



VERTRAG ÜBER EIN GEMÜSE-ABO

zwischen der Marktgärtnerin

Tina Schubbe · Franz-Mehring-Straße 35 · 19053 Schwerin
0162 - 45 39 552 · hallo@FeldHelden-mv.de

und

.....
Vor- und Nachname

.....
Straße und Hausnummer · PLZ · Wohnort

.....
Telefonnummer · Email-Adresse

wird Folgendes vereinbart:

Ich verpflichte mich, vom 13. Mai bis 21. Oktober 2026 wöchentlich eine saisonale Gemüsekiste von den **FeldHelden** zu beziehen. Die Saison 2026 dauert 24 Wochen. Der Abovertrag endet automatisch mit der letzten Gemüse-Abholung der Saison am 21.10.2026.

Die Abholung findet mittwochs zwischen 14 und 17 Uhr in der KostBar statt (Puschkinstr. 42, 19055 Schwerin). Das Abo wird von der Gemüsegärtnerei so bereitgestellt, dass die unverpackten Waren in eigenen Behältnissen mitgenommen werden.

Am 15. und 22.07.2026 wird die Abholung des Gemüse nicht in der KostBar stattfinden. Dafür kann am 13. und 20.07.2026 die Abokiste in Selbsternte direkt aus der Gärtnerei bezogen werden.

Die **Gesamtkosten** für das Abo betragen **480 €** und setzen sich folgendermaßen zusammen:

20,- € pro Gemüsekiste x 24 Wochen = 480,- €.

Den Gesamtbetrag überweise ich

- zum 01.05.2026 als **Einmalzahlung von 480 €**
- in **6 monatlichen Zahlungen** von je 80 € (im Dauerauftrag von Mai – Oktober 2026, jeweils zum 1. des Monats)

an folgende Bankverbindung: Kontoinhaberin: Tina Schubbe
 Kreditinstitut: DKB
 IBAN: DE72 1203 0000 1054 2204 45

.....
Ort, Datum

.....
Unterschrift Abonent:in

.....
Unterschrift Marktgärtnerin

DATENSCHUTZERKLÄRUNG Die in diesem Formular angegebenen personenbezogenen Daten (Name, Wohnort, Telefonnummer und E-Mail-Adresse) dienen allein zum Zwecke der Durchführung des entstehenden Vertragsverhältnisses und sind somit notwendig und erforderlich. Eine Weitergabe Ihrer persönlichen Daten an Dritte findet nicht statt. Sie sind gemäß § 34 BDSG jederzeit berechtigt, gegenüber Tina Schubbe um umfangreiche Auskunftserteilung zu den zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu ersuchen. Gemäß § 35 BDSG können Sie jederzeit gegenüber Tina Schubbe die Berichtigung, Löschung und Sperrung einzelner personenbezogener Daten verlangen.



Zusatzblatt zum Vertrag über ein Gemüse-Abo bei den FeldHelden

Es wird eine WhatsApp- und eine Signal-Gruppe eingerichtet, über die zusätzliche Infos zum Kisteninhalt, Rezeptideen, Veranstaltungshinweise, etc. kommuniziert werden.

Nur das Team der FeldHelden kann Beiträge in die jeweilige Gruppe stellen.
Antworten erfolgen ausschließlich 1:1 über Direktnachrichten.

Wenn eine oder mehrere Nummern in eine Gruppe aufgenommen werden soll, bitte folgende Daten zusammen mit dem Vertrag einreichen:

Aufnahme in die WhatsApp-Gruppe:

..... (Telefonnummer) (Name)

..... (Telefonnummer) (Name)

Aufnahme in die Signal-Gruppe:

..... (Telefonnummer) (Name)

..... (Telefonnummer) (Name)

FAQ

Ich freue mich, dass du dich für frisches und unverpacktes Gemüse aus nachhaltigem Anbau interessierst! Die FeldHelden geben ihr Bestes, um im Einklang mit der Natur wertvolle Nahrungsmittel zu produzieren. Mit diesem Vertrag kannst du eine Saison lang wöchentlich frisch geerntetes Gemüse und Kräuter genießen und umgehst dabei lange Transportwege und chemische Pestizide.

Wenn du dich für ein Abos entscheidest, schicke den ausgefüllten Vertrag per Mail an hallo@feldhelden-mv.de oder postalisch an Tina Schubbe, Franz-Mehring-Str. 35, 19053 Schwerin. Im Anschluss erhältst du von mir eine Bestätigung deiner Anmeldung.

Die gängigsten Fragen rund um das Abo findest du hier beantwortet. Solltest du noch weitere Fragen haben, melde dich gerne!

Was beinhaltet die wöchentliche Gemüsekiste?

Im FeldHelden-Abo findest du eine wöchentlich wechselnde Auswahl von ca. 7 Gemüsekulturen (inkl. Kräutern). Die saisonale Verfügbarkeit und Wetterereignisse bestimmen, was wann in die Kisten kommt. So kann es sein, dass gerade in den ersten Wochen der Saison weniger Produkte im Abo enthalten sind. Dies wird dann im Sommer und Herbst wieder ausgeglichen. Wenn die Kisten bunter und vielfältiger werden, wirst du auch mehr Produkte je Woche mit nach Hause nehmen können. In der Saison 2026 werden über 40 verschiedene Gemüsekulturen angebaut. Kräuter werden die ganze Saison über deine Abo-Kiste bereichern. Hier sind ein paar Beispiele, wie deine Kiste zu den verschiedenen Jahreszeiten aussehen könnte:

Frühling	Sommer	Herbst
Salat	Gurke	Paprika
Radieschen	Bundmöhren	Kürbis
Kohlrabi	Schnittsalat-Mischung	Spitzkohl
Lauchzwiebeln	Zucchini	Porree
Mairübe	Tomaten	rote / gelbe / geringelte Bete
Spinat	Buschbohnen	Pastinake
Schnittlauch	Mangold	Asia-Salat
	frischer Knoblauch	

Kann ich selbst aussuchen, was in meine Kiste kommt?

Wenn du dich für ein Abo entscheidest, kannst du sicher gehen, dass du über die gesamte Saison hinweg sorgfältig geplante und abwechslungsreiche Gemüsekisten erhältst. Selbst wenn du mal spät dran bist und erst „kurz vor Schluss“ deine Kiste abholen kannst, wirst du Gemüsevielfalt ohne Abstriche in bester Qualität bekommen.

Aber wir alle wissen: Jeder Mensch ist anders – und das gilt natürlich auch für unsere Vorlieben und Bedürfnisse beim Essen. Deshalb kannst du jedes Produkt, das ich für die jeweilige Woche vorgesehen habe, 1:1 mit einem anderen Produkt deiner Wahl tauschen. Dafür steht bei der Abholung eine bunt gefüllte Tauschkiste zur Verfügung.

- ✓ *Du magst keinen Fenchel? Kein Problem: Lass den Fenchel da und suche dir gerne etwas anderes aus. Wie wäre es mit einer Schale Zuckerschoten?*
- ✓ *Du bist die kommenden Tage viel unterwegs und findest keine Zeit zum Kochen? Pack dir einfach mehr Snack-Gemüse ein.*
- ✓ *Unverträglichkeiten? Nörgelige Kiddis? Easy! Nimm dir etwas aus der Tauschkiste, das allen gefällt.*

Wo kommt mein Gemüse her?

Fast ausschließlich alles, was in eurer Kisten landet, wurde mit viel Handarbeit und Liebe auf dem Acker der FeldHelden in Hof Wandrum angebaut. Du willst dir die Gärtnerei mal anschauen? Kein Problem! Melde dich einfach und wir machen einen Termin aus.

Eine Ausnahme wird es in der Saison 2026 geben: Tomaten. Da wir nur Freilandflächen bewirtschaften ist der Tomatenanbau ein kleines Wagnis. Nach vielen Überlegungen haben wir uns entschieden, dieses Risiko vorerst nicht einzugehen. Wir werden die Tomaten (HKL II) von der Biolandgärtnerei Dirk von der Ehe zukaufen. Dadurch kannst du ganz sicher mit hervorragenden und regional erzeugten Tomaten in deinem Abo rechnen.

Kann ich davon ausgehen, dass ich mit einem Abo kein weiteres Gemüse mehr kaufen brauch?

Die FeldHelden zeichnen sich unter anderem dadurch aus, dass sie bewusst auf den Einsatz schwerer Maschinen verzichten. Ebenso wird auf den energieaufwendigen Aufbau und Betrieb von Lagerräumen verzichtet. Das führt dazu, dass beispielsweise Kartoffeln und Zwiebeln nicht so häufig in den Kisten landen können, wie es unsere Ernährungsgewohnheiten vielleicht erfordern. Wir haben keine Möglichkeiten, diese Kulturen im großen Stil zu ernten, zu trocknen und einzulagern. Das heißt, klassisches Lagergemüse wird es zwar auch geben, aber wie alle anderen Gemüsesorten dann frisch vom Feld und auch nur gelegentlich.

Was muss ich bei der Abholung mitbringen?

Das Abo birgt die Chance, auf unnötige Verpackungen zu verzichten. Bitte bring deshalb zur Gemüseabholung einen geeigneten Korb, Beutel, etc. mit, um dein Gemüse nach Hause zu transportieren. Dank daran, dass es auch „Kleinkram“ geben kann, also lose Produkte wie Schnittsalat oder Zuckerschoten.

Über den optionalen Newsletter per WhatsApp oder Signal erhältst du wöchentlich vorab die Infos zum Kisteninhalt. So kannst du gut planen, was du für den Transport benötigen wirst.

Wie läuft das mit den zwei Selbsternte-Wochen?

Da auch FeldHelden mal ein wenig Zeit zum Durchatmen brauchen, wird das Gemüse in den Wochen vom 13. bis 26.07.2026 nicht als reguläre Kistenabholung angeboten, sondern als Selbsternte in der Gärtnerei. Alle Infos, die du für die Selbsternte benötigst, wirst du vorab per Mail und/oder WhatsApp und Signal erhalten. Und natürlich wirst du auf dem Feld auch nicht alleine gelassen – es werden an den Selbsternte-Tagen immer heldenhafte Unterstützer in der Gärtnerei sein, die dir gerne weiterhelfen.

Kann ich das Abo pausieren, z.B. wenn ich verreise?

Kannst du für einen gewissen Zeitraum deine Kiste mal nicht abholen, bestimme gerne eine andere Person, die auf deinen Namen das Gemüse holen kann. Bitte schicke mir dafür einfach kurz eine Info. Die Nachbarin, die sich so liebevoll um die Blumen kümmert. Der Kollege, bei dem du eh noch einen Gefallen offen hast? Jemand, der mal in ein Abo reinschnuppern möchte? Dir fällt bestimmt noch jemand ein...

Da das Gemüse beim Wachsen auch keine Pause einlegt, kann ich im Rahmen des Abos generell auch kein Pausieren einräumen.

Ich bin am Abholtag kurzfristig verhindert. Was nun?

Sollte mal ungeplant etwas dazwischen kommen, melde dich bitte schnellstmöglich bei mir. Gemeinsam werden wir eine Lösung finden. Bekomme ich aber bis zum Ende der Abholzeit keine Info von dir, wird das Gemüse aus deiner Kiste gespendet.