

# FRISCHPUNKT-BLATT

JULI 2021



FINDEST DU EINEN FRISCHPUNKT-  
AUFKLEBER IN DEINEM BLATT?

Juhui! Wir laden dich auf ein erfrischendes «Ursprung» Bier ein.

Mehr zum Bier: Seite 17

**FOKUSTHEMA: RESSOURCEN SINNVOLL NUTZEN**



## RESSOURCEN SINNVOLL NUTZEN

Geschätzte Leserin, geschätzter Leser

In der jüngsten Frischpunkt-Blatt-Ausgabe dreht sich alles um den Ausdruck «Ressourcen sinnvoll nutzen». Was verstehen wir darunter? Und was sind überhaupt Ressourcen?

Der Duden definiert Ressource als ein natürlich vorhandener Bestand von etwas, was für einen bestimmten Zweck, besonders zur Ernährung der Menschen und zur wirtschaftlichen Produktion, benötigt wird. In diesem Kontext könnte Ressource so etwas wie Rohstoff meinen. Oft ist hier von der Endlichkeit und dem schonenden, haushälterischen Umgang mit Ressourcen die Rede. Mit dieser Wortdefinition landen wir also schnell beim Thema Nachhaltigkeit und Ökologie und der sinnvollen Verteilung und Nutzung der vorhandenen Ressourcen über die ganze Welt. Ein zentrales Thema, welches uns im Frischpunkt begleitet, sind wir doch bestrebt danach, mit Menschen zusammenzuarbeiten, welche möglichst schonend mit den vorhandenen Ressourcen umgehen, so dass wir für unsere Konsument:innen ein Sortiment schaffen, welches nachhaltig, sinnvoll und fair ist. Im Artikel «Regionalität als Ressource» gehen wir darauf ein, mit welcher Überzeugung wir dies machen.

Natürlich schreiben wir den schonenden Umgang mit Ressourcen auch im Tagesgeschäft gross. Zum Beispiel dadurch, dass wir weitgehend auf Verpackung verzichten, Gemüse und Früchte verkaufen, welche nicht ganz der Norm entsprechen, oder vorwiegend mit lokalen Betrieben zusammenarbeiten und so lokale Kreisläufe schliessen. Unsere weitaus

wichtigste Ressource sind jedoch die Menschen, welche mit uns zusammenarbeiten und unsere Kund:innen. Ohne sie gäbe es uns nicht.

**Im Kontext des Frischpunkt-Blattes geht für uns darum die Bedeutung des Wortes Ressource noch weiter.** Wir verstehen darunter nämlich auch die inneren Potenziale eines Menschen. Die einzigartigen Fähigkeiten, Stärken, Kenntnisse, Erfahrungen, Talente, Neigungen und Strategien, die jede:r von uns sammelt und mitbringt, um das Leben erfolgreich zu gestalten und Herausforderungen zu meistern. Ressourcen machen uns einzigartig. Keine Person verfügt über die genau gleichen Ressourcen wie eine andere Person. Hinter jedem Betrieb, mit welchem wir zusammenarbeiten, stehen aussergewöhnliche Menschen, welche mit Herzblut ihrer Tätigkeit nachgehen. Wir sind darum interessiert an echten, transparenten und nachhaltigen Kooperationen mit Menschen und suchen einen offenen und konstruktiven Dialog zu unseren Partner:innen.

Mit Blick für die Ressourcen unseres Gegenübers haben wir mit einigen unserer Partner:innen für die jüngste Frischpunkt-Blatt-Ausgabe Interviews geführt. Entstanden ist dabei aus den unterschiedlichsten Gesprächen ein Blatt mit Beiträgen, welche so vielseitig sind, wie das Wort «Ressource» selbst.

Aber lies selbst, wie die Ressourcen in jedem Beitrag etwas anders durchschimmern.

Übrigens, was macht es für einen Unterschied, wenn du deinen Mitmenschen mit einem Blick für ihre einzigartigen Ressourcen begegnest und Vermutungen darüber anstellst, was die Person wohl auszeichnet, was ihr wichtig ist und was sie bewegt?

Viel Vergnügen beim Lesen.



**RAPHAEL BLATT**  
**GESCHÄFTSINHABER**



# FOKUSTHEMA: RESSOURCEN SINNVOLL NUTZEN



## INHALTSVERZEICHNIS

**Seite 4 | Frischpunkt-Gesicht**  
Lisa Tschumi

---

### Teil 1

**Seite 5 | Ressourcen sinnvoll nutzen**  
Produkte und ihre Geschichte

**Seite 6 – 9 | Zulliger's Bio Beef**  
«Wir machen aus Gras Fleisch.»

**Seite 10 – 12 | Minder Kundenmetzgerei**  
Der Kreislauf schliesst sich

**Seite 13 | Meinungsverschiedenheit als Ressource**  
Ein offener Dialog

**Seite 14 – 16 | CBD Flükiger**  
Das grosse Potenzial der Hanfpflanze

**Seite 17 – 18 | Brauerei Napf GmbH**  
Eine nachhaltige Kooperation

---

### Teil 2

**Seite 19 | Regionalität als Ressource**  
Vertrauen statt Label

**Seite 19 – 21 | Regionalität als Ressource**

**Seite 22 | Lässt du dir von uns den Frischpunkt zeigen?**

---

### Teil 3

**Seite 23 | Ressourcen aus deiner Region**  
im Gespräch mit unseren Kund:innen

**Seite 24 – 25 | Madiswil**  
Ueli Bieri

**Seite 26 – 27 | Langnau**  
Nadine Meyer

**Seite 28 – 29 | Herzogenbuchsee**  
Simone Baumann

**Seite 30 | Kundenfeedback**

**Seite 31 | Ausblick und Impressum**

## FRISCHPUNKT-GESICHT: LISA TSCHUMI



Lisa stellt sich im folgenden Text gleich selbst vor und zwar auf Mundart. Schliesslich dreht sich in dieser Ausgabe des Frischpunkt-Blattes ja alles darum, Ressourcen sinnvoll zu nutzen und es entspricht Lisa am meisten, sich authentisch, nah am Alltag und ganz unkompliziert zu präsentieren:

Hallo zäme

Ig bi d' Lisa. Ig bi bis zur vierte Klass in Rohrbach bim Donner, imne Buurehuus, mit Hung, Chatze, Chüngle, Hühner und viu Freiheite ufgwachse. Jedi frei Minute verusse, am spiele, ir Langete am umepflotsche oder im Garte go Rhabarbere usrisse, i Zucker stecke und ab is Muul, mhh... Oder am Meertrübeli, Äbberii oder Chrusle früsch abem Struch abläse. Das si Chindheitserinnerige, wo bliibe!

Nach der Schueu bini i d'Wäut use, ömu fang is Wäutsche... De hani ufem Buurehof in Wiedlisbach im Hushaut gschaffet, mit 18i d'Lehr zur Krankenpflegerin ir Insu z'Bärn gmacht. Uf dr Geriatrie in Langetau bini de bis zur Geburt vor Céline (26) mit viu Fröid und Härz am schaffe gsi. Zwöi Jahr spöter isch der Jannick (24) no zum Abschluss vo üser Familie derzue cho. Ou üsi Ching hei viu Freiheite gnos-

se, e Baschtuchäuer, wo sie mit Hammer, Sagi, Negu mängs zämebaschtlet hei, es Gartebeetli nume für ihri Blüemli oder Radiesli, oder eifach dusse si, zum Ching si...

Ig ha de wieder chli afo schaffe, Nachtwach in Wiedlisbach, Servierdüse in Äschi, ir Bäckerei in Murgenthal. De hani es Johr lang es Lädeli gha, ha mini säubermachte Schwemmholzsache verchouft, mit eme chline Café und säubermachte Backware am Donnschtinomi. Genau i däm Lade, wo jetzt der Frischpunkt Buchsi drin isch...Bir Spitex Casa hani när Hushautige putzt, bi go ichoufe oder ha für ne Familie kochet, und z'letscht bini im Gartefänschter umedüset.

Mir isches wichtig. dass jede Mönsch si Teu derzue bitreit, öppis z'mache zu üsem Abfaubärg, wo immer wie grösser wird... Dusche mit Seife, Hoor wäsche, mit Hoorseife, Deo im Dösli, zum nochefüue...Das isch e hauptgrund gsi, wieso ig ize im Frischpunkt schaffe.

### IM FRISCHPUNKT BINI ACHO, HIE FÜEHLE IG MI DEHEIME, WOU UND ZFRIEDE!

Es macht Spass z'luege, wie lääri grüeni Chischtli dür d'Ladetüür ine chöme und gfüllt und farbefroh der Lade wieder verlöh... Gueti Gspräch, gueti Lüt, Rezäpt ustuuusche, Nöis entdecke, Nöis lehre, genau das isches, was mir hie so gfaht.

Was es aber heisst, am zähni am Morge d'Ladetüüre uf z'tue, aus parat zha, büschelet und ufgfüllt... Das heisst viu Handarbeit: Die früsche Sache düre-rüschte, Chischtli fürs Oug büschele, de füüre steue, Glacetheke, Chästheke parat mache, Trocheware nochefüue, und no viu meh, do chasch der s'Fitnessstudio spare...

Aber genau die Sache gäh mir e Bezug zum Produkt, zum Gschmack, zeige mir, wie wichtig es isch, verantwortigsvou mit üsne Läbesmittu umzgo...

Und de isch zähni, ig cha Tüüre uftue und mit eme Lächle säge: «Hallo zämme».



## TEIL 1: RESSOURCEN SINNVOLL NUTZEN – PRODUKTE UND IHRE GESCHICHTE



Der Frischpunkt lebt von abwechslungsreichen Produkten, hinter welchen Menschen und ihre einzigartigen Geschichten stehen.

Einige unserer Partner:innen haben wir darum zum Interview getroffen und sie gefragt, was sie unter der Aussage «Ressourcen sinnvoll nutzen» ganz grundsätzlich, bezogen auf ihre Tätigkeit oder bezogen auf sich selbst verstehen. Dabei sind vielfältige Begegnungen und Texte entstanden, welche die Menschen hinter den Produkten, ihre einzigartigen Ressourcen und das Produkt selbst porträtieren. Im Gegenzug haben wir unsere Interviewpartner:innen auch gefragt, was sie am Frischpunkt, an der Zusammenarbeit mit uns oder an unserer Idee schätzen (vgl. Kasten am Ende jedes Beitrages). Daraus ergab sich ein spannender Dialog, in welchem wir auch etwas über uns und unsere eigenen Ressourcen erfahren konnten.

Folgende Produkte und Menschen stellen wir dir vor:

**Zulliger's Bio Beef: «Wir machen aus Gras Fleisch»**

**Minder Kundenmetzgerei: Der Kreislauf schliesst sich**

**Meinungsverschiedenheit als Ressource – ein offener Dialog**

**CBD Flükiger: Das grosse Potenzial der Hanfpflanze**

**Brauerei Napf GmbH: Eine nachhaltige Kooperation**

Welche Ressourcen entdeckst du in diesen Beiträgen?

## ZULLIGER'S WYSSBACH BEEF: «WIR MACHEN AUS GRAS FLEISCH»



Im Gespräch mit Bruno Zulliger erfahren wir vieles. Zum Beispiel was er meint, wenn er sagt, dass sein Hof aus Gras Fleisch macht, warum er und seine Frau, Nina Zulliger, ihr Fleisch direkt im Stall verkaufen, warum der Boden bei der Familie Zulliger einen besonderen Fokus genießt oder was er unter der Aussage «Ressourcen sinnvoll nutzen» versteht.

Donnerstagmorgen, 08.00 Uhr. Eigentlich ein Hochsommertag, der sich jedoch bis zum Mittag von seiner ganz verhangenen und grauen Seite zeigt; die Wolken hängen tief, die Stimmung ist düster und gedrückt und der Regen klatscht ununterbrochen auf den Asphalt. Mit Regenjacke ausgerüstet und doch etwas verregnet, stehen wir bei Bruno und Nina Zulliger auf dem Bio-Bauernhof vor der Tür und strecken gerade den Finger aus, um zu klingeln, da öffnet Bruno schon die Türe und bittet uns mit einem Lachen herein. Mit einem Glas Wasser machen wir es uns am Esstisch mit Ausblick ins Grüne bequem. Die Fenster sind geziert mit Kunstwerken, welche die Kinder aus Fenstermalfarbe hergestellt haben. Für einen kurzen Moment fühlen wir uns etwas in die Kindheit zurückversetzt.

Dann beginnt Bruno zu erzählen, wie er damals, als der Frischpunkt in Madiswil gerade seine Türen öffnete, ein Inserat des Bioladens sah und sich dadurch angesprochen fühlte. Denn es ist ihm ein Anliegen, mit seiner Arbeit die Regionalität und die Wertschätzung gegenüber dem Endprodukt zu

fördern. Die Vorstellung, dass seine Tiere einfach in irgendeinen beliebigen Lastwagen geladen und abtransportiert werden, schaudert ihn. Darum haben er und seine Frau Nina immer von einem Hof geträumt, der zu 100% von der Direktvermarktung und dem direkten Kontakt zu den Kund:innen lebt. Eine unkomplizierte Zusammenarbeit auf Augenhöhe mit dem Frischpunkt kam darum wie gerufen. Sowieso schätzt es Bruno, wenn man miteinander, pragmatisch und ergebnisoffen unterwegs ist.

### Wie aus Gras Fleisch wird

Auch wenn der Schwerpunkt der Arbeit auf dem Hof klar auf der naturnahen Fleischgewinnung liegt, betreiben Bruno, Nina, ein Teilzeit-Angestellter und Brunos Vater auf gut einem Drittel ihrer verfügbaren Fläche Ackerbau und bauen Brotgetreide wie Dinkel, Weizen, Speisehafer für den menschlichen Verzehr an. Die Ressourcen sinnvoll zu nutzen, bedeutet für Bruno Zulliger eben auch, den Betrieb so zu führen, wie es durch die lokalen und geografischen Gegebenheiten Sinn macht. Es ist darum naheliegend, dass er sein Grasland für die extensive Rindviehhaltung nutzt. Dafür kann er seine Tiere ausschliesslich mit Grundfutter ernähren und kauft kein Kraftfutter zu. Auch dies ein wichtiger Punkt in der Überzeugung von Bruno; denn so fressen seine Tiere den Menschen nicht ihr Essen weg und sowohl die überzeugte Fleischesserin wie auch die passionierte Vegetarierin oder Veganerin finden in der gleichen Ernährungswirtschaft sinnvoll ihren Platz. Damit er über den Sommer einen grösseren Teil seiner verfügbaren Fläche ackerbaulich nutzen kann, verbringt einen Teil seiner Tiere den Sommer auf der Alp. Dies bringt auch den Tieren und der Alp Vorteile. Seine Tiere kommen in den Genuss von leckerem Alpgras und bauen ihre Kondition durch die harscheren Bedingungen auf der Alp aus, während das Alpengebiet von der Sömmerung profitiert, in dem es vor der Verbuschung verschont bleibt.

**SEIT ZWEI JAHREN LEGEN BRUNO UND NINA BEI IHRER TÄTIGKEIT DEN FOKUS STARK AUF DEN BODEN UND AUF DIE REGENERATIVE LANDWIRTSCHAFT. LOGISCH, DENN DER BODEN IST BEI IHRER TÄTIGKEIT DIE WICHTIGSTE RESSOURCE. ERST DURCH DAS GRAS, WELCHES AUF GESUNDEM BODEN WÄCHST, ENTSTEHT IM ENDEFFEKT SCHLIESSLICH DAS FLEISCH.**



Ohne Boden geht nichts und ein gesunder Boden sichert langfristig die Ertragssicherheit des Betriebs sowohl im Ackerbau wie auch in der Grünlandwirtschaft. Sein Interesse für die Ressource Boden wurde 2017 durch die Umstellung des Betriebs auf die biologische Landwirtschaft geweckt. Ohne Einsatz von chemischen Pflanzenschutzmitteln war der Bauer plötzlich gefordert, sich intensiv mit dem Bodengefüge und den angebauten Kulturen auseinanderzusetzen und Zusammenhänge noch besser zu verstehen. Wie er selbst sagt, muss es schliesslich sein Ziel sein, den Boden vor dem Sähen oder Bepflanzen ausreichend mit Nährstoffen zu versorgen, so dass die Pflanze für ihr Wachstum dann alles hat, was sie braucht und der Einsatz von Dünger und Pflanzenschutzmittel nicht mehr oder kaum mehr nötig ist. In einem mehrtägigen Kurs zu regenerativer Landwirtschaft hat sich Bruno das Grundwissen erarbeitet. Heute ist er Teil einer Bodenarbeitsgruppe um Simon Jöhr (vergleiche letzte Ausgabe Artikel «Das was wächst, ist der Spiegel des Bodens») und entwickelt gemeinsam mit den anderen Mitgliedern immer wieder neue, lohnenswerte Ideen hin zu einer regenerativen Landwirtschaft. Diese Tätigkeit entspricht ihm sehr, pröbelt und experimentiert er doch äusserst gerne, um seinen Betrieb und sein Weltbild vorwärts zu bringen.

### Überzeugen anstatt verbieten

Sei es beim Thema regenerative Landwirtschaft, bei der nachhaltigen Ernährung oder sonst wo, Bruno ist überzeugt, dass wir gemeinsam weiterkommen, wenn wir einander weniger vorschreiben und bevormunden und mehr auf das gemeinsame Vorwärtkommen und einen Austausch auf Augenhöhe fokussieren. Bestens geeignet dafür; ein offener und transparenter Dialog und eine nahe Verbindung zwischen Konsument:in und Produzent:in.

**DARUM HABEN SICH BRUNO UND NINA NACH LÄNGEREM HIN UND HER DAZU ENTSCIEDEN, IHR FLEISCH DIREKT IM STALL IN KLEINDIETWIL ZU VERKAUFEN.**

**SCHLIESSLICH SOLLEN IHRE KUND:INNEN SEHEN, WOHER DAS FERTIGE ENDPRODUKT KOMMT. DASS DAFÜR EIN TIER SEIN LEBEN LASSEN MUSS, DARAN GÄBE ES NICHTS ZU BESCHÖNIGEN, SAGT BRUNO ZULLIGER.**



Das nimmt man als Fleischesser:in in Kauf, darum sei es nur fair, bewusst hinzuschauen und dem Tier die nötige Wertschätzung und den nötigen Respekt entgegen zu bringen und sich der realen Tatsachen stets bewusst zu bleiben. Der Bio-Bauer betont, man müsse sich schon im Klaren darüber sein, dass die Tiere in der Regel nur ein sehr kurzes Leben führen. Dieses Leben wollen Zulligers für die Tiere darum möglichst naturnah, schön und zum Wohle des Tiers gestalten. Dass er seine Tiere in der Mutterkuhhaltung pflegt, ist selbstverständlich und für den Bauer immer wieder eine wahre Freude zu beobachten, wie die jungen Tiere lange einen einmaligen Bezug zu ihrer Mutter haben und wie rasch sich in der Herde Gruppen und Verbündete bilden. Dass er seine Tiere persönlich zum Schlachthof begleitet, gehört für ihn zum würdevollen Umgang und zum Respekt vor seinen Tieren. Und auch wenn Bruno selbst überzeugter Fleischesser ist, gilt für ihn trotzdem «weniger ist mehr» und Qualität und verantwortungsbewusster Fleischkonsum vor Quantität. Gerade auch im Hinblick auf die Ernährungssicherheit der Weltbevölkerung, die durch einen zu hohen Fleischkonsum pro Kopf kaum garantiert werden kann. Darum freut es ihn, dass viele seiner Kund:innen von «nose to tail» alles essen und so wiederum ihren Respekt gegenüber dem Tier zum Ausdruck bringen und verantwortungsbewusst mit der Ressource Fleisch umgehen.



## Ein Traum wird wahr

Bruno Zulliger ist ausgebildeter Landmaschinenmechaniker EFZ und arbeitete jahrelang auf seinem Beruf, bis er immer stärker bemerkte, dass seine Zufriedenheit stetig abnahm. Schliesslich entschied er sich vor 14 Jahren gemeinsam mit seiner Frau, Nina, die bis vor kurzem noch als Case Managerin bei einer Versicherung tätig war, dazu, den Hof im Nebenerwerb zu übernehmen. Aus diesem Grund hat Bruno die Ausbildung zum Landwirt EFZ nachgeholt. Die Vision der beiden: Einmal von der Direktvermarktung leben und viele regionale, kleine Kooperationen mit persönlicher Geschichte pflegen. Über die letzten zehn Jahre hinweg hat das Ehepaar mit den beiden Kindern den Hof und den Betrieb stetig auf- und ausgebaut und sich so ihren Traum verwirklicht. Mittlerweile arbeiten sowohl Bruno wie auch Nina zu 100% auf dem und für den Hof, was laut Bruno die Familie wieder näher zusammengebracht und den Betrieb zu einem echten Familienbetrieb gemacht hat. Ganz neu befindet sich auf dem Hof auch eine Pferdedension; Ninas grosse Leidenschaft als Pferdeliebhaberin. Zudem bietet sie auf dem Familienbetrieb auch pferdegestützte Coaching an. An Stillstand ist bei der Familie Zulliger nicht zu denken; zu wichtig ist Bruno und Nina das kontinuierliche Hinterfragen und Weiterentwickeln.

Den Schritt in die Selbstständigkeit hat Bruno noch nie bereut. Im Gegenteil, er schätzt an seinem selbstständigen Arbeitsalltag in der Landwirtschaft besonders, dass er komplette Abläufe und Kreisläu-



fe erleben und mitgestalten kann und dass kein Tag so aussieht, wie der andere. Natürlich ist die Selbstständigkeit im Vergleich zum Angestelltenverhältnis an deutlich mehr Verantwortung geknüpft. Diese hohe Verantwortung trägt er jedoch gerne, denn damit erlangt Bruno andererseits ja auch ganz viel Freiheit und Selbstbestimmung.

Alles in allem entwickeln sich in den Augen von Bruno Zulliger sowohl die Landwirtschaft wie auch sein Betrieb in eine gute Richtung auch wenn natürlich längst nicht alles so läuft, wie es, ginge es nur um ihn, könnte. Schliesslich sei aber trotzdem jeder Schritt in Richtung erwünschte Zukunft ein Schritt in die richtige Richtung.

Irgendwann ist unser Wasserglas leer und die Zeit schon etwas fortgeschrittener als erwartet. Beeindruckt von der Fülle und Vielseitigkeit der Informationen, welche wir in kurzer Zeit zu hören bekamen und beeindruckt von Brunos klarer Linie und Überzeugung gepaart mit seiner grossen Neugierde und Offenheit für andere Blickwinkel, für Entwicklung und für einen Dialog, welche beide Seiten weiterbringt, tragen wir das leere Wasserglas zurück in die Küche, verabschieden uns, ziehen die Regenjacke wieder an und stellen uns draussen wieder dem Regen, welcher immer noch unermüdlich auf die Strasse prasselt.

Der nächste Direktverkauf des Naturabeef ab Hof findet übrigens am Samstag, 28. August von 10.00 bis 11.30 Uhr auf dem Hof Stützli in Kleindietwil

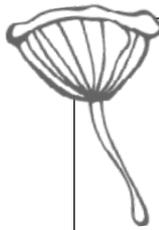




statt. Hier hast du Gelegenheit, dich direkt mit Familie Zulliger auszutauschen und einen Blick in ihren den Alltag zu werfen.

Unter <https://www.wyssbach-beef.ch/> in der Rubrik «Kontakt» kannst du bis dahin einiges über den Hof, die Tiere, die Produkte, die Geschichte, die Alpzeit und die Familie nachlesen und dir mit vielen Bildern einen Eindruck des Betriebs verschaffen. Und unter [www.ninazulliger.ch](http://www.ninazulliger.ch) erfährst du mehr über das pferdegeschützte Coaching auf dem Hof.

Zulliger's Wyssbach-Beef  
Bruno und Nina Zulliger  
Wyssbach 148  
4934 Madiswil  
E-Mail [info@wyssbach-beef.ch](mailto:info@wyssbach-beef.ch)  
Telefon 079 758 07 01



«WIR SCHÄTZEN AM FRISCHPUNKT DIE FAIRE, UNKOMPLIZIERTE GESCHÄFTSPARTNERSCHAFT UND DIE NÄHE ZUM PRODUZENTEN.»

## KUNDENMETZGEREI MINDER: DER KREISLAUF SCHLIESST SICH

Beim Besuch der Kundenmetzgerei Minder in Busswil erfahren wir, wie Geschäftsinhaber Ruedi Minder zu seinem Beruf kam, was den Betrieb seit mehr als 20 Jahren erfolgreich macht und wie Ruedi und sein Team sinnvoll lokale Produktions- und Wertschätzungskreisläufe schliessen.

An einem gewitterhaften Sommerabend besuchen wir Familie Minder auf ihrem Hof in Busswil bei Melchnau und treffen Ruedi Minder, Geschäftsinhaber der Kundenmetzgerei zum Gespräch. Der Hof und die Kundenmetzgerei liegen etwa zehn Minuten von Langenthal entfernt, am längsten Tag des Jahres umgeben von saftig grünen Wiesen und hohem Gras, welches sich unter dem Regen schwer der Strasse entgegenbeugt. Dass hier Sauberkeit, Hygiene und Struktur hoch geschrieben werden, zeigt sich schon bei unserer Ankunft, denn der Weg zur Kundenmetzgerei ist auf dem Hof serviceorientiert beschildert und bereits vor der Tür erwartet uns eine Möglichkeit, die Hände zu desinfizieren und der allgemeine Pandemiehinweis mit der Aufforderung, eine Maske zu tragen. Wir treten ein und schon begegnen wir Ruedi in seiner auffallend reinlichen Berufskleidung und den strahlenden, freundlichen Augen; das einladende Lächeln versteckt hinter seiner Maske. Seine beiden Geschäftspartner:innen Yvonne (seine Frau) und Michael (sein Sohn) nehmen sich ebenfalls Zeit, uns willkommen zu heissen und zu begrüßen. Dann



setzen wir uns mit Ruedi an den langen, Geselligkeit erweckenden Tisch im Verkaufsbereich und kommen rasch ins Gespräch.

### Die Ressource Familie

Ruedi erzählt, dass der Bauernhof nun bereits in der 5. Generation der Familie Minder gehöre. Mit dem Sohn, Michael Minder, tritt für die Kundenmetzgerei bereits die dritte Generation in die Fussstapfen der Vorfahren. Für Ruedi war immer klar, dass er einmal den Betrieb seines Vaters, Paul Minder, übernehmen würde. Bereits als kleiner Junge verbrachte er viel Zeit an der Seite seines Vaters und blickte diesem regelmässig über die Schulter. Auch Michael, Ruedis Sohn, verbrachte natürlich viel Zeit im Betrieb. Schliesslich sind bei einem Familienbetrieb alle Hände gefragt und obwohl Ruedi insgeheim immer hoffte, dass auch Michael einst den Betrieb übernehmen würde, sprach er ihn nicht darauf an und überliess ihm die freie Wahl. Michael absolvierte darum zuerst eine Lehre als Schreiner EFZ. Umso grösser war Ruedis Erstaunen und natürlich Freude, als sein Sohn Ende viertes Lehrjahr beschloss, sich auch noch zum Fleischfachmann EFZ ausbilden zu lassen. Während wir gemütlich am Tisch sitzen und plaudern, erledigt Michael im Hintergrund gerade noch den Rest der anstehenden Tagesarbeit.

Wir äussern die Vermutung, dass es wahrscheinlich nicht immer ganz einfach sei, mit den nächsten Verwandten einen Betrieb zu führen. Daraufhin schmunzelt Ruedi hinter seiner Maske, nickt beja-





hend und betont gleichzeitig, dass die Vorzüge klar überwiegen. Denn von der engen Zusammenarbeit profitieren sowohl Vater als auch Sohn. Oder wie Ruedi sagt:

**«WENN WIR UNS AUFEINANDER EINLASSEN, LERNEN WIR IMMER WIEDER GEGENSEITIG VONEINANDER UND KOMMEN SO WEITER.»**

Als die grössere Herausforderung erachtet er es hingegen, Arbeit und Wohnen klar zu trennen, respektive sich genügen Pausen einzuplanen. Denn es gäbe tendenziell immer etwas zu tun und die Versuchung auch an einem Sonntag bereits etwas vorzuarbeiten für die nächste Woche, ist durchaus da. Darum schätzt Ruedi im Sommer seine Abende auf dem Bike als Ausgleich zur Arbeit.

### **Die Werte der Kundenmetzgerei**

Nach Feierabend gesellt sich auch Michael frisch umgezogen in Alltagskleidung zu uns dazu. Kurzerhand stehen wir auf und gelangen durch eine Verbindungstür in den eigentlichen Verarbeitungsteil des Betriebs, wo uns die beiden die einzelnen Arbeitsschritte erklären, die Funktion der verschiedenen technischen Geräte näherbringen und uns einmal an ihrer weitherum bekannten Räucherware riechen lassen.



Dabei erzählen Ruedi und Michael, dass sie seit etwas mehr als zehn Jahren mit dem Bio-Label zertifiziert sind. Für die Familie ein wichtiger Schritt, denn durch die Bio-Zertifizierung muss für die Kund:innen dank dem sogenannten «Späckbüechli» jederzeit eine saubere Dokumentation der getätigten Verarbeitungsschritte vorliegen. Transparenz und Offenheit sind für die Familie Minder sowieso zentral. Ihre Kund:innen und alle Interessierten dürfen darum jederzeit selbst einen Blick in den Betrieb werfen und sich von den hohen Sauberkeitsstandards und dem strukturierten Arbeiten der Familie Minder überzeugen. Ruedi und sein Team zeigen Interessierte gerne auf ihrem Betrieb herum und beantworten mit Geduld und Leidenschaft jede für sie noch so selbstverständliche Frage. Wir sind mittlerweile bei der Rauchmaschine angekommen, wo uns die beiden Fachmänner zeigen, wie heute Cervelat, Bratwurst, Wienerli und Co. den unwiderstehlich rauchigen Geschmack erhalten. Den Bezug zu ihren Kund:innen gewichten Minders sehr hoch. Ein persönliches Übergeben der veredelten Fleischstücke, ein kurzer Schwatz sowie ein aufrichtiges Merci gehören selbstverständlich dazu. Dabei hilft es natürlich, dass sowohl Ruedi wie auch Yvonne und Michael gerne unter Menschen sind und den persönlichen Austausch schätzen.

### **Kreisläufe schliessen**

**MINDERS ERZÄHLEN UNS, DASS SIE IN IHRER KUNDENMETZGEREI VON A BIS Z ALLES SELBST MACHEN; Sogar die Gewürzmischung für die fertigen WÜRSTE.**

Kleinere Tiere können direkt auf dem Hof getötet werden. Die grösseren schlachtet Ruedi in Langenthal und transportiert sie dann in einem dafür vorgesehenen Transporter zurück auf den Hof, wo sie zuerst grobzerlegt und später feinerlegt werden, ehe das Endprodukt achtsam abgepackt und vakuumiert wird. Weil die Kundenmetzgerei hauptsächlich mit Kund:innen aus der nächsten Umgebung, wie beispielsweise dem Zulliger Hof (siehe vorgängiger Artikel) zusammenarbeitet, schliessen sie mit ihrer Tätigkeit sinnvoll Produktionskreisläufe. Das Tier wächst in der Region auf, wird in der lokalen Kundenmetzgerei geschlachtet und verarbeitet und der Erlös wird schliesslich wiederum in der Region verkauft oder im Eigenverbrauch verzehrt. So erübrigen



sich lange, komplizierte Wege und die Wertschöpfungskette bleibt regional. Dies erspart auch den Tieren viel Stress und Unruhe, da sie in der Regel von ihren Besitzer:innen persönlich bis ins Schlachthaus begleitet werden. Ein Schritt der, gerade für Produzent:innen, denen das Tierwohl am Herzen liegt, sehr wichtig ist.

Das Betäuben der Tiere ist jedoch nichts, was Ruedi und Michael gerne machen. Zumal es auch der heikelste Schritt auf dem Weg zu einem guten Endprodukt darstellt, da die Schlachtung der Tiere sehr fehleranfällig und hygienisch sehr anspruchsvoll ist. Handelt es sich um die eigenen Tiere, wird dieser Schritt emotional noch herausfordernder. Aus Respekt vor dem Tier und um persönlich Abschied zu nehmen, legt Ruedi darum Wert darauf, dass er seine eigenen Tiere schlachten kann. Aus dem Gedanken der Wertschätzung und des Respektes ist es für die Kundenmetzgerei von grosser Wichtigkeit - wie es früher üblich war - «nose to tail» alles zu verwenden, was ein Tier hergibt.

### Ein Erfolgsrezept

Die Kundenmetzgerei Minder ist weitherum bekannt für ihre feinen Würste. Die Familie ist seit gut 80 Jahren im Besitz des dazugehörigen Rezeptes und verwendet dieses bis heute unverändert. Ein Klassiker sozusagen. Daneben darf natürlich die Innovation nicht fehlen, die sowieso einen wesentlichen Teil der Arbeit von Ruedi, Yvonne und Michael ausmacht. So finden sich im Wurstsortiment der Familienmetzgerei auch Würste mit Curry oder Tomaten-Mozzarella Geschmack oder Käsewurstli. Die feinen Wurstwaren findest du selbstverständlich im Frischpunkt-Sortiment.

Obwohl es noch viele Fragen und einen Haufen zu entdecken gäbe, verabschieden wir uns langsam von Ruedi und Michael, denn der nächste Termin ruft uns bereits. Wir ziehen die Holztüre zur Kundenmetzgerei sorgfältig hinter uns zu, bis sie mit einem dumpfen «klack» ins Schloss fällt und überlassen die beiden ihrem wohl verdienten Feierabend.

# MEINUNGSVERSCHIEDENHEIT ALS RESSOURCE – EIN OFFENER DIALOG

Das Angebot des Frischpunktes ist so vielseitig, dass bei uns alle Konsument:innen unabhängig ihrer bevorzugten Ernährungsweise und unabhängig einer allfälligen Unverträglichkeit gleichermaßen auf ihre Kosten kommen. Dies ist bewusst so gewählt, weil wir überzeugt sind, dass es die Vielfalt ist, welche ein gesundes Mittelmaß ausmacht. So umfasst das Frischpunkt-Sortiment nebst Fleischerzeugnissen aus der umliegenden Region auch vegetarische und pflanzenbasierte Alternativen wie Tofu, Dinkelgeschnetzeltes oder Gemüseplätzli.

Seit Anfang Jahr finden sich im Frischpunkt-Sortiment auch Produkte der Bio-Metzgerei Ueli-Hof. Ethik trifft auf Genuss – Echter Geschmack im Einklang mit Mensch, Tier und Umwelt. So steht es auf der Website der Biom-Metzgerei. So steht es auf den Ueli-Hof-Fleischerzeugnissen in unserem Sortiment. Was bei verantwortungsbewussten Konsument:innen, welche gerne ab und an ein feines Stück Fleisch geniessen, auf Zustimmung stösst, mag für andere Konsument:innen, welche sich fleischlos ernähren, grosses Erstaunen auslösen.

Diese Tatsache wollen wir für einen offenen Dialog nutzen und zeigen, wie es gelingt, sich auf Augenhöhe, mit Respekt und mit einem ehrlich interessierten Blick für das Gegenüber auszutauschen und das Bild einer gemeinsamen Zukunft zu zeichnen, auch wenn die Beteiligten mit ganz unterschiedlichen Überzeugungen an einem Tisch sitzen. Einmal mehr geht es auch hier darum, die Ressourcen der Gesprächspartner:innen sinnvoll zu nutzen und in den Vordergrund zu stellen.

Zu diesem Zweck laden wir Anfang September Martin Schmitz, Geschäftsleiter Ueli-Hof, Raphael Blatt, Geschäftsinhaber Frischpunkt und den früheren Fleischliebhaber, Patrick Kaufmann, der sich heute aus Überzeugung von Pflanzen ernährt, zum Austausch im Frischpunkt Madiswil ein. Im Zentrum steht die Frage: Wie passt der Fleischkonsum in die nachhaltige Entwicklung unseres Ernährungssystems?

Das Gespräch stellen wir unseren Kund:innen im Anschluss als Podcast zum Nachhören zur Verfügung.

## Meinungsverschiedenheit als Ressource

Mit dem offenen Gespräch wollen wir sichtbar machen, welchen Unterschied es macht, wenn man



dem Gegenüber mit echtem Interesse und echter Neugierde begegnet auch wenn vermeintlich klar ist, dass die Meinungen weit auseinandergehen. Wir wollen zeigen, wie ein konstruktives Gespräch auf Augenhöhe aussieht, welches zur Horizonterweiterung aller Beteiligten und zum Vorwärtskommen in der Welt, mit den grossen Themen unserer Zeit, beiträgt. Der Fokus wird im Gespräch stark auf den Gemeinsamkeiten der erwünschten Zukunft aller Beteiligten liegen und insbesondere die Ressourcen der einzelnen Personen in den Vordergrund stellen. Wir verzichten darauf, Differenzen zu beleuchten, zu diskutieren und zu verhärten und wollen stattdessen herausarbeiten, wo sich die Visionen und Überzeugungen der Gesprächspartner:innen treffen, damit ein gemeinsames Bild einer erwünschten Zukunft entsteht, das Raum lässt für viele nebeneinanderstehende Überzeugungen. Wir gehen unter anderem der Frage nach, wie jede:r Gesprächsteilnehmer:in zu einer nachhaltigeren Welt beitragen kann und wo wir bereits heute auf Kurs sind.

Denn wir sind überzeugt, dass wir nur gemeinsam über die Interaktion weiterkommen und dass uns ein ehrlicher Dialog mit Menschen, welche anders denken als wir, den Horizont erweitert und den Blick öffnet für Möglichkeiten, welche wir bisher nicht in Betracht gezogen haben.

Moderiert wird der offene Dialog von Andy Balmer, Seminarleiter, Coach und Berater, und Miriam Siegenthaler, Kommunikationscoach- und Beraterin. Mit ihrer Tätigkeit gehen die beiden freischaffenden Kommunikationscoaches der Frage nach, wie klare, effiziente und leichte Kommunikation aussieht, welche Veränderung begünstigt und Menschen näher zueinander bringt.

Das Gespräch steht ab Mitte September zum Nachhören bereit.

# DAS GROSSE POTENZIAL DER HANFPFLANZE

Gespräch mit Andreas Flükiger über seinen Alltag als CBD-Grower, das vielseitige Potenzial der Hanfpflanze in fast jedem Lebensbereich und über seine Motivation, Hanf zu kultivieren.

Per 1. Januar 2016 wurde in der Schweiz der Anbau von CBD legalisiert unter der Vorschrift, dass der THC-Gehalt nicht über 1% liegen darf. Das sah Andreas Flükiger, welcher in seinem Umfeld gewöhnlich als Resu bekannt ist, als seine Chance, in das Geschäft einzusteigen. Gemeinsam mit einem Partner begann er, sich erste Gedanken zu machen und Ideen zu entwerfen. Eine Firma, welche ihm die gewonnen Blüten abnehmen würde, liess nicht lange auf sich warten und passende Räumlichkeiten für den Indoor-Anbau waren in Zollbrück auch rasch gefunden. Leider war Resu nach der Legalisierung nicht ganz der einzige Visionär mit dieser Idee; 800 weitere wollten zwischen 2018 und 2019 ihr Glück mit dem Anbau von CBD versuchen. Der Markt war total übersättigt. Während Resu bei seiner ersten Ernte für ein Kilogramm CBD stolze CHF 4'500 verdiente, waren es nach der Marktüberfüllung nur noch rund CHF 1'500. Kaum genug, um die hohen Stromkosten, die Miete, das Personal und seinen Aufwand zu finanzieren. Resu sah sich darum mit der Frage konfrontiert; wie weiter? Dies nahm er prompt zum Anlass, umzudenken.



## Ressourcen sinnvoll nutzen

Eigentlich störte er sich nämlich ab der Tatsache, dass der Indoor-Anbau von CBD ökologisch gesehen wenig Sinn macht. Denn der Ernteertrag ist stark abhängig von der richtigen Düngermenge, von der korrekten und wiederholten chemischen Behandlung der Pflanzen und natürlich vom richtigen Raumklima und ausreichend künstlichem Licht. Mit Nachhaltigkeit und Natürlichkeit hatte das für den Grower wenig zu tun. Resu entschied sich darum kurzerhand auf den Bio Outdoor-Anbau umzusteigen. Heute bereitet er all seine Produkte mit Hanf zu, der draussen auf seinen eigenen Feldern gewachsen ist.

«JETZT KANN ICH GERADESTEHEN. JETZT IST ES NACHHALTIG».

Sowieso legt Resu bei seinen Entwürfen, die oftmals entstehen, damit er den Alltag für eine liebe Person angenehmer machen kann, grossen Wert darauf, in seinen Produkten, wo immer möglich, regionale und lokale Zutaten zu verwenden. Darum sucht er sich gezielt kleine Kooperationen mit Einheimischen aus. Dies kostet ihn natürlich etwas mehr, als wenn er seine Zutaten irgendwo bei einem Grosshändler einkaufen würde, dafür steht Resu mit voller Überzeugung hinter seinen Produkten und bringt erst noch sinnvoll die Menschen und die Produkte aus der Region näher zusammen. Analog handhabt er es mit dem Verkauf seiner Produkte. Auch hier arbeitet er mit Menschen aus der Region zusammen; darunter zwölf kleineren Läden aus der Umgebung, Schmerztherapeut:innen, Masseur:innen, Naturmediziner:innen und ein Arzt.

Die CBD Emental Flükiger bleibt bewusst klein, fein und nachhaltig. Mit den 28 Produkten, welche





Resu momentan in seinem Sortiment führt, ist er zufrieden und mehr als ausgelastet. Um den Anbau, die Pflege und die Ernte der Pflanzen kümmert er sich nämlich von A bis Z alleine. Auf die Frage, was ihn dazu motiviert, seiner Tätigkeit nachzugehen, antwortet er ganz selbstverständlich und in einer Klarheit, dass es sein oberstes Ziel sei, Menschen zu helfen und ihnen mit seinen Produkten eine natürliche und pflanzliche Alternative zur Therapie mit Medikamenten zu bieten. Absolut nachvollziehbar, denn Resu weiss, wovon er spricht; auf dem Bau verletzte er seinen Rücken und unterzog sich als Konsequenz davon jahrelangen Therapien mit Rheumamitteln und Cortison. Dabei wurden seine Nieren so stark beansprucht, dass er die eine verlor und die andere bereits deutliche Schäden aufwies.



**EIGENTLICH MÜSSTE ER BIS HEUTE STARKE MEDIKAMENTE SCHLUCKEN, UM MIT DEN TÄGLICHEN SCHMERZEN UMZUGEHEN UND VERMUTLICH WÄRE ER HEUTE BEREITS AN DIE DIALYSE GEBUNDEN, WENN ER NICHT VORHER CBD-TROPFEN FÜR SICH ENTDECKT HÄTTE. BEREITS SEIT FÜNF JAHREN LEBT RESU DAMIT NUN PRAKTISCH SCHMERZFREI.**

### **Ressourcen nachhaltig nutzen**

Seine Produkte sind beliebt. So beliebt, dass er die Rezeptur dafür bereits mehrfach für eine grosse Summe Geld hätte verkaufen können. Das will er jedoch bewusst nicht. Viel wichtiger ist ihm, ein nachhaltiges Produkt zu schaffen. Darum verwendet Resu von den Blüten über die Blätter zu den Stängeln der Pflanze alles, was er kann. Die Stängel verkauft er beispielsweise an ein Start-Up, welches diese zu Fasern verarbeitet und zur Herstellung von Isolation nutzt. Oder an ein weiteres Jungunternehmen, welches die Pflanzenfasern nutzen will, um Hanf-Thermounterwäsche anzufertigen. Schon unserer Vorfahren wussten, dass sich Hanf bestens eignet, um ein besonders nachhaltiges, atmungsaktives Kleidungsstück zu fertigen, welches sich auf der Haut angenehm trägt. Die Blätter trocknet er und verwendet sie in seinen Teemischungen und aus den Blüten entstehen seine CBD-Tropfen in unterschiedlichen Stärkegraden.

Wenn Resu gerade nicht auf dem Feld bei seinen Pflanzen anzutreffen ist, findet man ihn entweder in

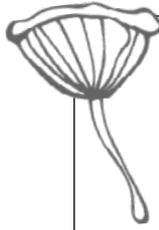
seinem Laden oder am Märit. Als aufmerksamer Zuhörer fällt es ihm leicht, seinen Kundinnen zuzuhören und ihnen mit einer kompetenten Beratung mit ihrem Anliegen weiterzuhelfen. Ob er dabei auch etwas verkauft, ist für ihn absolut zweitrangig. Oft reicht es auch, dass sich sein Gegenüber gehört und verstanden fühlt. Ist er auch da nicht anzutreffen, hat ihn vermutlich wieder Mal der Erfindergeist gepackt und er entwickelt gerade eine neue Rezeptur für ein weiteres Produkt. So erstaunt es kaum, dass sich sein Sortiment von den angedachten fünf Produkten rasch zu den heute 28 entwickelt hat. Seine jüngste Idee; Hanfsirup als natürliche, chemiefreie Alternative zu Ritalin, welche oft unerwünschte Nebenwirkungen und Langzeitschäden mit sich bringen. Die ersten Versuche sehen vielversprechend aus. Wir dürfen also gespannt sein, ob nicht bald das 29. Produkt im Laden in Zollbrück zu finden sein wird.

Beim Gespräch mit Resu bekommen wir den Eindruck, dass er die positiven Eigenschaften von Hanf förmlich verkörpert. Die Hanfpflanze ist bekannt für ihre extrem tiefen Wurzeln und dafür, dass sie den Boden lockert und ihm viele Nährstoffe zurückgibt. Uns dünkt, Resu kann nichts so schnell aus der Ruhe bringen. Er ist standhaft und fest verwurzelt in sich selbst und in der Region und doch lockert er mit seiner Art und seiner Arbeit auf angenehme Art und Weise den Boden für ein Umdenken, für einen Blick über den eigenen Tellerrand hinaus und für eine Zukunft, in welcher die Schulmedizin und die Alternativmedizin Hand in Hand gehen und sich optimal



ergänzen. Schliesslich gibt Resu mit seiner Arbeit der Region und den Menschen viel zurück, sorgt für Vernetzung und bringt Menschen auf ihrem persönlichen Weg weiter.

Seine Produkte kannst du ganz einfach im Frischpunkt beziehen. Oder dich bei einem Besuch vor Ort selbst überzeugen. Wenn Resu Zeit hat, beantwortet er all deine Fragen. Mehr zu den Produkten: <https://www.cbdemmental.ch>



«AM FRISCHPUNKT SCHÄTZE ICH UNTER ANDEREM DIE GRÖSSE DER FILIALEN, DIE BIO-PRODUKTE UND DASS VIELES UNVERPACKT ANGEBOten WIRD. ES IST MIR EINFACH WOHL IM LADEN. AUSSERDEM DIE HOHE QUALITÄT DER ANGEBOtenEN PRODUKTE, UNSERE UNKOMPLIZIERTE GESCHÄFTSBEZIEHUNG, DIE SEHR FREUNDLICHEN UND MOTIVIERTEN VERKÄUFER:INNEN. MAN MERKT, DASS DER FRISCHPUNKT, GENAU WIE MEIN CBD-GESCHÄFT, MIT HERZBLUT GEFÜHRT WIRD. »

## EINE NACHHALTIGE KOOPERATION

Ressourcen sinnvoll nutzen heisst auch, sich ein starkes, verlässliches Netzwerk aufzubauen und nachhaltige Kooperationen einzugehen, die für alle Beteiligten einen Mehrwert bieten. Aus einer solchen Zusammenarbeit mit Tinu Bühler von der Brauerei Napf GmbH ist das dunkle Bio-Bier entstanden, welches ab August in den Filialen des Frischpunktes steht.

Wie wir in der Dezember-Ausgabe des Frischpunkt-Blattes angekündigt haben (Bio-Bier von der Napf Brauerei), lanciert der Frischpunkt gemeinsam mit der Brauerei Napf GmbH rechtzeitig für die lauen Sommerabende ein mit Herz und Hand gebrautes, regionales Bio-Bier.

Nun ist es so weit. «Ursprung»; das dunkle, milde Bio-Bier mit einer etwas süsslichen und karamelligen Note steht ab Mitte August in unseren Regalen. Entstanden ist es aus erlesenen natürlichen, biologischen Rohstoffen in der kleinen und feinen Brauerei von Tinu Bühler in Walterswil. Über die letzten Monate hinweg ist es in einem natürlichen Prozess mit ausreichend Zeit zur Perfektion gegärt und herangereift und präsentiert sich nun mit schmucker Etikette in seiner ganzen Pracht. Das Warten hat sich definitiv gelohnt, ist doch mit dem Ursprung ein «süffiges» und leichtes Bier entstanden, welches selbst Menschen, welche sonst eher weniger Bier trinken, zu begeistern mag. Kein Wunder, denn das Bier aus der Region bringt die Vielseitigkeit des wilden Napfgebietes auf den Geschmack. Die schroffen Chrächen des Napfgebietes sind «Ursprung» für das Quellwasser des Biers.

ES ERZÄHLT DIE GESCHICHTE VON DRÖHNENDEN GEWITTERN, VON GOLDSCHIMMERNDEN BÄCHEN UND BEZWUNGENEN RIESEN. EIN ECHTES, FRISCHES UND VIELSEITIGES BIER, WELCHES SOWOHL AUSGELASSENE GRILLABENDE IM GARTEN UNTER FREUNDEN, EIN GEHOBENES NACHTESSEN ODER EIN APÉRO PERFEKT ABRUNDET UND DIE GÄSTE IN DEN BANN ZIEHT.

### Ressourcen sinnvoll nutzen

Während der Braumeister Tinu Bühler von der Brauerei Napf GmbH vorwiegend für das Brauen des Biers auf der Grundlage der regionalen, biologischen Rohstoffe verantwortlich war, kümmerte sich der Frischpunkt im Hintergrund um die Aufmachung und Präsentation des regionalen Biers sowie den Aufbau der verschiedenen Vertriebskanäle. So ist über Monate hinweg erfolgreich das mit dem Bio-Label ausgezeichnete Bier entstanden.

FÜR DIE ENTWICKLUNG DES BIERS HABEN DER FRISCHPUNKT UND DIE BRAUEREI NAPF GMBH IHRE RESSOURCEN OPTIMAL ZUSAMMENGESPANNT UND SICH MIT IHREN JEWEILIGEN STÄRKEN AN DER HERSTELLUNG DES BIERS BETEILIGT.

**BIO**  
FRISCHPUNKT

Die schroffen Chrächen des Napfgebietes sind Ursprung dieses Quellwassers. Es erzählt die Geschichte von dröhnenden Gewittern, von goldschimmernden Bächen und bezwungenen Riesen.

Echt und frisch.

**URSPRUNG**  
DUNKEL

4.8% Vol. • 33cl

Zutaten: Quellwasser, Gerstenmalz\*, Hopfen\*  
\*aus kontrollierter biologischer Landwirtschaft.

Hersteller: Brauerei Napf GmbH  
4942 Walterswil BE  
www.brauerei-napf.ch

330ml  
Plandfreie Mehrwegflasche  
CH-BIO-006 FRISCHPUNKT.CH

7 164014 310214 9



So sollte es laut Tinu Bühler aussehen, wenn Unternehmen sinnvoll ihre Ressourcen nutzen und kombinieren. Der frischgebackene Vater einer Tochter legt sowieso grossen Wert auf ein starkes, verlässliches Netzwerk und sucht sich bewusst Kooperationen aus, bei welchen man sich gegenseitig aushilft und auf Augenhöhe und mit Wertschätzung begegnet. Dies sei wichtig und sinnvoll, um sich auch in herausfordernden Zeiten wie der Pandemie aufeinander verlassen zu können.

Mit dem Napfstamm, welcher sich jeweils Freitagabend in der Brauerei zum Bier trifft, hat Tinu Bühler einen Ort der Begegnung und des Austausches für seine treuen Kund:innen, seine Freund:innen und alle Interessierten geschaffen. Die Mitglieder des Napfstammes unterstützen Tinu und seine Braue-

rei in allen erdenklichen Bereichen und tragen ihn durch jede Herausforderung. Im Gegenzug bringt Tinu mit dem Napfstamm Menschen zusammen, schafft Raum für Begegnung und Austausch, für eine lebendige Bierkultur und würdigt den Einsatz besonders aktiver Napfstämmler:innen mit einem Ehrenhumpen. Ein weiteres Beispiel dafür, wie dem Braumeister ein starkes Netzwerk wichtig ist.

Tinu Bühler kann sich jedoch nicht nur auf die Ressourcen aus seinen Kooperationen und dem Netzwerk verlassen, sondern auch auf seine eigenen Fähigkeiten und Stärken. So etwas wie Langeweile kennt der Tüftler und Forscher beispielsweise nicht. Darum war für ihn immer klar, dass ihn die Pandemie nicht zum Stillstand bringt. Viel zu wichtig ist ihm sein Ziel, die Lebendigkeit der Bierkultur und die Biervielfalt rund um das Napfgebiet zu fördern. Dass er Ende 2019 in den Skiferien von einem neuen Produktionsverfahren für einen Malz- und Kräutertrunk träumen würde, damit hätte er hingegen auch nicht gerechnet. Im Rahmen eines kantonalen Forschungs- und Entwicklungsprojekts hat Tinu Bühler aus diesem Traum in der Zwischenzeit den Napftrunk entwickelt. Ein alkohol- und zuckerfreier, vitalisierender und fokussierender biologischer «Napftrunk» namens «Jeremias» mit einheimischem Holunder aus zertifizierter Kräuter-Wildsammlung, welcher sich geschmacklich dort bewegt, wo sich Bier und Limonade treffen. Er wird nach und nach in verschiedenen Geschmacks- und Wirkungsrichtungen erhältlich sein.

**EINMAL MEHR NUTZT TINU BÜHLER IN SEINER NACHHALTIGEN KREATION DIEJENIGEN ROHSTOFFE, WELCHE DIE NAHE UMGEBUNG PRÄGEN UND SCHAFFT ES SO WIEDERUM RESSOURCEN SINNVOLL ZU NUTZEN.**

Nun nichts wie los zum Prost unter guten Freunden mit dem «Ursprung» des Napfgebietes.

Martin Bühler  
Brauerei Napf GmbH  
Dorf 74 J, 4942 Walterswil

[www.brauerei-napf.ch](http://www.brauerei-napf.ch)  
Brauerei Napf - Forschungsbrauerei und Getränke-  
manufaktur - Pionier seit 2005



## TEIL 2: REGIONALITÄT ALS RESSOURCE – VERTRAUEN STATT LABEL



Was wenn es so etwas gäbe, wie globale Regionalität? Was wenn es nicht nötig wäre, in Labels zu vertrauen und wir stattdessen in Menschen vertrauen könnten? Was wenn wir mit absoluter Transparenz und Ehrlichkeit miteinander kommunizieren würden?

Wir zeigen dir, was wir meinen, wenn wir von Regionalität sprechen und laden dich ein, mit uns den Frischpunkt zu begehen, damit du dir selbst ein Bild von uns und unseren Produkten machen kannst.

**Regionalität als Ressource**

**Lässt du dir von uns den Frischpunkt zeigen?**

# REGIONALITÄT ALS RESSOURCE

Der Frischpunkt ist bekannt dafür, dass er mit seinen Produkten und nahen Kooperationen Regionalität fördert und lebt. «Folge der Saison» lautet darum unser Leitspruch. Auf den ersten Blick wollen Bananen, Mango, Kaffee oder Balsamico und weitere Produkte darum nicht so recht in das Bild des Frischpunktes und in den Gedanken der Regionalität passen. Warum sie dennoch dazugehören, hat uns Raphael Blatt im persönlichen Gespräch erklärt. Die Hauptgedanken daraus haben wir mit untenstehendem Text prägnant für dich zusammengefasst.

In den letzten Jahren hat der Gedanke der Förderung der Regionalität einen enormen Zuwachs erfahren. Die Idee stösst bei vielen auf Interesse, Verständnis und Zustimmung. Klar, denn der Gedanke der Regionalität bringt einen deutlichen Mehrwert für ein Quartier, ein Dorf, eine Stadt oder eben eine Region. Je mehr finanzielle Mittel in der Region bleiben, desto mehr Möglichkeiten hat eine Region und desto vielfältiger wird das regionale Angebot an Projekten, Wohnungen, Restaurants, Schulen, Freizeitangeboten, Läden und vielem mehr. Dies macht sich natürlich im Lebensstandard und in der Lebensqualität bemerkbar; die Gegend wird attraktiver, die Nachfrage steigt und die Region kann wachsen und sich weiterentwickeln. Je mehr Ertrag, welcher eigentlich in einer bestimmten Region erwirtschaftet wird, nach aussen abfließt, desto weniger Kapitalstärke weist eine Region auf. Oftmals entstehen dabei sogenannte Schlafregionen: Die Menschen nutzen ihren Wohnort nur noch zum Schlafen, ver-



dienen ihren Lohn auswärtig und geben auch das verdiente Geld wieder auswärts aus. Im Extremfall kommt das Leben im Quartier zum Stillstand, da es keine attraktiven Angebote mehr gibt, die dazu einladen, gemeinsam etwas zu unternehmen. Hinzu kommt der tägliche und enorme Aufwand für die Mobilität. Wenn 1'000 Menschen aus einer Region täglich 30 Minuten morgens und abends zur Arbeit pendeln, dann entspricht dies einem Verlust von 1'000 Arbeitsstunden. Ganz zu schweigen vom CO<sub>2</sub>-Ausstoss, welcher dabei täglich entsteht.

## Die neue Regionalität

Angenommen unsere Mobilität wäre komplett CO<sub>2</sub> neutral und auf der ganzen Welt würde der gleiche soziale Standard herrschen und alle Menschen würden genug verdienen, um sich ihr Leben und das ihrer Liebsten zu finanzieren. Würde der Gedanke der Regionalität dann noch fortbestehen? Oder würde er sich auflösen und plötzlich überflüssig werden? Mit dieser Überlegung wird plötzlich nebst dem ökologischen und ökonomischen Aspekt der Regionalität auch der soziale Aspekt relevant. Menschen brauchen Zugehörigkeit, den Zusammenhalt, die Möglichkeit, zusammen etwas zu verändern und auszurichten, ein starkes Umfeld.

Regionalität ist der erste Schritt in Richtung Zugehörigkeit. Wer regional einkauft, verbindet damit ein Gefühl der Zugehörigkeit und Solidarität, ein Gefühl der Verbundenheit und die Idee, für die Menschen aus der Region einen wertvollen Beitrag zu leisten. Oftmals bleibt der Begriff Regionalität dabei jedoch etwas schwammig. Wen oder was unter-





stütze ich denn genau, wenn ich regional einkaufe? Der Frischpunkt macht darum hier noch einen wichtigen Schritt weiter.

**FÜR UNS IST NICHT DIE REGIONALITÄT ALLEINE AUSSCHLAGGEBEND, SONDERN DIE MENSCHEN, WELCHE HINTER EINER REGION STEHEN.**

### Vertrauen als Grundwert

Wir spalten die Regionalität auf in die Persönlichkeiten, welche dahinterstehen. Damit meinen wir, dass wir persönliche Geschichten kennen wollen, uns mit lokalen Partner:innen vernetzen und auf das Vertrauen bauen, welches erst durch den persönlichen Kontakt entstehen kann. Als Frischpunkt wollen wir wegkommen von einer Labelstruktur und unseren Beitrag hin zu einer Vertrauensstruktur leisten. Denn nur wenn der persönliche Kontakt von Produzent:in, zu Lieferant:in, zu Zwischenhändler:in zu Konsument:in nicht mehr möglich ist, braucht es Labels, welche Qualität garantieren. Mit den Labels und Zertifizierungen vertrauen wir in eine anonyme Zertifizierungsstelle anstatt direkt ineinander als Menschen. Der Frischpunkt macht sich darum stark dafür, dass das Vertrauen wieder persönlicher und klarer wird. Vertrauen entsteht da, wo wir miteinander sprechen, Fragen stellen und einander in die Augen schauen können.



Unter dem Aspekt der Wertschätzung und der Zugehörigkeit kann durchaus auch ein Demeter-Balsamico aus Italien mit dem Gedanken der Regionalität mithalten. Nämlich dann, wenn wir die Geschichte der Familie Guerzoni kennen und die Herstellung des Balsamicos nachvollziehen können. Dann, wenn die Wertschätzung für das Produkt über die Region hinaus hoch bleibt und dann, wenn der Ertrag aus dem Balsamico direkt wieder der Acetaia zu Gute kommt. Dann, wenn die Familie mit ganzer Leidenschaft und mit einem grossen Herz für die Natur und die Nachhaltigkeit ihren Betrieb führt. So bewirtschaftet die Familie Guerzoni in Italien ihre Trauben und Felder seit jeher bio-dynamisch und wurde so zur ersten Acetaia, die sich weltweit mit dem Demeter-Label auszeichnen liess. Unter <https://www.guerzoni.com/> erfährst du noch mehr über die Familie, den Balsamico und die Werte der traditionellen Acetaia.

**DURCH DAS GEGENSEITIGE VERTRAUEN INEINANDER KÖNNEN WIR ÜBERREGIONAL UND VIELLEICHT SOGAR GLOBAL DEN REGIONALEN GEDANKEN MITEINANDER TEILEN.**

Denn in der globalisierten Welt sind wir alle miteinander verbunden. Die Erde gehört uns allen.

Etwas weltweites kann also auch regional sein, wenn wir damit das Gefühl von Zugehörigkeit und Vertrauen verknüpfen, welches an die Regionalität gebunden ist und wenn wir mit dem ausgewählten Produkt die Geschichte eine:r engagierten Produzent:in weitererzählen und mittragen. Wir im Frischpunkt nehmen uns darum Zeit dafür, mit unseren Partner:innen ins Gespräch zu kommen und die besten Produkte aus der Region und darüber hinaus zu finden. Noch lange kennen wir nicht hinter jedem unserer Produkte die ganze Geschichte und jeden Menschen, welcher an der Herstellung beteiligt ist. Jeder Austausch bringt uns jedoch näher ans gegenseitige Vertrauen und ist darum ein Schritt in Richtung erwünschte Zukunft. Dafür setzen wir uns täglich ein.

# LÄSST DU DIR VON UNS DEN FRISCHPUNK ZEIGEN?

**Weil uns ein aktiver, ehrlicher und authentischer Dialog zu unseren Kund:innen und Transparenz wichtig sind, wollen wir dich künftig regelmässig in den Frischpunkt einladen.**

Wir stellen uns vor, dass wir dich hierzu in den Frischpunkt Madiswil einladen und dir auf einem Rundgang sowohl den Frischpunkt wie auch den Demeter-Hof Bio-Gut, wo ein Teil unseres verkauften Gemüses wächst, zeigen. Wir erzählen dir die Geschichte unserer Produkte, damit du eine Vorstellung davon bekommst, wie sich unser Sortiment zusammensetzt.

Anschliessend bleibt bei einem feinen Apéro Zeit, um gemütlich zusammensitzen, zu plaudern und uns austauschen. Beim Rundgang über das Bio-Gut kommst du hautnah mit der biodynamischen Landwirtschaft (Demeter) in Kontakt, entdeckst Zusammenhänge und entwickelst ein Verständnis für die Natur und die natürlichen Vorgänge in der Natur. Dabei erlebst du aus erster Hand, wie viel Handarbeit und Hingabe im Anbau unserer Lebensmittel stecken.

Dir brennen schon lange spannende Fragen unter den Nägeln? Du möchtest uns noch besser kennenlernen und erfahren, wofür wir uns einsetzen? Mit anderen Frischpunkt-Kund:innen in Kontakt kommen? Die wirklich wichtigen Fragen diskutieren? Mit uns ins Gespräch kommen? Dann ist das deine Chance!

## Gib uns ein Zeichen

Du bist interessiert, an einem Rundgang mit Apéro teilzunehmen? Dann melde dich gerne via Mail [bio@frischpunkt.ch](mailto:bio@frischpunkt.ch), telefonisch oder direkt im Laden bei uns und gib uns so ein Zeichen. Wenn die Nachfrage gross genug ist, werden wir für den frühen Herbst einen ersten Rundgang und Austausch planen.

Wir freuen uns auf dich, deine Fragen und das, was beim Austausch entstehen wird.



## TEIL 3: RESSOURCEN AUS DEINER REGION – IM GESPRÄCH MIT UNSEREN KUND:INNEN



Wir lieben den persönlichen Kontakt und die nahe Verbindung zu unseren Kund:innen. Über die Jahre haben sich aus vielen schönen Begegnungen tolle Geschichten und Kooperationen entwickelt. Es freut uns, wenn du den Laden betrittst und uns für einen kurzen Augenblick an deiner persönlichen Geschichte und an deinem Alltag teilhaben lässt. So wie die drei überzeugten Frischpunkt-Kund:innen, welche wir dir in den folgenden Texten vorstellen.

Ueli Bieri, Simone Baumann und Nadine Meyer begegnen wir immer wieder in unseren Frischpunkt-Filialen. Die drei engagieren sich mit Leidenschaft für ihre Tätigkeiten und Projekte. Ihr Engagement wollen wir auch für dich sichtbar machen und so aufmerksam machen auf die einzigartigen Ressourcen, welche jede Region zu bieten hat.

**Madiswil: Ueli Bieri**

**Herzogenbuchsee: Simone Baumann**

**Langnau: Nadine Meyer**

# «NUR IM MITEINANDER KÖNNEN WIR UNSERE RESSOURCEN SINNVOLL NUTZEN»

Ueli Bieri ist vieles: Künstler, Gastgeber, Buchautor, Kursleiter, Lehrer, Kreativ-Coach und Nature-Sketcher. Vor allem aber ist er ein Mensch, der bei seinen Tätigkeiten und Projekten seine einzigartigen, besonderen Ressourcen, Stärken und Fähigkeiten bewusst lebt und damit in der Region Madiswil und Entlebuch (kulturelle) Angebote und Begegnungen schafft, welche Menschen begeistern und beleben und Pflanzen, Boden, Tiere und Menschen gleichermassen gewichten.

Ueli Bieri in Kürze in seiner ganzen Vielseitigkeit zu porträtieren, ist ein herausforderndes Unterfangen. Darum zeichnet dieser Text eine erste Skizze davon, was Ueli alles bewegt und was ihn auszeichnet.

## Künstler und Nature-Sketcher

Als Künstler und Nature-Sketcher ist Ueli oft mit Pinsel und Stift in der Natur anzutreffen. Man erkennt ihn daran, dass er scheinbar mühelos und mit einem geschulten Auge für Reduktion und Abstraktion eins seiner bewegenden Plein Air Aquarelle malt. Dabei dienen ihm die Natur und die Tiere als grosses Vorbild und riesiges Schulzimmer. Mit grossem Wissensdurst lässt er sich bei seinen Streifzügen durch die Natur achtsam auf seine Begegnungen mit der Natur und den Tieren ein, beobachtet lautlos und genau, hinterfragt, versetzt sich in die Perspektive seines Gegenübers und erkundet forschend Zusammenhänge. Fängt er den Moment für einmal nicht mit Stift und Pinsel ein, gelingt es ihm mit seinen fotografischen Bildkompositionen- und Dokumentationen, seinen kontrastreichen Bildstrecken und ausgewählten Worten immer wieder, ein so lebendiges Bild zu komponieren, dass man den Eindruck bekommt, man hätte den Moment selbst erlebt. Mit grossem Respekt und grosser Achtsamkeit begegnet Ueli Bieri der Natur und dem, was ihn umgibt. Dabei sind Pflanzen, Boden, Tiere und Menschen und alles, was ihn umgibt, für ihn absolut gleichwertig. Dies wird deutlich, wenn er sagt:

«NUR IM MITEINANDER KÖNNEN WIR UNSERE RESSOURCEN SINNVOLL NUTZEN. JEDE LEBENSFORM HAT IHRE EIGENE INTELLIGENZ.» GELEBTE GANZHEITLICHKEIT IST FÜR UELI BIERI ZENTRAL.



## Kursleiter und Lehrer

Sein Interesse an der Natur und an der Kunst kommt nicht von ungefähr; schliesslich begann Ueli seine berufliche Karriere mit einem Seklehrstudium in Mathe, Geografie und Bildnerischem Gestalten und einer langjährigen Tätigkeit als Lehrer an diversen Sekundarstufen. Noch heute beschenkt der gelernte Pädagoge und Lehrer andere gerne mit seinem Wissen und seinen Talenten und befähigt diese, ihre eigenen Stärken zu leben. Beispielsweise dann, wenn er Menschen in seinen Aquarell- und Malkursen für das Malen und Zeichnen inspiriert und dabei erst noch eine Menge über Fauna und Flora insbesondere über Heilkräuter und Wildpflanzen zu erzählen weiss. Diese Kombination erleben seine Kursteilnehmer:innen als ansteckend und angenehm anders. Ganzheitlich eben.

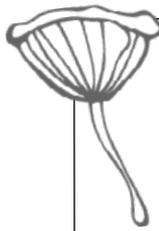
## Gastgeber und Vermittler

Sowieso sind Orte der Begegnung für Ueli zentral. Denn hier entsteht Neues, hier entstehen Räume, welche es ihm erlauben, zwischen Menschen, Tieren und Natur zu vermitteln. Genauso wie seine Verbundenheit zur Natur, ist darum auch die Kultur nicht aus seinem Leben wegzudenken. Im «Alten Schul-



haus Wyssbach» lädt Ueli gemeinsam mit seiner Frau, Regula Bieri-Obrecht, regelmässig zu vielseitigen Veranstaltungen, Kursen, Schulzimmer-Konzerten, Vernissagen, Begegnungen und Austausch ein. Auch bei Regula ist die Ganzheitlichkeit und die Verbundenheit zur Natur nicht wegzudenken; unter anderem fertigt sie als Filz-Künstlerin aussergewöhnliches aus Filz, siedet ihre eigenen Naturseifen, färbt Wolle mittels einer Solarfärbung mit Pflanzenfarben und leitet Kurse zu Heilpflanzen und zum Filzen. Gemeinsam schaffen sie es so, ihr Kulturhaus, Mensch und Raum zu beleben. Als Gastgeber begrüssen Regula und Ueli in den historisch bedeutsamen Räumen, in der ehemaligen Lehrerinnenwohnung des früheren Schulhauses, Menschen, welche in der Ferienwohnung in der ländlichen, ruhigen Umgebung auftanken und ausspannen wollen. Ein in liebevoller Handarbeit gefertigter Gruss aus der Küche, zubereitet aus selbstgesammelten Wildkräutern und feinsten Zutaten aus der Region, gehört dabei schon fast zur Signatur des Ehepaars. So viel zur ersten Skizze zu Ueli Bieri. Mit einer persönlichen Begegnung im Rahmen eines seiner vielfältigen Angebote kannst du das Bild über Ueli eigenständig vervollständigen, ergänzen und verändern. Unter <https://www.kunstundbieri.ch/> entdeckst du kommende Gelegenheiten dazu.

Kontakt  
Ueli & Regula Bieri-Obrecht  
Altes Schulhaus, Wyssbach 120  
CH- 4934 Madiswil  
Tel. 062 965 00 95 / 079 359 09 55  
kontakt@kunstundbieri.ch



«ABGESEHEN VON DER GUTEN MUSIK GEFÄLLT MIR IM FRISCHPUNKT, DASS ICH UNVERPACKT, BIOLOGISCH UND FRISCH EINKAUFEN KANN. DAS IST SEHR WERTVOLL. ICH SCHÄTZE SEHR, DASS ICH AN EINEM ORT WIE MADISWIL ZU HAUSE BIN UND IM FRISCHPUNKT IN DER NÄCHSTEN UMGEBUNG ALLES EINKAUFEN KANN UND ALLES BEKOMME, WAS ICH FÜR MEINE TÄGLICHE ERNÄHRUNG BRAUCHE. ICH SCHÄTZE DIE GROSSE AUSWAHL. AUCH WENN DER FRISCHPUNKT FÜR MICH ALS FREISCHAFFENDER NICHT DIE GÜNSTIGSTE OPTION DARSTELLT, KAUFE ICH GERNE HIER EIN, DENN UNSER ESSEN IST GRUNDSÄTZLICH SOWIESO ZU GÜNSTIG. FÜR DIE HOHE QUALITÄT UND DEN BEITRAG ZU EINEM NACHHALTIGEREN ERNÄHRUNGSSYSTEM GEBE ICH GERNE ETWAS AUS!»



## FRIMENS: WENIGER IST MEHR

Kürzlich zog Nadine Meyer in die Region Langnau und wurde so auf den Frischpunkt und das Frischpunkt-Blatt aufmerksam. Ihre Begeisterung für das Blatt und unser Geschäft hat sie in einem herzlichen Mail mit uns geteilt und sich so auch gleich bei uns vorgestellt. Jetzt ist sie begeisterte Frischpunkt-Kundin und regelmässig in unserer Filiale in Langnau anzutreffen. Nadine begleitet Frauen auf ihren Weg in die eigene Kraft und engagiert sich für verschiedene Projekte. In diesem Text stellt sie dir frimens vor:

Hast du Freude an schönen Stoffen?

Liebst du die Natürlichkeit?

Macht es für dich Sinn, Geld und Abfall zu sparen?

Bist du gerne frei und unabhängig?

Ist für dich weniger oft mehr?



Ich möchte mich und frimens gerne vorstellen. Seit vielen Jahren benutze ich während meiner Menstruation Biostoffbinden. Sie sind bis heute meine treue Begleiterinnen. Als die Herstellungsfirma die Produktion einstellte, entstand bei mir die Idee, mir Binden von einer lieben Bekannten nähen zu lassen. Ruth ist Textildesignerin und wir konnten zusammen die für mich passende Kreation erarbeiten. Weil mir dieses Erschaffen grosse Freude bereitet, wollte ich es mit allen Frauen teilen. Und so gibt es frimens in unserem Onlineshop seit Frühjahr 2019 in verschiedenen Grössen, Modellen und Stoffmustern zu kaufen.

«IN ERSTER LINIE GEHT ES MIR MIT FRIMENS DARUM, MENSTRUIERENDE FRAUEN UND MÄDCHEN DAZU EINZULADEN, THEMEN WIE NATÜRLICHKEIT, BLUT, ZYKLUS UND DAS KÖRPERBEWUSSTSEIN WIEDER IN IHREN ALLTAG EINZULADEN.»



Das Wort frimens ist eine Ableitung der Wörter «free» und «Mens» und bedeutet in etwa freies Menstruieren.

### Ressourcen sinnvoll nutzen – weniger ist mehr

Die Binden stellen wir aus biologischen GOTS zertifizierten Stoffen her. Die Biostoffbinden sind dadurch sehr angenehm zu tragen und die verschiedenen Stoffmuster bereiten Freude. Je nach Gebrauch können die Binden über viele Jahre immer wieder gewaschen und erneut eingesetzt werden. Es entsteht somit nur wenig Abfall und die Benutzerin

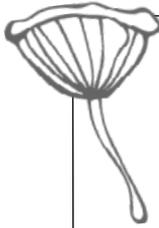
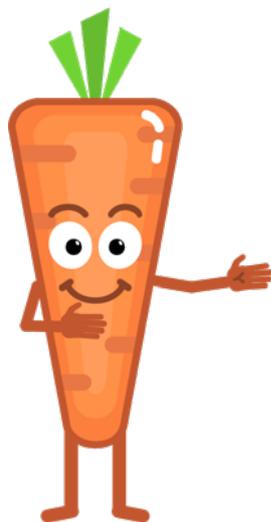




muss nicht jeden Monat neue Einwegprodukte kaufen, was natürlich zusätzlich auch noch Geld spart. Automatisch ändert sich das Konsumverhalten und ein neues Bewusstsein für Nachhaltigkeit entsteht. Ein weiterer Vorteil: Mit dem Biostoff reguliert sich meist der Blutverlust der Frau, er wird geringer. Somit kann auch der Körper seine Eisenressourcen besser nutzen.

Kleine Veränderungen können bei uns selbst und weltweit viel bewirken. Ich freue mich über jede Frau, welche sich darüber Gedanken macht und vielleicht die eine oder andere Binde ausprobieren möchte.

Onlineshop auf [www.frimens.ch](http://www.frimens.ch)



«ICH BIN KUNDIN BEIM FRISCHPUNKT, WEIL ICH SEHR GERNE BIOLOGISCHE UND NATURNAHE NAHRUNG OFFEN KAUFEN. ICH LIEBE DIE ERDIGEN UND FRISCHEN DÜFTE DER FEINEN PRODUKTE. ICH FREUE MICH JEDES MAL AUF NEUE, MEINE PERSÖNLICHEN GLASGEFÄSSE SO FÜLLEN ZU KÖNNEN, WIE ICH ES WÜNSCHE. DIES ERMÖGLICHT MIR AUCH EINEN BEWUSSTEN UMGANG MIT MEINER NAHRUNG UND DEREN ZUBEREITUNG. IM FRISCHPUNKT SCHÄTZE ICH AUSSERDEM DIE FREUNDLICHE BEDIENTUNG, DIE GROSSE AUSWAHL UND DIE LOCKERE ATMOSPHERE.»

# TRÄFFPUNKT «BSUNGERS AM MÄNTI» – MIR SI AUI BSUNGERS

Jeden Montag findet in «Buchsi» (Herzogenbuchsee) ein Treffpunkt für Menschen mit oder ohne Besonderheiten statt. Der Inklusionstreffpunkt «Bsungers am Mänti» schafft in der Region Oberaargau einen besonderen, lebendigen und vielseitigen Raum für Begegnung, Austausch, Vernetzung, Freundschaft, Integration, Verständnis, Lernen und vieles mehr.

Seit August 2018 findet jeweils am Montagabend zwischen 17.00 und 21.00 Uhr im Restaurant Kreuz in Herzogenbuchsee der Treffpunkt «Bsungers am Mänti» statt. Eingeladen sind alle Menschen mit und ohne Besonderheiten. Also Menschen mit oder ohne körperliche, geistige oder psychische Besonderheit. Menschen mit Migrationshintergrund, Menschen, die sozial benachteiligt sind oder Menschen, welche am Rand der Gesellschaft leben. Einfach Menschen. Der Treffpunkt bringt sie alle zusammen, fördert die Inklusion von allen Menschen in der Gesellschaft und fördert einen aktiven Austausch, respektive einen Abbau von Vorurteilen und Stigmatisierungen. Denn im Restaurant Kreuz sitzen alle Menschen am gleichen Tisch. Hier finden alle Menschen Anschluss und Austausch. Schliesslich soll allen Menschen eine vorurteilslose Teilhabe an der Gesellschaft möglich sein.



Gegen einen Unkostenbeitrag von CHF 1 pro alkoholfreiem Getränk können die Teilnehmer:innen Getränke konsumieren; das Portemonnaie soll schliesslich nicht den limitierenden Faktor für eine Teilnahme darstellen. Jeweils am ersten Montag im Monat gibt es im Treffpunkt ausserdem ein Nachtessen. Auch hier gilt: Der Anlass soll für jedes Budget erschwinglich sein. Ausserdem findet jeden dritten Samstag im Monat ein tolles Freizeitangebot statt, welches von den Menschen im Treffpunkt mitbestimmt wird. So trifft man sich beispielsweise für ein Lama-Trekking, zum Fotoshooting, zum Pferdereiten, zum Spielenachmittag, zum Eierfärben oder zum «Güezele». Diese Anlässe sprechen gezielt die breite Bevölkerung in und um Herzogenbuchsee an und stellen eine schöne Gelegenheit dar, Berührungängste abzubauen und Menschen mit und ohne Besonderheit an einem Ort zu vereinen. Oftmals nehmen auch Kinder an diesen Veranstaltungen teil, welche durch den Kontakt zu Menschen mit Besonderheiten ihre Vorurteile schon im Kindesalter abbauen und den Blick für die Vielfalt der Menschen öffnen. Weil es während der Corona-Pandemie nicht möglich war, den Treffpunkt im Kreuz Herzogenbuchsee fortzusetzen, fanden als Alternative Abendspaziergänge statt. Ein Angebot, welches von den Treffpunkt-Teilnehmer:innen sehr geschätzt wurde. Denn gerade während der Pandemie ging es vielen schlechter als sonst und Begegnungen mit Menschen und ein soziales Netz waren besonders

träff

Ein Treffpunkt für Menschen  
mit und ohne Besonderheiten,  
immer montags  
zwischen 17.00 und 21.00 Uhr  
im Kreuz Herzogenbuchsee

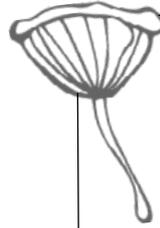
bsungers am mänti



wichtig. Darum findet neu jeweils am letzten Montag im Monat nebst dem regulären Treffpunkt ein Abendspaziergang statt.

Getragen und unterstützt wird das etwas andere Inklusionsprojekt von einem vielseitigen Team von Freiwilligen, welche sich im Treffpunkt aus Überzeugung unentgeltlich einbringen. Initiiert wurde das Projekt 2018 durch die Interessensgemeinschaft «Mitenand z Buchsi» unter der Projektleitung von Simone Baumann. Seit 2021 wird das Projekt von Pro Mente Sana getragen und ist aus Herzogenbuchsee nicht mehr wegzudenken.

Kontakt  
Simone Baumann  
simone.baumann@calendula-heim.ch



«MIR GEFÄLLT, DASS DER FRISCHPUNKT IN HERZOGENBUCHSEE ROLLSTUHLGÄNGIG IST. DAS ERMÖGLICHT MIR, DASS ICH REGELMÄSSIG MIT EINER FRAU VOM TRÄFFPUNKT, DIE IM ROLLSTUHL SITZT, IM FRISCHPUNKT EINE GLACE GENIESSEN KANN. AUSSERDEM BIN ICH ÜBERZEUGT VOM REGIONALEN, BIOLOGISCHEN, SAISONALEN UND UNVERPACKTEN KONZEPT. ES LIEGT MIR AM HERZEN, DIESE WERTE MEINER TOCHTER WEITERZUGEBEN UND SIE IM UMGANG MIT LEBENSMITTELN ZU EINEM BEWUSSTEN, GESUNDEN UMGANG ZU ERZIEHEN. EBENSO IST MIR WICHTIG, DASS SICH ALLE MENSCHEN UNABHÄNGIG IHREM ALTER, IHRER HERKUNFT, IHREM STATUS, IHREN BESONDERHEITEN ODER IHREN UMSTÄNDEN MITTEN UNTER UNS BEWEGEN DÜRFEN; DER FRISCHPUNKT IST EIN ORT, WO ALLE GLEICHERMASSEN WILLKOMMEN SIND.»

## KUNDENSTIMMEN

Wir suchen einen aktiven und offenen Dialog zu unseren Kund:innen und wollen wissen, was dich bewegt. Was gefällt dir am Frischpunkt? Was vermisst du? Was würdest du dir noch von uns wünschen? Was bewegt dich dazu, bei uns einzukaufen?

Melde dich bei uns, wenn du auch Lust hast, uns zu erzählen, was dir am Frischpunkt gefällt und was weniger.

### Nicole und Philip aus Rohrbach

Bereits Ende Frühling haben wir Nicole und Philip im Frischpunkt in Madiswil beim Einkaufen getroffen und uns mit ihnen unterhalten, um herauszufinden, wie sie den Frischpunkt kennengelernt haben und was ihnen am Einkaufen bei uns gefällt. Philip meint, an dieser Stelle dürfe man ruhig auch das super nette Personal mal loben. Nebst den frischen, guten Produkten und der Tatsache, dass für ihn beim Einkauf im Frischpunkt von A bis Z alles stimmt. Ihm gefällt, dass er im Frischpunkt weiss,

welche Arbeit in den Produkten und in der Führung der Läden steckt. Das unterstützt er gerne.

Abhängig davon, ob der Frischpunkt Madiswil oder Herzogenbuchsee gerade die grösseren Kaffeerreserven an Lager hat, kauft der Rohrbacher und grosse Kaffeeliebhaber entweder in Madiswil oder in Herzogenbuchsee ein.

Nicole und er haben sich dazu entschieden, im Frischpunkt einzukaufen, um kleine Läden zu unterstützen und so die Regionalität und Saisonalität zu fördern. Im Winter Erdbeeren zu kaufen beispielsweise, sei einfach nur stumpfsinnig. Denn während ihrer Saison sind sie logischerweise viel frischer und geschmacksintensiver. Im Frischpunkt können die beiden mühelos der Saison folgen und erst noch kleinere Betriebe aus der Region unterstützen.

Auch wenn ihnen der Frischpunkt vieles bietet, was sie in ihrem täglichen Bedarf nutzen, etwas vermissen sie doch: einen natürlichen Ersatz zur Hefe und vielleicht etwas grosszügigere Kaffeerreserven.



## NÄCHSTE AUSGABE

Die nächste Ausgabe erscheint voraussichtlich im Oktober zum Thema «Weniger ist mehr». Willst du dich an der Herbst-Ausgabe des Frischpunkt-Blattes beteiligen? Etwas Spannendes erzählen? Dann freuen wir uns, wenn du Kontakt mit uns aufnimmst via Mail an [bio@frischpunkt.ch](mailto:bio@frischpunkt.ch) oder [miriam@talentierbar.ch](mailto:miriam@talentierbar.ch)



## WELCHEN WERT HAT DAS BLATT FÜR DICH?

In unserem Blatt verzichten wir bewusst auf bezahlte Werbung. Viel wichtiger scheint uns, unsere Partner:innen für die Region sichtbar zu machen und unseren Leser:innen einen echten Mehrwert zu bieten. Du findest unsere Arbeit gut und möchtest mehr von uns lesen? Dann freuen wir uns

über deinen frei gewählten Betrag auf das Konto:  
Frischpunkt Marktstrasse 16, 3550 Langnau  
IBAN: CH71 0900 0000 6168 2914 3  
Verwendungszweck: FP-Blatt Sommer



## IMPRESSUM

### Herausgeber

Frischpunkt, [bio@frischpunkt.ch](mailto:bio@frischpunkt.ch)  
[www.frischpunkt.ch](http://www.frischpunkt.ch)  
T 078 855 74 42

### Redaktion und Text

Miriam Siegenthaler, [miriam@talentierbar.ch](mailto:miriam@talentierbar.ch)  
[www.talentierbar.ch](http://www.talentierbar.ch)  
T 079 483 38 41  
In Kooperation mit den Interviewpartner\*innen und dem Frischpunkt-Team.

### Layout

Andrea Geiser, [info@raumundinhalt.ch](mailto:info@raumundinhalt.ch),  
[www.raumundinhalt.ch](http://www.raumundinhalt.ch)  
T 078 661 30 10

### Bildnachweise

Adobe Stock, Unsplash oder von Interviewpartner\*innen zur Verfügung gestellt.

### Auflage

750 Exemplare, erscheint ungefähr alle zwei Monate. Nächste Ausgabe Oktober 2021.

### Inhalt

Wir freuen uns, wenn du das Blatt gemeinsam mit uns gestaltest. Nimm dazu am besten unverbindlich Kontakt mit uns auf.

Melde dich gerne bei Raphael Blatt via Mail an [bio@frischpunkt.ch](mailto:bio@frischpunkt.ch) oder Telefon an 078 855 74 42. Oder bei Miriam Siegenthaler via [miriam@talentierbar.ch](mailto:miriam@talentierbar.ch) oder 079 483 38 41.

Das Frischpunkt-Blatt ist unter [www.frischpunkt.ch](http://www.frischpunkt.ch) digital abrufbar.  
Gedruckt auf Recycling-Papier.



## FOLGE DER SAISON

### Bei uns findest du alles für deinen Wocheneinkauf.

Komm vorbei und überzeuge dich von unserem biologischen, saisonalen und lokalen Angebot im Offenverkauf. In Madiswil, Langnau und Herzogenbuchsee.

Wir freuen uns auf dich!

#### Madiswil

Steingasse 24

Dienstag und Freitag:

16.00 bis 18.00 Uhr

Samstag: 09.00 bis 12.00 Uhr



#### Langnau i.E.

Marktstrasse 16, 3550 Langnau i. E.

#### Herzogenbuchsee

Bitziusstrasse, 3360 Herzogenbuchsee

Montag: 16.00 bis 18.30 Uhr

Dienstag bis Freitag: 10.00 bis 18.30 Uhr

Samstag: 10.00 bis 14.00 Uhr

## FRISCH-PUNKT ZUM SAMMELN

Sammele vier Frisch-Punkte mit unterschiedlichen Sujets aus unseren Frischpunkt-Heften und bringe sie bei deinem nächsten Einkauf mit. Gerne überraschen wir dich im Gegenzug mit einem kleinen Geschenk.

