januar 2016. Wir haben eine coole kurze Jeans-Latzhose von Armedangels für Frühling und Sommer 2016 in unser Programm aufgenommen. Weitere luftige, besondere und farbenfrohe Teile liefern uns die Hersteller Hemptage, Living Crafts, Madness, The Nature Textile Company und Lana.

Faire Woche 2015 – Probieren & informieren



Vom 11. bis 25. September findet die Faire Woche 2015 statt (eigentlich sind es ja sogar zwei Wochen). Am 16. September können Sie in der Adlerstraße feinste Rapunzel-Produkte probieren. Ansonsten liegt unser diesjähriger Schwerpunkt auf Textilien. Auf wessen Kosten produziert die Modeindustrie? Diese Frage sollte sich jeder stellen, der ein Kleidungsstück kauft. Wir möchten

Sie informieren und Ihnen Alternativen für den Massenkonsum billigster Kleidung aufzeigen. Auf der einen Seite stehen die Arbeitsbedingungen und die soziale Verantwortung gegenüber den Menschen, die unsere Kleidung herstellen. Auf der anderen Seite steht der ökologische Aspekt: Gesund für den Herstellenden, den Träger und nicht zuletzt für unsere Umwelt. Wir planen die Präsentation eines Films und weitere spannende Programmpunkte, die Sie im nächsten Newsletter erfahren werden.

Kochevent mit Björn Moschinski



Vegan-Spitzkoch Björn Moschinski

In der Woche vom 5. - 10. Oktober servieren wir Ihnen täglich ein veganes Mittagsgeschicht nach Rezepten von Björn Moschinski. Vegan – das Wort kann der ein oder andere vielleicht schon nicht mehr

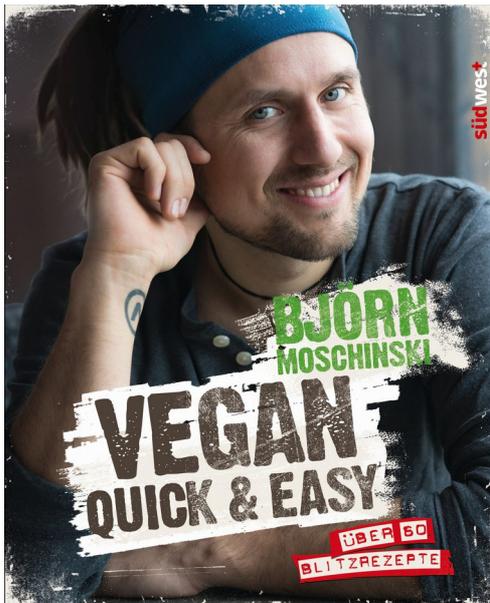
Bio-Märkte – Wieblingen & Handschuhsheim – Lieferservice – Catering

Bio-Markt Wieblingen	Adlerstraße 1, 69123 Heidelberg	Tel. 06221 65 22 6 - 0	Mo. - Fr. 8 – 20 Uhr, Sa. 8 – 18 Uhr
Bio-Markt Handschuhsheim	Steubenstraße 52, 69121 Heidelberg	Tel. 06221 586 05 - 16	Mo. - Mi. 8 – 19 Uhr, Do. + Fr. 8 – 20 Uhr, Sa. 8 – 16 Uhr
Lieferservice + Webshop Catering	Adlerstraße 1, 69123 Heidelberg Adlerstraße 1, 69123 Heidelberg	Tel. 06221 65 22 6 – 11/12 Tel. 06221 65 22 6 - 0	Mo. - Fr. 9 – 15 Uhr (Sprechzeiten Büro)



hören – lassen wir den Hype hinter uns. Worum es wirklich geht, ist das Bewusstsein für das, was auf unseren Tellern und in unseren Bäuchen landet. Vegane Speisen sind eine Möglichkeit den eigenen ökologischen Fußabdruck zu verkleinern und sich auch gesundheitlich etwas Gutes zu tun. Ziel ist nicht die Missionierung von Fleisch-essern, sondern vielmehr die Sensibilisierung für das Thema.

Björn Moschinski beweist mit seinen Kreationen, dass leckeres Essen keine tierischen Produkte enthalten muss, um köstlich zu schmecken.



Mitte September erscheint sein neues Kochbuch „Vegan Quick & Easy“, mit Rezepten die sich sehr gut in einen eng gestrickten Alltag integrieren lassen. Der Vegan-Koch räumt auf mit dem Vorurteil, dass veganes Essen zeit- und kostenintensiv ist und außerdem immer auch von Verzicht geprägt ist. Den

Höhepunkt der veganen Woche erreichen wir am 10. Oktober. Wir laden Sie herzlich ein zu unserem großen Kochevent in der Adlerstraße! Um 13 Uhr bereitet unser Koch Florian Kniesbeck gemeinsam mit Björn Moschinski vor Publikum vegane Leckereien zu, die dann von Ihnen, liebe GenießerInnen, sofort verkostet werden dürfen!

Ausflug ins Paradies

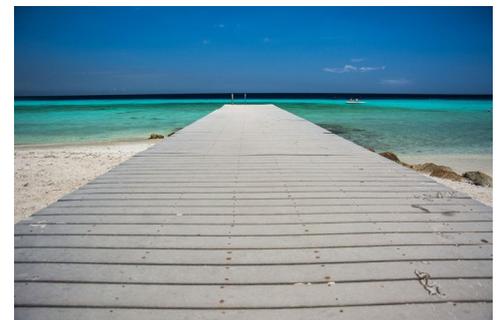
Wir planen einen Ausflug in den Heilpflanzengarten von Wala (Dr. Hauschka) in Bad Boll. Ende des Jahres wird der Termin feststehen, dann können sich Interessierte für unsere Fahrt im kommenden Frühjahr anmelden.



Es wird einen geführten Spaziergang durch den Heilpflanzengarten von Wala geben, einen Vortrag zum Thema Dr. Hauschka Gesichtspflege und eine gemütliche Pause mit Kaffee und Kuchen. Wir mieten einen Bus und freuen uns auf viele Mitfahrer.

Rudolf Hauschka erwarb Ende der 1950er-Jahre eine sumpfige Wiese direkt hinter dem Bauland für das neue Firmengebäude am Rande der schwäbischen Alb, das die Gärtner seitdem mit biologisch-dynamischen Methoden bewirtschaften. Nach vielen Jahren intensiver Bodenpflege wurde die Erde feinkrümelig und

lässt sich nun gut bearbeiten. Die Gärtner kultivieren heute mehr als 150 verschiedene Heilpflanzen für die Herstellung der WALA Präparate auf den inzwischen 4,5 Hektar umfassenden Flächen. Zwischen Seerosenteich, Bachlauf, Bienenstöcken, Blumenwiesen und Wäldchen fühlen sich Libelle, Kröte und Feuersalamander zuhause.



Nach so vielen Plänen für die Zukunft wünscht Ihnen Fair & Quer eine erholsame Zeit im Hier und Jetzt und einen schönen Urlaub!

Impressum

Fair & Quer Naturkost
Inhaberin: Antje Seyler

Adlerstraße 1
69123 Heidelberg

Umsetzung: Madlen Isleib

Reichweite dieses
Newsletters: über 800

Fon: 06221 65 22 6 - 0
Fax: 06221 65 22 6 - 20

www.fairundquer.de
kontakt@fairundquer.de

Bio-Märkte – Wieblingen & Handschuhsheim – Lieferservice – Catering

Bio-Markt Wieblingen	Adlerstraße 1, 69123 Heidelberg	Tel. 06221 65 22 6 - 0	Mo. - Fr. 8 – 20 Uhr, Sa. 8 – 18 Uhr
Bio-Markt Handschuhsheim	Steubenstraße 52, 69121 Heidelberg	Tel. 06221 586 05 - 16	Mo. - Mi. 8 – 19 Uhr, Do. + Fr. 8 – 20 Uhr, Sa. 8 – 16 Uhr
Lieferservice + Webshop Catering	Adlerstraße 1, 69123 Heidelberg Adlerstraße 1, 69123 Heidelberg	Tel. 06221 65 22 6 – 11/12 Tel. 06221 65 22 6 - 0	Mo. - Fr. 9 – 15 Uhr (Sprechzeiten Büro)