



Ausgabe 2



Sommer 2012



zum Mitnehmen

Magazin für bewusstes und nachhaltiges Leben

Fotos: (c) ISTOCK, HTG, TI Baitersbronn, Ulrike Klumpp/Ferienregion Südwärts, STG



**GRÜNES
LEBEN**

Klimatherapie – Baubiologie –
Slow Food – Ökologie –
Nachhaltigkeit – PIWI-KULT –
Naturparkwirte
Elektromobilität – Tourismus–
Heilklima Schwarzwald –
Gesellschaftliche Zukunft



Hochschwarzwald

hochgenuss

Zum Kuckuck...
hier ist Schwarzwald!



Der Hochschwarzwald - Hochgenüsse für Feinschmecker, Genießer und Gesundheitsbewusste

Region der Hochgenüsse

Regionale Produkte frisch zubereitet, unverfälscht, mit Liebe zum Detail und einer Prise Phantasie. Von deftig, zünftig bis exquisit – im Hochschwarzwald finden Sie Gaumenfreuden und Gastfreundschaft überall!



Ur-gesunder Hochschwarzwald

Schon bei der Ankunft spürt man es: Der Nebel ist weg, die Luft frisch und klar, der Kopf wird gleich frei für die überwältigend schöne Landschaft. Jetzt tief durchatmen, sich regenerieren und die Seele baumeln lassen. Die Natur ist der wichtigste Gesundheitsfaktor im Hochschwarzwald: Dafür sorgen die Höhenlage zwischen 800 und 1.500 m, die sauerstoffpendenden Wälder, aber auch das ökologische Bewusstsein der Bewohner.



hochattraktiv!

Mit der Hochschwarzwald Card nutzen Sie über 60 tolle Freizeitangebote gratis!
www.hochschwarzwald-card.de

Liebe Leserinnen und Leser,

es ist in aller Munde, das neue Zauberwort „Nachhaltigkeit“ und das ist gut so. Nachhaltigkeit ist für uns sehr viel mehr als ein Modewort, es bleibt Schwerpunktthema dieses Magazins. Wir stellen Ihnen alles vor, was gesund und nachhaltig ist. Ob gutes Essen, Biowein, Unternehmensphilosophie oder Schwarzwald-Urlaub, denn unsere Zukunft ist uns wichtig.

Grünes Leben ist nicht nur ein Magazin, sondern ein Netzwerk, das Kommunikation schafft, zwischen Endverbrauchern, Anbietern, Produzenten, Referenten und einer Interessengemeinschaft. Initiator und Herausgeber des Magazins ist der Naturheilverein Baden e.V., eine Non-Profit-Organisation, die sich für Umwelt, Natur und Gesundheit engagiert.



Wir danken allen Sponsoren und Kunden für die Unterstützung, damit Sie liebe Lesende sich kostenfrei informieren können.

Weitere Infos unter:

www.naturheilverein-baden.de
www.gruenes-leben.com

Ich wünsche Ihnen ein genussreiches Entdecken.

Ihre Greta Hessel Phil. M.A.

1. Vorsitzende des Naturheilvereins Baden e.V.

IMPRESSUM:

Grünes Leben – Presseorgan des Naturheilvereins Baden e.V.

Online Magazin: www.gruenes-leben.com

Chefredaktion (V.i.S.d.P.): Greta Hessel Phil. M.A.

Redaktion: Brigitte Eisenhauer-Braun, Bianca Eastman, Andreas Andrick, Benjamin Alexander
Anzeigenleitung: Greta Hessel

Satz: Melanie Basler, artifex mediendesign, www.artifex-mediendesign.de

Für den Inhalt sowie die Fotos in den Anzeigen zeichnen sich die Inserenten verantwortlich. Die Redaktion und der Herausgeber übernehmen keine Verantwortung und Haftung für die Veröffentlichungen.

Redaktionsanschrift: Vordere Poche 13a, 79104 Freiburg Tel. 0761-55774080
greta.hessel@t-online.de



Agentur für Medienberatung Greta Hessel Phil. M.A.

Werbe- und Presstexte – Suchmaschinenoptimierte Texte –
Reportagen – Fotos – Webseiten – Flyer – Anzeigen – Vereinsbroschüren -
Interviews - Kundenmagazine – Filmproduktionen -
Medienberatung für Unternehmen- und Existenzgründer –
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit – Marketing – Aquis – Werbung –

www.greta-hessel.de greta.hessel@t-online.de Vordere Poche 13a
79104 Freiburg Tel. 0761-55 77 40 80 Mobil: 0173-657 15 89

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Nachhaltigkeit und Umweltschutz liegen dem Europa-Park sehr am Herzen. Jährlich besuchen deutlich mehr als vier Millionen Besucher Deutschlands größten Freizeitpark. Wir haben uns zum besonderen Ziel gesetzt, ökologisch verantwortlich zu handeln und Vorbild für andere Freizeit-Unternehmen zu sein. Dass der Europa-Park auch ökologischen Kriterien gerecht wird, beweist eine hohe Auszeichnung des Landes Baden-Württemberg für besondere Umweltaktivitäten im Bereich der Dienstleistungsunternehmen. Mittels modernen Grundwasserwärmepumpen werden beispielsweise die Erlebnishotels „Colosseo“ und „Santa Isabel“ sowie der „Ballsaal Berlin“ und das neue 4-Sterne Superior Hotel „Bell Rock“ geheizt oder im Sommer auch gekühlt.

Darüber hinaus setzen wir diese Technik auf dem gesamten Parkareal ein und erreichen dadurch eine CO₂-Einsparung von mehreren Tonnen pro Jahr. Die Zahlen des Umweltberichts belegen den Erfolg unseres zusehends effizienter werdenden Umwelt- und Energiemanagementsystems. Allein durch Abfalltrennung, gezielten Einkauf und logistische Maßnahmen konnten die anfallenden Entsorgungskosten um mehr als die Hälfte gesenkt werden. Durch zentrale Wasseraufbereitung konnte der Grundwasserverbrauch für die Versorgung der künstlichen Seen und der Wasserfahrergeschäfte um 50 Prozent reduziert und außerdem vollständig auf den Einsatz von Chlor verzichtet werden. Zusätzlich erzeugt das parkeigene Wasserkraftwerk eine Million Kilowattstunden umweltfreundlichen Strom pro Jahr.

Seit 2001 ist eine Photovoltaikanlage mit 300 Metern Länge und 2.500 Solarmodulen in Betrieb, die jährlich mehr als 220.000 Kilowattstunden produziert. Damit ließe sich der Strombedarf eines kleinen Dorfes decken. Das Solarkraftwerk auf dem Besucherparkplatz des Europa-Park sorgt für eine Umweltentlastung von ca. 150 Tonnen CO₂ pro Jahr.

„Going Green“ - wir sind stolz, uns auch in ökologischer Hinsicht Jahr für Jahr konsequent



Foto: Claudia Thoma

Erfolgreich und nachhaltig: Marianne Mack und Sohn Thomas Mack

weiterzuentwickeln und den Park im Sinne der Natur mit Sinn für Nachhaltigkeit und Umweltschutz zu führen.

Thomas Mack

Veranstaltungen „Neue Perspektiven“ im Europa-Park

Im Jahr 2008 gründete Marianne Mack den Verein Santa Isabel e.V. mit dem Ziel, schnell, unkompliziert und vor allen Dingen sinnvoll Kindern und deren Familien mit besonders schwerem Schicksal zu helfen. Angelehnt an die Arbeitsweise einer Stiftung wird in jedem Einzelfall sehr genau geprüft, ob, wofür und wie viel Geld benötigt wird. Mit Ihren Spenden und den Einnahmen der schon seit 2005 bestehenden Vortragsreihe „Neue Perspektiven“ konnte sie in den letzten Jahren vielen Menschen helfen.

7.10. 2012 Flohmarkt für den guten Zweck in der Gärtnerei des Europa-Park

15.10. Dr. med. Wilfried Karduck -“ Gesund bis ins hohe Alter“

26.11. Werner Tiki Küstenmacher

Weitere Informationen unter:

www.santa-isabel-ev.de

Heilklima Hochschwarzwald

Wo die Luft noch sauber ist und der Blick in die Weite geht, beginnt der Hochschwarzwald. Der Mensch muss durch das Himmelreich fahren, um ins Höllental zu gelangen, einer mystisch-magischen Landschaft, von dunklen Tannen und wilden Schluchten umgeben. Ein Refugium von Hochmoor, mächtiger, unberechenbarer Natur, rauschenden Wäldern und quellfrischen, kristallklaren Seen.

Hier gibt es Geschmortes, Gekochtes, Ge-reiftes, Gebranntes und Vergorenes in Land-gasthöfen, Berghütten und Luxushotels. Bodenständige, althergebrachte heimische Produkte aus nachhaltiger bäuerlicher Be-wirtschaftung. Ob Milchkalbsbriesle vom Wälderrind oder Bergheuforelle aus hei-mischem Weiher, alles ist naturgesund von den Naturparkwirten für Gern-Esser, Viel-Es-ser und Gesund-Esser.

Heilklimatische Wanderungen und behag-liche Entspannung im Natur-Spa. Originelle Produkte und Behandlungen mit Molke, Zie-genbutter, Holunder oder Fichtennadel-Es-senzen.

Schon die alten Griechen wussten, dass die Menschen an bestimmten Orten nicht nur le-bensfroher waren, sondern auch sehr selten unter bestimmten Krankheiten litten.

Erholung für Allergiker

Allergien nehmen in allen industrialisierten Ländern dramatisch zu und ist die häufigste chronische Erkrankung. In Deutschland sind inzwischen ca. 30% der Bevölkerung betroffen, vor allem Kinder, Jugendliche und Werk-tätige. (Quelle: K. Blomme, C. Bacchert, P. Gevaert)

Etwa 150 Millionen Menschen in Europa leiden an allergischer Rhinitis; 75 Millionen an allergischem Asthma; 25 Millionen an ato-pischer Dermatitis; 50 Millionen an Handekze-men; 25 Millionen an Nahrungsmittelallergien. Europaweit kann man eine Bagatellisierung allergischer Erkrankungen beobachten, nicht nur von Nicht-Allergikern, sondern auch von Ärzten und Betroffenen. Dies führt dazu, dass nur 10% der Betroffenen korrekt behandelt werden. Diese Tendenz wurde in einer Studie aus dem Jahr 2010 mit Asthmapatienten aus Bayern bestätigt. (Quelle: 10%: Weißbuch All-ergie in Deutschland).

Zudem entwickeln 40% der Allergiker mit einem unbehandelten Heuschnupfen im Lau-fe der Zeit ein allergisches Asthma. Allergien haben eine stark negative Auswirkung sowohl auf Kinder als auch Erwachsene. Sie beeinträchtigen nicht nur die Lebensqualität, son-dern auch die Leistungsfähigkeit und wirken sich damit auf die Wirtschaft aus: Allein durch die Folgen von Heuschnupfen entstehen jähr-lich Fehlzeiten von einer Million Arbeitstagen. Jede zehnte Krankschreibung in Deutschland lässt sich auf eine Allergie zurückführen.

Pro Jahr müssen in Deutschland 30.000 Ju-gendliche ihre Ausbildung aufgrund einer All-ergie abbrechen. Schulkinder mit unbehandel-ter allergischer Rhinitis (Heuschnupfen) zeigen eine um 30% reduzierte Aufnahme- bzw. Lei-stungsfähigkeit im Unterricht. Schulkinder mit unbehandelter allergischer Rhinitis haben zu-dem ein 40%-iges Risiko, am Ende des Schul-jahres eine Note schlechter abzuschneiden. (Quelle: B. Kay, J Allergy Clin Immunol 2000)



Foto: Bianca Eastman

Allergien – ein zunehmendes Problem

Von Apothekerin Gabriele Knauber-Idler

Allergien äußern sich in einer vielfältigen Problematik: tränende Augen und laufende Nase bei Pollenflug, aber auch morgendliches Erwachen mit verstopfter Nase und Katergefühl bei Reaktion auf Hausstaubmilben in den Bettfedern. Manche bekommen nach Verzehr



Foto: STG

bestimmter Lebensmittel ein Jucken im Mund oder einen Hautausschlag, so dass der direkte Rückschluss auf eine Nahrungsmittelallergie möglich ist. Andere Beschwerden wie Blähungen, Durchfälle oder unklare Gewichtsabnahmen sind schwieriger zuzuordnen, selbst Kopfschmerzen und Neigung zu Depressionen können auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten zurückgeführt werden. Allergien auf Arzneimittel und Insektengifte sind in der Regel leicht zu erkennen, ebenso Kontaktallergien auf Nickel oder andere Metalle.

Langzeitstatistiken haben unzweifelhaft ergeben, dass die Häufigkeit von Allergien in den letzten Jahrzehnten geradezu explodiert ist. Zahlreiche Kinder haben Heuschnupfen, Asthma, Neurodermitis oder Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Allergologen sind sich einig darüber, dass dies etwas mit unserer westlichen „hygienischen“ Lebensweise zu tun hat. In der Bevölkerung der DDR waren Allergien

wenig verbreitet, da die Kinder sehr früh in den Kinderkrippen ein gutes Training für das Immunsystem hatten. Nach der Wende wurde in diesem Bereich deutlich aufgeholt - ebenso wie in Großstädten der Dritten Welt.

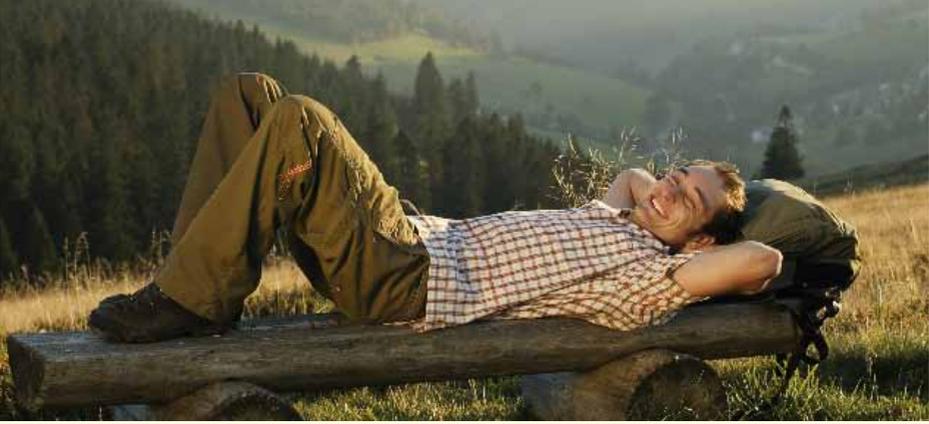
Generell lässt sich statistisch zeigen, dass Kinder ein erhöhtes Allergierisiko haben, wenn ein oder beide Elternteile Allergiker sind. Ebenso ist das Aufwachsen in allzu reinlicher Umgebung eher förderlich für Allergien, da dann das Immunsystem unterfordert ist und sich somit auf eigentlich unschädliche Umweltbestandteile „stürzt“. Die in Regensburg durchgeführte Alex – Studie über den Einfluss von Endotoxinen auf die Allergierate wies den schützenden „Bauernhof – Effekt“ nach: Kinder, die in ländlicher Umgebung sozusagen in „Dreck und Speck“ aufwachsen, leiden weniger unter Allergien.

Doch was tun bei vorhandener Allergieneigung? Da 80% der Immunbotenstoffe im Darm gebildet werden, ist eine gesunde Darmflora eine gute Voraussetzung für ein stabiles Immunsystem. Lassen Sie sich beraten. Apothekerin Gabriele Knauber-Idler ist Expertin im www.naturheilverein-baden.de

Elf Gemeinden im Hochschwarzwald tragen die Auszeichnung „Kurort“.

Heilklimatische Kurorte:

Die Auszeichnung „Heilklimatischer Kurort“ dürfen nur Orte führen, die ein wissenschaftlich anerkanntes und therapeutisch anwendbares Klima vorweisen. Darüber hinaus muss die Luftqualität überdurchschnittlich gut sein. Alle Heilklimatischen Kurorte werden regelmäßig durch den deutschen Wetterdienst überprüft. www.schwarzwald-tourismus.info Dazu gehören: Titisee, Lenzkirch (und Ortsteil Saig), Schluchsee (und Ortsteile Fischbach und Faulenfürst), Hinterzarten (Premium Class) sowie St. Blasien.



Luftkurort

Ein Luftkurort setzt voraus: Therapeutisch anwendbares und durch Erfahrung bewährtes Bioklima, sowie eine ausreichende Luftqualität und Umweltschutz. www.deutscher-heilbaederverband.de

Dazu gehören: Lenzkirch-Kappel; Schönenbach; Blasiwald; Breitnau; Eisenbach und Ortsteile; Friedenweiler; Feldberg und Ortsteile; Löffingen-Dittishausen; St. Märgen; St. Peter.

Daneben gibt es noch **Erholungsorte**, sie sind klimatisch und landschaftlich bevorzugte Gebiete (Orte oder Ortsteile), die vorwiegend der Erholung dienen und einen artgerechten Ortscharakter, sowie Umweltschutz vorweisen können. Dazu gehören: Löffingen; Neustadt und der Ortsteil Waldau.

den Krankheiten helfen.

Menschen mit körperlichem oder seelischem Stress, z.B. Allergiker oder Patienten mit Herz-Kreislaufkrankungen, können sich im Klima des Hochschwarzwaldes sehr gut erholen. Kleine Kinder profitieren genauso vom Reizklima im Bereich des Feldberges, da ihr Immunsystem gestärkt wird.

Die Feldbergregion bietet eine hohe Luftreinheit und Allergenreduktion bei hoher UV-Strahlung und kühleren Temperaturen. Die Klimatherapie nutzt dies, um körperliche Anpassungsreaktionen zu trainieren. Aufgrund der Höhenlage von über 1000 m NN werden Schutzmechanismen gegen Sauerstoffmangel aktiviert, z.B. Atmung und Kreislauf angekurbelt. Regelmäßige Klimatherapie führt zur verstärkten Bildung von roten Blutkörperchen und fördert die Ausdauer.

In der Klimatherapie werden Morgentau, Bachläufe oder Wassertretstellen genutzt, um Unterarme und Füße abzukühlen, was Herz und Gefäße trainiert (Hydrotherapie). Die Sonnenexposition verstärkt die Vitamin D Produktion in der Haut (Heliotherapie). Vitamin D ist nötig, um Krankheiten wie Osteoporose und Krebs vorzubeugen. Zusätzlich hilft die Sonneneinstrahlung gegen saisonale Depressionen und Hauterkrankungen.

Allergikerfreundliche

Urlaubsregion Hochschwarzwald

Klimatherapie

Die gezielte Nutzung des Reizklimas im Hochschwarzwald

*Von Bianca Eastman, Heilpraktikerin
und Klimatherapeutin*

Die Kombination klimatherapeutischer Elemente und Wetterfaktoren bieten ideale Möglichkeiten für Terraintherapie, Frischluft-Liegetherapie und Heliotherapie. Dies kann präventiv genutzt werden oder bei bestehen-

Wichtig in der Klimatherapie ist der Rhythmus zwischen Aktivität und Erholung. Der Organismus wird beansprucht bei Hydrotherapie und Bewegung, während er bei der Frischluft-Liegekur und Entspannungsübungen wieder zur

Ruhe kommt. Dies fördert den Erholungsfaktor. Klimatherapeutische Behandlungen können kurzzeitig oder über mehrere Wochen praktiziert werden. Klimatherapeutische Führungen schulen, worauf zu achten ist, z.B. Wahl der Wege, Kleidung und Pulsfrequenz. Sehr gut bewährt sich Klimatherapie auch zur Gewichtsreduktion.

Bianca Eastman absolvierte ihre Klimatherapeutenausbildung 2010 bei Prof. Dr. Dr. Angela Schuh an der Ludwig Maximilian Universität München, lebt und arbeitet am Titisee und ist Expertin im Naturheilverein Baden e.V. www.praxis-eastman.de

Frische Luft auch in Räumen

Frische und gute Luft ist nicht immer gegeben, schon gar nicht in Innenräumen. Alte Teppiche, Küchengerüche, Chlorwasser und sporenbela-stete Luft sind nicht ganz ungefährlich.

– ANZEIGE –



ZirbenLüfter
Der ZIRBENLüfter schafft atembare Lebensqualität in jedem Raum.

www.zirbenluefter.at

ATMEN IST EIN LEBENSWERT - ATMEN IST LEBEN - BESSER ATMEN IST BESSER LEBEN

Wir legen in unserem Leben mehr und mehr Wert auf gesunde Ernährung, Wellness, Ökologie, auf Bewegung und den physischen wie psychischen Ausgleich. Wir achten aber viel zu wenig auf das, was unser Leben weit mehr bestimmt als alles andere: das Atmen. Dabei verbringen wir erstens nahezu 90% unserer Zeit in Räumen und zweitens ist und bleibt das Atmen lebensnotwendig.

Ing. Herbert Rettenbacher und der Tischlermeister Josef Höllbacher aus Österreich (Salzburg) haben deshalb ein Belüftungssystem entwickelt, das in dieser Form und mit der speziellen Wirkungsweise eine Neuheit darstellt. Der ZIRBENLüfter ist in seiner Form und mit seiner speziellen Wirkungsweise eine absolute Besonderheit. Dahinter verbirgt sich ein einfach zu handhabendes, nicht wartungsintensives und natürlich wirkendes System. Es sorgt für die Belebung der Raumluft durch ein spezielles Verwirbelungsprinzip, Feuchtigkeit und für natürlichen Duft. Am entscheidendsten aber für das Raumklima und das Wohlbefinden der Menschen ist der Fakt, dass die Wirkstoffe des Zirbenholzes feinst verteilt freigesetzt werden und unangenehme Gerüche in kurzer Zeit umgebaut werden.

Das Holz der Zirbe hat sowohl auf die Belastungs-, als auch auf die Erholungsfähigkeit des Menschen sehr positive Auswirkungen und schafft messbares Wohlbefinden.

Die Studien sprechen eine deutliche Sprache. Allen voran stehen die umfangreichen Studien, die die HOLZFORSCHUNG AUSTRIA, Wien, und die Forschungsgesellschaft JOANNEUM RESEARCH (Institut für Nichtinvasive Diagnostik [IND], Weiz) durchgeführt haben. Sie belegen einerseits die deutliche antitoxische, antibakterielle Wirkung des Zirben eigenen Terpens Pinosylvin gegen Schadorganismen, wie Pilze und Bakterien.

Andererseits wurde eine ausgeprägte Belastungs- und Erholungsfähigkeit bei Versuchspersonen festgestellt. Psychische und physische Belastungssituationen im Labor und über 24 Stunden in Alltagssituationen ergaben

eine niedrigere Herzfrequenzrate in körperlichen und mentalen Belastungssituationen. In Ruhephasen konnte zudem ein beschleunigter vegetativer Erholungsprozess festgestellt werden.

Das Herz erspart sich »täglich eine Stunde Arbeit«, denn die Inhaltsstoffe der Zirbe senken den Puls, der Herzschlag passt sich schneller der Atmung an.

Zirbenholz wirkt letztlich entspannend und beruhigend, und das sind die entscheidenden Tatsachen für Jeden!

Doch damit nicht genug, der ZIRBENLüfter berücksichtigt auch ergonomische Aspekte, die Raumgestaltung und – was auch in Wohnräumen, Schlafzimmern, Büros usw. mehr und mehr an Bedeutung gewinnt.

Weitere Informationen durch Gesundheitsberater Robert Leucht. Er ist Experte im Naturheilverein Baden e.V. robert@leucht.de
Tel. 07663-60 55 88 www.gesupro.de

Allergikerfreundliche Hotels

Menschen, die unter Allergien leiden, haben oft Probleme mit der Unterkunft und dem Essen im Urlaub. Sie brauchen eine allergikerfreundliche Unterkunft, sowie eine möglichst allergenfreie Verpflegung.

Das European Centre for Allergy Research Foundation ECAF hat bestimmte Kriterien aufgestellt und zertifiziert entsprechende Häuser. www.ecarf.org

Dazu gehören: die Vermeidung von stark allergenen Grünpflanzen, externe Kontrolle der Klimaanlage, rauch- und haustierfreie Zonen/ Zimmer, spezielle Zimmer für Gäste mit einer Hausstaubmilbenallergie, teppichfreie Fußböden, allergenundurchlässige Schutzbezüge (Encasings) aus Nachfrage oder in speziellen Zimmern, Fensterlüftung oder qualitätskontrollierte Aircondition, Ausstattung mit Körperpflegeprodukten für sensible Haut (duftstoff-freie oder hypoallergene Seife, Shampoo, Creme).

Möglich ist die Vorbestellung von Mahlzeiten unter Angabe individuell zwingend zu mei-

henden Zutaten. Grundsätzlich müssen in der Küche folgende Lebensmittel verfügbar sein: eifreie Hartweizenspaghetti, Grieß, Reis, Kartoffeln, haltbare Sojamilch, Sojajoghurt, haltbare, laktosearme Milch, selleriefreie Brühgrundlage, eifreie Panade, nussfreies Milchspeiseeis, milch- und eifreies Fruchtsorbet, eine Packung haltbares glutenfreies Brot, mandelfreies Müsli.

Hat ein Hotel diese Kriterien erfüllt, darf es das ECARF Qualitätssiegel aushängen und der Gast kann sicher sein, dass er das vorfindet, was er braucht, um einen gesunden Urlaub zu verbringen. www.allergy-foundation.info



Foto: © Erich Spiegelhalter/STG

Gesund schlafen und störfrei leben

Sehr empfindliche Menschen leiden noch mehr als andere unter geopathischen Belastungen, besonders, wenn sie im Wirkungsbereich von Mobilfunksendern wohnen. Das drückt sich aus durch Erschöpfungszuständen, Einschlaf- und Durchschlafschwierigkeiten, Unruhe, Rastlosigkeit und kann zu chronischen Belastungen führen.

Der menschliche Körper besteht zu 70 % aus Wasser, deshalb reagiert er besonders empfindlich auf elektrische und magnetische Einflüsse und speichert diese ab. Wir sind umgeben von Handys, Smartphones, iPods, Laptops und digitalen schnurlosen Telefonen. Wir sehen und hören die Strahlen nicht, aber der Wellen- und Elektrosmog ist da, 24 Stunden am Tag, immer und überall.

Mobilfunk bestimmt in Zukunft noch mehr das Geschehen auf der Erde. Informationen werden von vielen Sendern empfangen und gesendet. Um diese Strahlungen optisch auf dem Papier zu mindern, werden Grenzwerte festgelegt. Die biologischen Regelkreise der Natur und des Menschen bleiben unberücksichtigt.

Damit der Mensch als ganzheitliches System gesund bleiben und effizient funktionieren kann, müssen sowohl der Bewegungsapparat als auch der Stoffwechsel und die Psyche in Harmonie sein.

Wenn in einem dieser drei Bereiche eine Störung durch negative Schwingungen oder andere Faktoren auftritt, gerät der gesamte Organismus aus dem Gleichgewicht. Weitere Informationen unter: www.decosany.de



Foto: (c) Seehotel Wiesler

Für alle entstehen daraus Vorteile: die Landwirte, Metzger und Bäcker können durch den Verkauf der Erzeugnisse ihre Existenz sichern, die Gastronomen erhalten hochwertige und frische Lebensmittel. Der Gast erlebt den unverwechselbaren Geschmack traditionell zubereiteter Gerichte. Zutaten für diese Gerichte sind zum Beispiel das saftige Fleisch vom Hinterwälder Rind oder vom Hirsch, echter Schwarzwälder Schinken, milder Bibiliskäs, kräftiger Bergkäse oder Schwarzwälder Edelbrand. Regional bedeutet in diesem Fall, dass zwischen der Gaststätte und dem Erzeugerbetrieb nur wenige Kilometer Differenz liegen sollten. Weitere Infos: Klaus-Günther Wiesler/Lothar Burghardt (Hrsg.): KOCHBUCH DER NATURPARKWIRTE IM SCHWARZWALD, Friedrich Reinhard Verlag, Basel 2010. Weitere Informationen unter: www.naturparkwirte.de



Foto: www.naturpark-suedschwarzwald.de

Naturngesund genießen - Naturparkwirte

Im Naturpark Südschwarzwald haben sich 46 Hoteliers und Gastronomen zusammengeschlossen, um mitzuhelfen, die einmalige Schwarzwaldlandschaft zu erhalten. Dazu gehören: enge Verbundenheit mit Kultur und Landschaft, Partnerschaft zwischen den heimischen Erzeugern und Produkten, den Gastronomen und den Gästen. Sie bieten mindestens drei regionale Hauptgerichte ganzjährig an. Regional bedeutet, dass die Hauptzutaten für die Gerichte aus dem Naturpark stammen.

Natürlich wohnen - Naturpark-Hotels

Klaus-Günther Wiesler vom Seehotel Wiesler in Titisee, Vorsitzender der Naturparkwirte Südschwarzwald, engagiert sich seit Jahren für die Verbindung von Regionalität mit Ökologie und Klimaschutz. Einen Award für Nachhaltigkeit erhielt er schon 2006, lange bevor das Wort in Mode kam und wurde mit dem weltweit umfangreichsten Umweltmanagementsystem EMAS zertifiziert.

EMAS (Eco Management and Audit and Audition Scheme) ist ein Gemeinschaftssystem für das freiwillige Umweltmanagement und die Umweltbetriebsprüfung für Unternehmen, die ihre Umweltleistung verbessern möchten. Ein Umweltmanagementsystem nach EMAS können alle Betriebe einrichten, die ihre Umweltleistung verbessern möchten, unabhängig von ihrer Größe oder Branche in der sie tätig sind. Dabei erfolgt die Teilnahme der Betriebe auf freiwilliger Basis. Konkrete Ziele bestehen darin, die Energie- und Materialeffizienz zu steigern, die Wasser- und Abfall-Ersparnis zu verbessern, sowie die Emission zu senken. Weitere Informationen unter www.emas.de

Mehr Nachhaltigkeit in Hotels

Im Kampf gegen den Klimawandel gehen 2012 bereits zehn der 46 Naturparkwirte noch einen Schritt weiter und schließen sich dem sogenannten EMAS-Programm an. Die zehn bereits zertifizierten Naturparkwirte Südschwarzwald aus dem EMAS-Konvoi 2011/12 sind: Gasthof Schwarzwaldhaus, Bernau-Innerlehen; Hotel Adler, Feldberg-Bärental; Hotel Nägele, Höchenschwand; Hotel Schwarzwaldgasthof Rössle, Todtmoos-Strick; Hotel Vier Löwen, Schönau; Hotel Waldfrieden, Todtnau-Herrenschwand; Hotel Restaurant Hirschen, Schluchsee-Fischbach; Landhotel Mühle zu Gersbach, Schopfheim-Gersbach; Schwarzwaldgasthof

zum Goldenen Adler, Oberried; Wochner's Hotel Sternen, Schluchsee. Im Jahr 2013 wollen weitere neun Wirte sich anschließen.

Unterstützung erhält Wiesler von Roland Schöttle, Geschäftsführer des Naturparks Südschwarzwald, der gleich von der Idee EMAS bei den Naturpark-Hotels begeistert war und ein wichtiger Partner für die Umsetzung der Idee ist. Der Naturpark Südschwarzwald ist Träger des jeweiligen Zertifizierungs-Konvois. Das Organisatorische erledigt Lothar Burghardt von der Hochschwarzwald Tourismus GmbH und Berater bei den Naturparkwirten. Sven Eckardt von der Agentur „Tellerrand – Energie- und Umweltberatung“ berät die Hotels extern, hilft bei der Prioritätensetzung und führt den Konvoi bis zur Validierung. Bei der Auftaktveranstaltung des Konvois berichtet er: „Für uns ist es wichtig, den zehn Hotelbetrieben praxisnahe Beratung anzubieten und nach außen ein Zeichen für ihre Gäste zu geben, das Niveau und Qualität verspricht und von externen, staatlich geprüften Gutachtern beurteilt wurde.“ Bei dem vom Umweltministerium Baden-Württemberg geförderte EMAS-Projekt durchlaufen die Teilnehmer ein neunmonatiges Schulungsseminar. Dies ist ein vom Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg gefördertes Projekt. Zunächst wird dabei durch einen externen Berater einmal Bilanz gezogen. Im nächsten

Natur-Therapeutische Praxis

79104 Freiburg | Telefon 0761 - 55 72 90 82
www.naturo-therapie-praxis.com



RückZug - EinSicht - WeitSicht

ZU SICH KOMMEN!

Sie sind unzufrieden mit Ihrer privaten oder wirtschaftlichen Situation? Sie sind gestresst? Belastet mit Gefühlen aus der Vergangenheit und haben Ängste vor der Zukunft? Es gibt Probleme im Beruf, in der Familie oder in der Partnerschaft? Sie wollen Ihr Leben selbst bestimmen und fühlen sich aber fremdbestimmt?

Lassen Sie sich beraten:

Sie können alles erreichen was für Sie richtig und gut ist.

Wir helfen bei: Neuanfang, Veränderungen, Wendepunkte, Existenzängste, Gewohnheiten aufgeben, Sicherheiten loslassen, Krisen managen, Stress, Burn out und vieles mehr.

Neue Lebensperspektiven mit der Kraft der Natur
 anonym und unkonventionell

Abstand - Ruhe - Auszeit -
 SelbstWERT - SelbstKOMPETENZ

Schritt werden dann gemeinsame Einsparziele formuliert, die dann von einer Prüfstelle fortwährend kontrolliert werden. Ein richtiger Wettbewerb habe sich unter den Beteiligten entwickelt, wer denn die beste Umweltbilanz und die meisten Einsparmöglichkeiten vorweisen kann. Gegenseitige Hausbegehungen spielen dabei eine große Rolle, bei denen dann gegenseitig Tipps und Hinweise ausgetauscht werden. Das fängt bei der Wahl der richtigen Heizung an und geht bis in kleine Details, wie zum Beispiel die richtige Dosierung von Spülmittel. Auch gilt es, Energie-, Wasser-, und Emissionsverbrauch zu reduzieren.

Das Seehotel Wiesler, Vorreiter in zahlreichen Innovationen in der Hotellerie, gehört zu den Top-Adressen im Bereich der Nachhaltigkeit und entwickelt sich stetig weiter. Im Angebot sind mehr als 260 regionale Produkte aus dem Naturpark Südschwarzwald und über 60 weitere Produkte aus kontrolliertem ökologischem Anbau (Bio). Echtes Schwarzwaldholz für die Ausstattung der Gästezimmer, Naturspa am See, auf natürlicher Basis hergestellte Molke-Produkte und konsequenter Einsatz alternativer und erneuerbarer Energien.
www.seehotel-wiesler.de

Anders Tagen

Tagen im Kuhstall. Tagen in der Scheune mit Kaminofen oder Heustock. Tagen auf der



Foto: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Waldlichtung mit Panoramablick. Tagen im Grünen, in einer Eventscheune mit SEGWAY, Quad, Gaudi, Kuhfladenrodler, Grillkota und noch vieles mehr.

Unter der Marke „wellmeetings“ bieten die Hochschwarzwaldtourismus GmbH (HTG) mit Partnern modular aufgebaute Gesundheitsthemen an, dessen Kernkompetenz im Bereich der „Mentalen Gesundheit“ liegt. Ziel ist, dass Menschen mit Freude und Motivation lernen, dass Prävention und Gesundheit auch Spaß machen kann. Im Mittelpunkt der Module stehen mentale Stärke, Stressbewältigung, Bewegung, Ernährung und Entspannung. Die HTG sorgt mit „wellmeetings“ Modulen für neue Impulse in Unternehmen. Bei den Incentive-Modulen wurde speziell darauf geachtet, dass abwechslungsreiche Aktivitäten und das Aufspüren ungeahnter Fähigkeiten in reizvoller Natur erlebt werden.

Alle teilnehmenden „wellmeetings“ Häuser, dazu gehören: Allemannenhof; Sonnenhof,



WIR HARMONISIEREN SCHÄDLICHE STRAHLUNG

**WIR ENERGETISIEREN TRINKWASSER
WIR VITALISIEREN LEBENSMITTEL**

**HAUSBEGEHUNGEN - WOHNRAUM - UND
ARBEITSPLATZBERATUNG - KINESIOLOGIE**



— ANZEIGE —

decosany Feng Shui mit Herz Diane Lauer Weinstr. 179
 77654 Offenburg Fon 0781.9194898 dianelauer@decosany.de
www.decosany.de



Fehrenbach, Hinterzarten; Hirschen, St. Märgen; Hofgut Sternen, Breitnau; Heger's Parkhotel; Vier Jahreszeiten am Schluchsee; Haus Feldberg, Feldberg; Saigerhöh, Lenzkirch; Haberjockelshof, Titisee-Neustadt haben sich verpflichtet, bestimmte Standards bei allen Tagungen, Seminaren und Meetings einzuhalten. Die Kapazitäten im Hochschwarzwald sind ebenso geeignet für kompakte Seminare von 10 Teilnehmern wie für große Kongresse mit 500 Personen. Weitere Informationen unter: www.wellmeetings.de

Ein „wellmeeting-Modul“ ist Barfuß-Wandern im Hochschwarzwald.

Barfuß-Wandern über weiche Wiesen, durch Pfützen und auf holprigen Waldpfaden, ist ein ganz besonderes Erlebnis und die natürlichste Sache der Welt!

Sich entschleunigen, mit allen Sinnen die Umgebung wahrnehmen und sich auf das Wesentliche konzentrieren. Barfuß-Wandern ist Sinnes- und Bewegungserfahrung zugleich. Kindheitserinnerungen werden wach und laden zum entspannten Plaudern ein. www.hochschwarzwald.de/Tagungen/wellmeetings/wellmeetings-Module

Wie gesund Barfußwandern wirklich ist, haben Wissenschaftler in Amerika entdeckt. Beim Barfußwandern (Erden, Earthing) gelangen freie Elektronen leicht in unseren Körper hinein und verteilen sich. Dadurch werden elektrische Ladungen, die wir über Elektromog und andere elektrische Felder aufgenommen haben, abgeleitet. Earthing stellt das natür-

liche innere elektrische Gleichgewicht des Körpers wieder her und reguliert die Körpersysteme, wie etwa das Herzkreislaufsystem, die Atmung, den Verdauungstrakt und das Immunsystem.

Freie Radikale und Entzündungen werden sofort neutralisiert. Die Elektronen der Erde sind das stärkste und wirkungsvollste Antioxidans, das wir kennen, das zudem in unbegrenzter Menge jederzeit zur Verfügung steht! Die Effekte bei Kranken sind oft verblüffend, besonders bei Menschen mit starken Beschwerden. Es wurden Praxisstudien und Doppelblindstudien durchgeführt. Die Probanden wurden vor und nach dem Experiment nach festgelegten Parametern bezüglich ihres Befindens befragt. Die Ergebnisse wurden in wissenschaftlichen Fachzeitschriften und einem mittlerweile auch in deutscher Sprache erhältlichen Buch publiziert von Ober/Sinatra/Zucker: **EARTHING – Heilendes Erden**, VAK Verlag

Wir sehen u. a. folgende Wirkungen: Besserer Schlaf, Stressabbau und Entspannung, regulierter Blutdruck und verbesserter Fließeigenschaft des Blutes. Es löst Verspannungen, hilft bei Kopfschmerz, schützt vor elektrischen und elektromagnetischen Feldern, verbessert oder beseitigt akute und chronische Schmerzen, erhöht das Energieniveau, verbessert und beschleunigt die Wundheilung, reduziert Wundliegen, verbessert oder beseitigt Entzündungen im Körper, harmonisiert die Körperrhythmen, z.B. den Cortisolrhythmus, hilft bei Jetlag und verbessert nahezu alle chronischen Krankheiten.



Foto: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Heilpraktiker Thomas Zimpfer aus Bd.-Baden Steinbach, 2. Vorsitzender des Naturheilvereins Baden e.V., bietet deutschlandweit als Erster und bisher Einziger Erdungsprodukten aus den USA an. Damit kann man auch in geschlossenen Räumen geerdet leben und arbeiten.

Hierzu einige Fallbeispiele:

Fall 1: Patient, 73 Jahre, Diabetes Typ 2 seit über 10 Jahre, Polyneuropathie seit ca. 20 Monaten mit starken Missempfindungen in beiden Beinen und Füßen. Vor allem nachts haltet ihn das „Kribbeln“ vom Schlafen ab, was das Energieniveau tagsüber senkt. Erdung mittels Band in der Praxis für 15 min. – das Kribbeln ist verschwunden, der Patient überrascht. Fortan schläft der Patient nachts auf einem „Bed Pad“, bereits ab der ersten Nacht schläft er durch, die Beschwerden bessern sich.

Fall 2: Patientin 69 Jahre alt in Behandlung wegen psychischen Problemen berichtete von einem entzündeten Zahn im Unterkiefer, der laut Zahnarzt nicht zu retten sei, was eine Brücke erfordern machen würde. P. erdet sich mit Patches jeden Abend beim Fernsehen. Danach erscheint sie in der Praxis und zeigt ihren nunmehr heilen Unterkiefer. Der Zahn kann bleiben, die Entzündung ist weg.

„Ich halte Earthing für die wichtigste Entdeckung des Jahrhunderts im Gesundheitsbereich. Allein schon die Tatsache, dass 70% der Deutschen an Schlafstörungen leiden und 100% der Earthing-Studienteilnehmer über besseren Schlaf berichten. Es gibt keine einfachere und natürlichere Methode, Gensungsporzesse einzuleiten und die Gesundheit zu erhalten, indem wir nur die natürlich Energie, die uns die Erde abgibt, nutzen. Weitere infos unter: <http://tz-gesundheit.de>

Wellness à la Scharzwald

Sehnt sich der hedonistisch orientierte Mensch unserer Breiten nach Entspannung, denkt er an „Wellness“. Am liebsten an ganz exotische: Lomi Lomi, Hot Stone, Ayurveda, Hamam, japanisch, hawaiianisch, arabisch, chinesisches, was auch immer.

Wellness ist allerorten. Auch im Schwarzwald. In der 11.100 Quadratkilometer großen Feri-

enregion im Südwesten Deutschlands gibt es das Gütesiegel „Wellness-Stars“ und das regionalspezifische Label „Schwarzwald Balance“. Es steht für basisch betonte Ernährung mit regionalen Produkten, für Essenzen aus heimischen Fichtennadeln und Holunderblüten. Infos unter www.schwarzwald-balance.info

Basen und Säuren

Greta Hessel führte ein Gespräch mit Wellness Experte Ferdinand Thoma im Wellnesshotel Auerhahn am Schluchsee.

Ferdinand Thoma ist Schweizer, seit 30 Jahren in Deutschland, seit 20 Jahren im Auerhahn als Direktor tätig. Besitzer eines Biohotels in Höchenschwand und nebenbei Produzent von Gesundheits- und Kosmetikprodukten. Sein Schwerpunkt: Basen und Säuren. Sein IHK zertifiziertes Konzept für Hoteliers: Schwarzwald Balance und Wellness Plus Balance für den Schwarzwaldtourismus.

Er gibt Vorträge zur Gesundheitsvorsorge und stützt sich auf die vier Säulen: Ernährung – Entspannung – Bewegung – und positives Denken.

G.H.: Es steht viel geschrieben über Basen und Säuren, trotzdem leiden 90 % der Menschen an Übersäuerung, auch Acidose genannt. Was macht Ihr Konzept so besonders?

F.T: *Die Übersäuerung/Acidose ist die Ursache für die meisten Zivilisationskrankheiten. Wir reden nicht über einen Krankheitsbereich, sondern über einen Gesundheitsbereich. Wir müssen im Vorfeld darauf achten, dass es gar nicht soweit kommt, dass der Körper übersäuert ist. Der Ausgleich im Säuren-Basen Bereich ist das Wichtigste überhaupt. Normalerweise reguliert es der Körper selbst, im sechs Stunden Wechsel.*

G.H.: Welche Gründe gibt es für Übersäuerung?

F.T.: *Hauptsächlich falsche Ernährung, von allem zu viel: Süßes, Salziges, Fetttes, Fertigprodukte, tierisches Eiweiß, Milchprodukte, Stress, Medikamente, Alkohol, Zigaretten, aber zu wenig Bewegung.*

G.H.: Wie entsteht Übersäuerung? Was passiert im Körper?



Foto: THOMA HOTELS & WELLNESS GMBH

F.T.: Normalerweise baut der Körper alle anfallenden Säuren auf natürliche Weise ab: Niere, Leber, Lunge, Haut und Darm helfen, Säuren wieder auszuleiten oder zu neutralisieren. Die Niere scheidet Säuren bis zu einem pH-Wert von 4.3 aus, wenn man genug Wasser trinkt. Die Lunge scheidet Säure in Form von Kohlendioxid aus, deshalb ist Bewegung so wichtig. Die Haut scheidet Säure über Schwitzen aus, durch Bewegung oder Sauna. Die Säureneutralisation über die Leber erfolgt durch Natriumbikarbonat, der als Puffer in das Blut abgegeben wird.

Wenn der Stoffwechsel aber die übermäßigen Säuren im Körper über die Organe nicht mehr ausscheiden kann, wird die Säure im Bindegewebe zwischengelagert. Damit sie hier keinen Schaden anrichtet, wird das Ganze mit Fett ummantelt – so entsteht Zellulite. Der Körper speichert immer mehr Wasser, um ankommende Säuren immer wieder zu verdünnen.

G.H.: Wie kann man das feststellen, ob der Körper übersäuert ist?

F.T.: Acidose macht sich schleichend bemerkbar: unerklärliche Gewichtszunahme, Müdigkeit, Lustlosigkeit oder Wadenkrämpfe. Außerdem ist die Acidose Grundlage vieler chronischer Krankheiten, wie: Arthrose, Gicht, Rheuma, Herzinfarkt, Krebs, Neurodermitis, Migräne, Diabetes oder Bluthochdruck. Die Ärzte messen mit einer Blutprobe, aber dann ist es meistens schon zu spät. Selbst kann man messen mit einem Indikationspapier (Urin-Messstreifen). Anhand der Farbskala lässt sich der pH-Wert bestimmen, allerdings

richtet sich der immer danach, was man im Moment gegessen hat. Der pH-Wert beschreibt die Konzentration von Wasserstoffionen in einer Flüssigkeit und ist die Abkürzung von potentia hydrogenii – lateinisch für die Kraft oder Macht des Wasserstoffs. Von diesem hängt ab, ob eine Flüssigkeit im chemischen Sinne sauer, neutral oder basisch ist. Der Wert 7 ist neutral, unter 7 ist sauer, über 7 basisch.

Es sind grundsätzlich sieben Tagesteste notwendig. Die Werte müssen sehr mühselig in Listen eingetragen werden. Außerdem reagieren manche Menschen auf bestimmte Produkte, wie z.B. auf Spargel paradox. Der eine basisch, der andere sauer. Wir messen elektronisch. Dazu werden Elektroden an Stirn, Händen und Füßen befestigt und der Körper wird dann mit Gleichstrom gescannt. Akute und chronische Übersäuerungen im Bindegewebe werden nach 20 Min. aufgezeichnet. (Mein Test ergibt 59 % Übersäuerung, d.h. akute mittlere Übersäuerung)

G.H.: Wie kommt man aus einer Übersäuerung wieder heraus?

F.T.: Basische Ernährung, dazu gehören: Gemüse, Salate, Nüsse, Sojaprodukte und Getreide. Sport, Sauna, Basenbäder, basische naturbelassene Kosmetikprodukte und das Einnehmen von Basenpulver. Wobei hier zu beachten ist, dass das Basenpulver keine Laktose enthält! (Basen-Pulver von DM enthält 79 % Laktose). Das Basenpulver sollte morgens citrathaltig und mittags und abends carbonathaltig sein. Die Citratmischung aktiviert die intrazelluläre Entsäuerung und kann über die Niere ausgeschieden werden. Die Carbonatmischung ist für die Entsäuerung der Lymphe, also der extrazellulären Flüssigkeit, verantwortlich.



Foto: THOMA HOTELS & WELLNESS GMBH

G.H.: Warum darf das Basenpulver kein Milchsucker (Laktose) enthalten?

FT.: Im Grunde genommen enthält Milch wertvolle Mineralstoffe und Vitamine, aber einige verursachen gesundheitliche Probleme:

1. Immunglobuline, tierisches Fett, Milchzucker und tierisches Eiweiß.

Immunglobuline sollen dem Kalb helfen, sein eigenes Immunsystem aufzubauen. Wir sind aber keine Kälber, sondern Menschen. Unser Immunsystem funktioniert anders und deshalb bringt es unser Immunsystem durcheinander. Viele Menschen reagieren darauf allergisch z.B. mit erhöhter Schleimproduktion in den oberen Atemwegen. Allergiker sollten deshalb auf Milchprodukte verzichten.

2. Milchzucker: Viele Menschen leiden unter einer Laktoseintoleranz mit Durchfall, Blähungen und Erbrechen. Bei ihnen fehlt das Enzym Laktase.

3. Milchfett: Das Milchfett erzeugt Übergewicht und Fettleibigkeit. Wir essen zu viel davon, da Fett auch ein Geschmacksträger ist.

4. Milcheiweiß: Die Nährstoffe werden in der Lymphe abgelagert, dort abgebaut und werden dem Körper als Baustoff zur Verfügung gestellt. Aber mit zuviel Eiweiß ist die Lymphe überfordert. Wir müssten 15 m groß sein, um so viel Milcheiweiß abzubauen, wie wir einnehmen. Wir reden hier auch von Käse, Joghurt, Sahne etc. Die Lymphe verdickt sich, das Eiweiß koaguliert mit Säure, die Lymphe ist nicht mehr so transportdurchlässig, wie sie sein sollte, sondern sie verbindet sich mit dem

darüber liegenden Gewebe. Dadurch werden einzelne Zellverbände unterversorgt und sterben ab, wie. Z.B. Knorpel in den Gelenken. Milch ist kein Getränk, sondern ein Lebensmittel, was gut dosiert zu sich genommen werden sollte, sonst führt es zu einer Übersäuerung. Wer mehr dazu wissen möchte: Ferdinand Thoma hat ein Buch geschrieben „Wellness Plus Balance“. Zu bestellen bei www.auerhahn.net



Naturheilverein Baden e.V.

Die Naturheilkunde ist heute mehr denn je gefragt. Deshalb stellt der Naturheilverein Baden e.V. Ihnen Konzepte vor, wie Sie Ihr Leben besser und gesünder gestalten können.

Der Naturheilverein Baden e.V. bietet eine Grundlage für die Einheit zwischen Körper, Geist und Seele. Unsere Thesen: Wasser - Licht - Luft - Bewegung - Ernährung. Ihre Vorteile einer Mitgliedschaft:

Vergünstigter Besuch aller Veranstaltungen des NHV's:

Regelmäßige Vorträge und Seminare in Bühl, Baden-Baden und Freiburg. Werden Sie Fördermitglied für nur 3,- € monatlich. Wir empfehlen Sie auf unserer Homepage www.naturheilverein-baden.de und setzen einen Link zu Ihrer Homepage.

Sie erhalten 4 x im Jahr kostenlos das Magazin Grünes Leben per Post.

- Sie haben kostenlosen Eintritt in alle Vorträge.
- Sie haben die Möglichkeit, als Referent Vorträge zu halten in Baden-Baden, Bühl und Freiburg.
- Sie erhalten einen monatlichen Newsletter mit aktuellen Terminen
- Wir sind spendenabzugsfähig



Vorträge Freiburg 2012:

Blasius Gesundheitszentrum am Siegesdenkmal, Habsburgerstr. 131 in 79104 Freiburg, Eingang im Innenhof. Weitere Infos unter: Frau Knauber-Idler 0761-34220 (Eintritt 5 € - Mitglieder kostenfrei)

Vorträge jeweils um 19.30 Uhr

30.10.2012 Wie kann ich meine Lebensenergie auf einfache Weise im Alltag stärken?

Durch energetisiertes Wasser und vitalisierte Lebensmittel. Sie erhalten Informationen über die Zusammenhänge von schädlichen Einflüssen auf unsere Lebensmittel und unser Trinkwasser sowie deren wirksame Abhilfe.

Quellwasserqualität aus Ihrer Wasserleitung ist möglich! Sie haben Gelegenheit, durch kinesiologische Muskeltests die unterschiedlichen Auswirkungen auf den Körper und die Lebenskraft zu erfahren. Referentin: Diane Lauer

27.11. Salz – die Würze des Lebens. Sie erfahren mehr über die Unterschiede von Speisesalz/Kochsalz, Meersalz und die verschiedenen Natursalze der Erde. Referent: Manfred Plett

Für Fragen rund um die Gesundheit stehen wir gerne zur Verfügung. Es ist unser besonderes Anliegen, das Wissen um die Gesundheit, Gesunderhaltung und Wiedergewinnung der Gesundheit weiter zu geben. Gemeinnütziger Verein mit Sitz in Freiburg.

Vereinsadresse: Vorderer Poche 13a in 79104 Freiburg Tel. 0761-55 77 40 80

Vorträge 2012 BÜHL

19.00 Bürgerhaus Neuer Markt, Europaplatz, 77815 Bühl Eintritt 5 € - (Mitglieder kostenfrei)

26. Sept.: Seelische Konflikte als Krankheitsursache. Über die tieferen Ursachen chronischer Beschwerden wie Asthma, Depression, Migräne, MS, Schmerzen aller Art und weitere. HP Thomas Zimpfer zeigt Zusammenhänge auf.

17. Okt.: Salz – die Würze des Lebens. Sie erfahren mehr über die Unterschiede von Speisesalz/Kochsalz, Meersalz und die verschiedenen Natursalze der Erde. Referent: Manfred Plett

21. Nov.: Moderne Schmerztherapien. Viele Menschen leiden unter Schmerzen verschiedener Ursache. HP. T. Zimpfer zeigt neueste effektive Schmerztherapien.

Email: greta.hessel@t-online.de
www.naturheilverein-baden.de

– ANZEIGE –



BURN-OUT-PRÄVENTION & BEHANDLUNG

KLIMATHERAPIE • ALLERGIEBEHANDLUNG

GANZHEITLICHE SCHMERZBEHANDLUNG

ACP • EIGENBLUTBEHANDLUNG • PSYCHOTHERAPIE

AUTOVACCINE-THERAPIE • AUSLEITUNGSTHERAPIE

COACHING • ANTI-AGING • FALTENUNTERSPRITZUNG

GEWICHTSMANAGEMENT • NEURALE THERAPIE • AKUPUNKTUR

HAUSHEILKUNDE • LERNFÖRDERUNG • KINESIOLOGIE



Heilpraktikerin, BA psych.

Bianca Eastman

Titiseestraße 17

D-75822 Titisee-Neustadt

Tel. 076 51 93 58 335

Mo. 0151 153 31000

Info@praxis-eastman.de

www.praxis-eastman.de

Nackter Wein von verbotenen Früchten aus dem wilden Tal

Sie heißen „Bohemien, Orakel, Été, Routinier“ oder „Leichtsinn“, haben einen romanischen, mediterranen Charakter und sind einzigartig. Die Reben sind nackt und wild, ungespritzt, aber resistent gegen böse Eindringlinge. Die Früchte, nicht immer für den freien Anbau zugelassen, die Pflanze ein Kulturgut - man nennt sie PIWIS und mittlerweile sind sie KULT.

Die Weinerei. Kronleuchter an der Decke, ein offener Kamin und Kerzenschein, ein langer Holztisch, Kerzenständer auf leeren Weinfässern. Klassische Musik im Hintergrund. Menschen kommen, trinken und gehen. Die Türe ist offen für jeden. Alle Weine werden als Tafelweine bzw. wie es nun heißen muss „Deutscher Wein“ deklariert. Ein paar geschriebene Zeilen erklären warum:

„Denn auch einige der besten italienischen Rotweine sind Tafelweine, weil sie aus Traubensorten hergestellt werden, die für die Region nicht zugelassen sind. (Wie überall nämlich bestimmt die Bürokratie, was wir essen und trinken dürfen. Freie Wahl hat der Konsument nirgends.) Werden Tafelweine von einem modernen, listigen Winzer ausgebaut, kann der aus verbotenen Trauben Spitzenwein herstellen, welcher von Kennern gesucht und teuer bezahlt wird. Das ist theoretisch auch in Deutschland möglich, wird aber kaum gemacht“.

(Wolfram Siebeck aus: ZEIT Magazin Leben Nr.6 2008)

Dr. Heiko Feser, Ethnologe aus dem Wildtal, macht was er will. Jedes Jahr gibt es einen anderen Wein. Er probiert und studiert, geht jedes Winzerrisiko ein. Sein Weinberg, klein aber fein. Sein Wein, spätestens nach einem Jahr weggetrunken. Die Fässer leer.

Die Beschreibung seiner Weine ist ebenso poetisch und sinnlich wie ihre Mixtur: „Der Été ist der Nährboden allen Daseins, der Hobo der Drang nach Weite, das Orakel die Überschreitung des geistigen Horizonts, der Leichtsinns die Hingabe an die Lebenslust, der Routinier besinnt sich auf das Wesentliche, der Bohemien ist die Verweigerung an alte Gepflogen-

heiten, der Bel Esprit der kreative Ungehorsam und der Secco schlichtweg das Kribbeln unter der Haut.“

Sein Weißwein Été assoziiert er mit Hängematte, das Schattenspiel der Blätter auf die geschlossenen Augen, ein Berg voll vor sich herschiebender Arbeit, im Papierkorb ein zerknülltes Schreiben des Finanzamtes und im weinseligen Geiste das bezaubernde Mädchen des letzten Sommerurlaubes.

So rundet er die rieslingähnlichen Feinfruchtaromen des Johanniters, mit knapp 10 % Solaris für einen kräftigeren Körper und die leicht-rauchige Muskat- und Zitrusbukettierung ab.

Was PIWIS sind, kann er den Gästen gut erklären:

„Die PIWIS haben nichts mit gentechnisch erzeugten Rebsorten zu tun. Sie sind aus klassischen Kreuzungszüchtungen hervorgegangen. So konnte die Resistenz amerikanischer oder asiatischer Wildarten mit den sensorischen Qualitäten unserer Europäersorten kombiniert werden. Diese Wildreben leben



Foto: Heiko Feser

nämlich in ihrer ursprünglichen Heimat seit Millionen von Jahren in Symbiose mit den Pilzkrankheiten und konnten deshalb im Laufe der Evolutionsgeschichte Resistenzen entwickeln. Unsere, in dieser Hinsicht ahnungslosen Kulturreben hingegen, wurden mit diesen Pilzkrankheiten erst mit deren Einschleppung in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts konfrontiert und waren ihnen damit hoffnungslos ausgeliefert. Seitdem müssen wir also unsere Kulturreben mit Pflanzenschutzmitteln behandeln. Mit den PIWIS findet also eine Vereinigung von Pilzresistenz und Weinqualität statt. Viele PIWI-Weine gelten mittlerweile auch als Kult- und Spezialitätenweine, die unglaubliche Qualitätspotentiale aufweisen. Weitere Infos unter www.weinerei-feser.de

Baden ist führend in der Piwiforschung.

Präsident Matthias Wolff: „Ziel und Zweck der Arbeitsgemeinschaft ist es, wissenschaftliche und praktische Erkenntnisse auf dem Gebiet der pilzwiderstandsfähigen Rebsorten auf nationaler und internationaler Ebene auszutauschen und Anregungen zu geben.

Piwi-Neuzüchtungen entstammen der Forschungsabteilung des landeseigenen Freiburger Weinbauinstituts, zum Institut gehört ein Weingut, das drei Hektar auf Bio umgestellt hat. Das Land will Flächen erweitern.

Weitere Informationen unter: www.piwi-international.org

Trend: Biowein und PIWIS im Aufmarsch

17. ECOVIN Ökoweinmesse in
Freiburgs Historischem Kaufhaus

Im Historischen Kaufhaus in Freiburg zeigte sich der Minister für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Alexander Bonde bei der Preisverleihung der „Besten Bioweine Baden-Württemberg 2012“ beeindruckt von der gebotenen Qualität und prognostizierte zunehmend bessere Bedingungen für die Bio-Produzenten: „Die besten Jahre stehen dem Ökolandbau erst noch bevor“.

Die Wende hin zum Ökolandbau entspräche auch den grün-roten Zielsetzungen der Lan-



Foto: ecovin

desregierung. Nach seinen Worten wird der Ökolandbau „weit überproportional“ gefördert. Auch auf die eigene Rolle bei der Förderung des Bio-Weinbaus wies Bonde hin. So habe er im vergangenen Jahr veranlasst, dass eine ganze Reihe pilzresistenter Rebsorten des Staatlichen Weinbauinstituts Freiburg im Land klassifiziert und für den allgemeinen Anbau freigegeben wurden. Zur weiteren Profilierung soll der Öko-Weinbaubetrieb des Staatlichen Weinbauinstituts, der ebenfalls ECOVIN-Mitglied ist, in den nächsten Jahren weiter ausgebaut werden.

Der badische ECOVIN-Vorsitzende Paulin Köpfer zeigte besondere Freude über den gemeinsamen Auftritt, und auch Kilian Schneider, der Präsident des Badischen Weinbauverbands hob besonders diese Kooperation hervor. Nach seiner Einschätzung ist der Bioweinbau längst Standard, viele Elemente der Biowinzer seien von konventionellen Erzeugern bereits übernommen worden.

Während für Schneider der Schwerpunkt der kommenden Jahre mehr im Bereich der Regionalität liegt, betonte Lotte Pfefferer-Müller, die ECOVIN-Bundesvorsitzende, dass nach ihrer Einschätzung der Begriff Nachhaltigkeit die zentrale Rolle spielen werde. Und Christian Eichert, Geschäftsführer der Arbeitsgemeinschaft Ökologischer Landbau (AÖL) Baden-Württemberg zeigte sich überzeugt, dass man mit dem „Input“ an den Minister noch viele gute Ideen umsetzen könne. Freiburgs Umwelt-Bürgermeisterin Gerda Stuchlik freute sich besonders, dass die Biowinzer sich von Anfang in Freiburg präsentierten, und dass sie

damit zunehmend mehr Erfolg haben. Die Prämierung der „Besten Bioweine Baden-Württemberg 2012“ lesen Sie unter: www.ecovin-baden.de

Die größte regionale Biowein-Messe erfreute sich regen Zuspruchs, auch die Veranstaltungen des Rahmenprogramms, das vom Freiburger Slow Food Convivium organisiert wurde, stieß auf großes Interesse. Zu allen Verkostungen wurde Brot gereicht von den Fördermitgliedern: Jenne aus Edingen-Kiechlingsbergen, Kirschner aus Mülheim und Pfeifle aus Freiburg. Die Schinkenspezialitäten kamen aus der Metzgerei Grether in Hülgelheim.

SLOW FOOD FREIBURG

Gut. Sauber. Fair.

Sie treffen sich zu Tafelrunden und Schneckentischen. Sie sind keine Hedonisten, doch bewusste Genießer. Mündige Konsumenten kultivieren Geschmackserlebnisse. Sie entsagen der hektischen Welt und pflegen die Langsamkeit des Essens. Sie lieben die Geselligkeit, Tradition, Verantwortung und Werte. Ökologie, Herkunft und Herstellung, Qualität der Produkte sind Ihnen wichtig, stehen ganz oben. Sie bewahren die Natur – alte Sorten und Rassen, bevorzugen heimische, regionale, saisonale Produkte, kochen gerne, erforschen Hintergründe, und schauen vordergründig in

die Töpfe, ehrlich und unverfänglich und lassen sich nicht an der Nase herumführen. Sie treffen sich bei Bauern und Winzern, in Hofläden und Weinstuben, auf Märkten, bei Metzgern, Produzenten, Bäckern und Käsern. Man nennt sie ganz einfach Slow Food Anhänger. Sie probieren, studieren, dinieren, prüfen mit allen Sinnen, respektieren, fördern die Arterhaltung und traditionelles Lebensmittelhandwerk.

Mats Johansson, Conviviumsleiter: „Die Vereinigung wurde 1986 in Italien von Carlo Petrini gegründet, hat heute etwa 100.000 Mitglieder in über 100 Ländern. Davon allein 11.000 in Deutschland, die in 80 Convivien (Tafelrunden) organisiert sind. Die „Basisgruppen“ von Slow Food sind die Convivien, regionale Gruppen. Der Name leitet sich ab vom lateinischen Wort convivium, Tafelrunde. Derzeit existieren 80 Convivien, die von einer Convivienleitung organisiert werden. Die Convivien sind in der Planung ihrer Aktivitäten im Rahmen der Beschlüsse von Slow Food Deutschland und der Prinzipien von Slow Food autonom. Die Convivien sind der Ort, an dem Slow Food „gelebt“ wird. Hier finden die unterschiedlichsten konkreten Aktionen, Aktivitäten statt. Und hier können sich alle Mitglieder eines Conviviums und Interessierte in die Arbeit einbringen, können eigene Ideen in die Planung eines Jahres zur Verwirklichung vorschlagen und dabei mithelfen, Slow Food noch weiter zu verbreiten. Das Freiburg Convivium wurde 1997

WEIN trifft GEIST



aus: Les Français peints par eux-mêmes, Paris 1853

Geist und Wein vereint = Lebensqualität

Weinseliges philosophieren mit Gästen
über Gott und die Welt!

Dionysos - der Gott des Weines und des Rausches
Rent a philosopher

Info unter: 0761-55 72 90 82
oder schauen Sie unter:

www.philo-praxis.com



gegründet und hat über 100 Fördermitglieder.
Veranstaltungen unter: www.slowfood.de/slow_food_vor_ort/freiburg © greta hessel

Olivenbaum-Patenschaft

Olitterra ist ein Projekt des „Instituts zur Förderung ökologischer Methoden und Cooperation“ (INSCOP). 1989 von Professor Albert G. Schüler an der FH Pforzheim gegründet, fördert das Institut Produktion, Verarbeitung und Vermarktung kontrolliert biologischer Nahrungsmittel - speziell in Mittelmeerländern. Denn gerade dort sind Böden, Wasser und Luft vielerorts durch die massive Verwendung von Kunstdüngern, Insektiziden und Pestiziden in der konventionellen Landwirtschaft gefährdet.

Mit dem Olivenbaum-Patenschafts-Projekt unterstützt Olitterra griechische, italienische und spanische Bio-Bauern bei der arbeitsaufwendigen Produktion von naturbelassenem, kalt gepresstem Olivenöl.

Im Rahmen der Olivenbaum-Patenschaft bringt Olitterra die bäuerlichen Betriebe in Kontakt mit Konsumenten und sorgt so für eine sinnvolle Vernetzung. Hierdurch eröffnen sich neue Marktchancen für das hochwertige Naturprodukt Olivenöl.

Zugleich ist das Olitterra-Projekt ein Beitrag zur Förderung eines „sanften“ und angepassten Tourismus in den jeweiligen Regionen.

Soweit Olivenernte und Baumarbeiten es zulassen, sind die Bio-Bauern Ihnen bei der Planung Ihres individuellen „Öko-Urlaubs“ gerne behilflich.

Spanien, Italien oder Griechenland?

Sie erhalten eine Olitterra-Patenschafts-Urkunde mit den Namen und Anschriften der Olivenbauern. Aus der kommenden Ernte (November bis Februar) erhalten Sie dann gegen Rechnung zehn Liter des gewünschten Bio-Ölens aus der ausgesuchten Region.

Sie wollen bei der Ernte mithelfen? Wenden Sie sich direkt an Ihren Olivenbauern. Soweit seine Arbeit es zulässt, hilft er Ihnen gerne bei der Planung Ihres individuellen „Öko-Urlaubs“. Infos unter: www.olitterra.de, Italien

Direkt vom
Olivenbauer

Olitterra®



**Natives Olivenöl extra
kalt gepresst aus kontrolliert
biologischem Anbau**

Olitterra Olivenbaum-Patenschaft
D. Bühler - Prof. Schüler
Im Hubfeld 10
77966 Kappel-Grafenhausen

Bestellungen: +49 (0) 78 22 61 229
E-Mail: buehler@web.de
www.olitterra.de



Nachhaltiger Tourismus

Lautlos unterwegs
durch den Schwarzwald

Elektromobil – die neue Art zu fahren! Einsatz im Hochschwarzwald.

Vorausgesehen hat die Hochschwarzwald Tourismus GmbH (HTG) den Trend zu Elektromobilität und vorausgedacht, als sie 2010 die deutschlandweit einzigartige Hochschwarzwaldcard einführte, die die kostenfreie Nutzung von E-Bikes erlaubt. Damit waren sie Vorreiter der Ferienregion Schwarzwald und positionierte sich als nachhaltiges Urlaubsziel.

Das E-Mobilitätsangebot wurde nun gemeinsam mit dem Anbieter Smart um 14 Elektroautos erweitert, damit wurde den Gästen kostenloses, umweltfreundliches, Co2 freies Autofahren durch den wunderschönen Naturpark, bei nur zwei Übernachtungen, möglich gemacht. Im April 2012 fand die feierliche Übergabe der Elektroautos des Modells „smart fortwo electric drive“ in Hinterzarten statt. Zwölf Gastgeber aus 13 Gemeinden beteiligten sich an dem Angebot.

Im Jahr 2011 wurde die All-inclusive-Hochschwarzwaldcard an mehr als 200.000 Touristen ausgegeben und über 450.000 mal eingesetzt. Sie beinhaltet noch weitere 60 kostenfreie, hochinteressante Freizeitangebote, die nicht nur die Gäste, sondern auch die 260 Gastgeber begeistern. Auch 2012 geht der Erfolg der Karte weiter, da gegenüber dem Vorjahr die Übernachtungen bei den teilnehmenden Gastgeber bis Ende Mai fast 20% gestiegen sind.



Foto: Hessel

Baden-Württembergs Tourismus- und Verbraucherminister Alexander Bonde: „Durch das steigende Umweltbewusstsein in der Gesellschaft spielen Nachhaltigkeitsaspekte bei der Urlaubsplanung eine zunehmend wichtige Rolle. Das hat auch Auswirkungen auf die Mobilität.“

Das Konzept: Ein Mann mit Visionen

Ideengeber Magister Thorsten Rudolph, seit vier Jahren Geschäftsführer der Hochschwarzwald Tourismus GmbH, ist nicht nur innovativ kreativ, sondern ein Denker der Zukunft. Die reine Natur, das Heilklima, die Kulturlandschaft und umweltfreundliche Projekte liegen ihm am Herzen.

Thorsten Rudolph: „Das war letztendlich nur die Konsequenz und Fortsetzung des Gedankens der freien Luft im Hochschwarzwald. Zuerst gab es im Naturpark Südschwarzwald E-Bikes, dann die Segways, alles integriert in



die HTG Card. Der Gedanke des Co2 freien Autofahrens ergab sich ganz kurzfristig. Smart zeigte sich flexibel mit guten Konditionen. Das Auto passte, ist pfiffig und dynamisch. Man sitzt gut erhöht. Wir haben das Konzept an Partner-Hotels ausgeschrieben, es gab anfangs zehn, aber mittlerweile sind schon wieder zwei dazugekommen. Leider sind derzeit nicht mehr Autos verfügbar und wir warten auf die neue Generation von Fahrzeugen, die demnächst in den Verkauf kommen. Aber das war nur der erste Schritt. Der zweite besteht darin, das Konzept in der Quantität noch auszubauen und im dritten Schritt – ab 2014 - wollen wir ein „Car Share Modell“ integrieren. Überall an wichtigen Spots sollen E-Smarts zur freien Benutzung stehen, z.B. am Haus der Natur, am Badeparadies oder am Schluchsee. Man nimmt ein Auto und kann es überall wieder abgeben. Das Auto öffnet sich automatisch mit der HTG Card und wird auch darüber abgerechnet, selbst die, die keine

HTG Card haben, können das Auto gegen ein geringes Entgelt benutzen und per JPS kann der Gast sehen, wo die Autos zur Verfügung stehen. Das Konzept soll flächendeckend vernetzt werden. Damit sind wir wieder Vorreiter im Naturpark Schwarzwald, dessen Werte mitbegründet werden durch Natur, Mensch und Kultur. Die pfiffige HochschwarzwaldCard bietet alles, vor allem aber auch Umweltschutz in der Natur.

Natürlich gibt es auch Bedenken: wo kommt der Strom her, es sollte sauberer Strom sein, viele Hotels und Tankstellen haben hier Wasserkraft oder nachhaltigen Strom. Das Produzieren des Stroms ist nicht das Problem, wir produzieren sogar zu viel. Wir müssen den maximalen Strombedarf abdecken, weil sonst z.B. eine Klinik ausfallen könnte. Der Weg in die Netze und das Speichern ist das Problem. Bei uns braucht der Urlauber kein Auto. Er kann die Konus Karte benutzen für Bus und Bahn, wird vom Gastgeber am Bahnhof abgeholt, dann stehen ihm E-Smart und E-Bike zur Verfügung. Er kann kostenfrei Golf spielen und Ski fahren.

Unsere Stärken sind der Weihnachtsmarkt in der Ravennaschlucht, die Skisprungwettbewerbe wie z.B. der Sommer Grand Prix in Hinterzarten und die Kulturevents. Meine Vision ist es noch, einen Ort zu schaffen, der komplett autofrei ist. Infos zur Hochschwarzwald Card unter www.hochschwarzwald-card.de



Green Technology: Nachhaltige Mobilität für die Zukunft

Volker Speck, Direktor der Mercedes Benz Niederlassung und Geschäftsführer des smart Centers in Freiburg: „Die Zukunft der Mobilität ist bei uns Gegenwart. Mercedes-Benz testet seit längerem Brennstoffzellenfahrzeuge, die Wasserstoff in elektrische Antriebsenergie umwandeln. Drei B-Klassen Fuel Cell umrundeten letztes Jahr reibungslos und emissionsfrei die ganze Welt. Eine saubere Umwelt und die entsprechende Nachhaltigkeit werden immer mehr zum Schlüssel unseres Handelns, so dass wir lernen müssen, neue, alternative, intelligentere Wege einzuschlagen, um unser Leben und unsere Erde zu schützen. Die Daimler AG hat diese Herausforderung angenommen und arbeitet an den Fahrzeugen der Zukunft mit verbesserten Verbrennungsmotoren an Hy-

bridfahrzeugen, Elektromobilen und Wasserstoffautos.

Die im Schwarzwald eingesetzten „smart fortwo electric drive“ sind noch aus der Sonderserie „zwei“, von der 1.000 Autos gebaut wurden und über ein Leasingmodell deutschlandweit ihren Einsatz gefunden haben. Alleine in Freiburg sind mehr als drei Dutzend unterwegs.

Seit letztem Samstag ist jetzt die Generation „drei“ für Jedermann käuflich zu erwerben. Das Auto kostet netto EURO 15.890, dazu kommen netto EURO 55 für das Batterie-Leasing im Monat. Eine Tankfüllung kostet derzeit ca. drei Euro und reicht für 145 km.

In Freiburg gibt es derzeit 6-7 Ladestationen, die zum Teil noch kostenlos genutzt werden können. Wichtiges Ziel dabei ist, hier auch ausschließlich Ökostrom anzubieten, denn nur dann stimmt die Gesamtbilanz. Die Auf-

– ANZEIGE –



www.hochschwarzwald-card.de



Zum Kuckuck! Freie Fahrt mit dem E-Smart.



hochelektrisiert: Mit der Hochschwarzwald Card bekommen Sie bei 23 Unterkünften täglich einen Smart fortwo electric drive für einen halben Tag gratis!

Kein Kleingedrucktes, kein Scherz: Mit der Hochschwarzwald Card nutzen Sie über 60 tolle Freizeitangebote in der Region kostenlos. Auch die Karte selbst kostet Sie keinen Cent! Sie bekommen sie gratis bei mehr als 260 Gastgebern ab 2 gebuchten Übernachtungen – im Sommer wie im Winter.

Zum Kuckuck! Freie Fahrt, freier Eintritt.

ladezeiten entsprechen heute noch denen von Mobiltelefonen, was für manchen immer noch zu lang ist, aber auch daran wird gearbeitet. Auch kritisiert manch Interessent die noch begrenzte Kilometerleistung, was für den eigentlichen Haupteinsatzort, die Innenstädte, jedoch vorläufig ausreichend scheint.

Carsharing wird ein urbanes Mobilitätsprojekt der Zukunft sein! Der Mensch mietet sich (auch stundenweise) Mobilität nach Bedarf. Deswegen arbeiten wir heute schon an Projekten wie car2go. Ähnlich wie bei Prepaid-Karten für Mobiltelefone wird hier zeitgenau abgerechnet.

Schlussendlich wird werden alle Antriebstechnologien Ihren sinnvollen Einsatz finden. So wird der hauptsächliche Mobilitätsbedarf jedes Einzelnen über die Wahl der Technologie (Hybride, Elektro oder zukünftig die Brennstoffzelle) entscheiden. Ganz wichtig: auf Sicherheit, Komfort und Design muss keinesfalls verzichtet werden“.

www.smart.freiburg.de www.mercedes-benz-in-suedbaden.de

Die Gastgeber: 1. Feldberger Hof, Feldberg 2. Hotel Brugger am See, Titisee 3. Hotel Schwörer, Lenzkirch 4. Hotel Ruhbühl, Lenzkirch 5. Ferienwohnungsvermietung Marianne Warth ,Titisee 6. Seehotel Hubertus, Schluchsee 7. Drubba Hotels, Titisee, 8. Campingplatz Schluchsee 9. Seehotel Wiesler 10. Hotel Schlehdorn, Feldberg-Altglashütten. Neu dazugekommen: 11. Treschers Schwarzwald Romantikhôtel, Titisee und 12. Hotel Garni Silberdistel, Hinterzarten

Hotel Schwörer in Lenzkirch:

Das kleine Hotel Schwörer, mitten in Lenzkirch, steht unter Denkmalschutz und wurde 2010 neu aufgebaut. Manuel Schwörer, Sohn des Hauses und Küchenchef bietet badisch-regionale Gerichte an. Das Haus wird stark frequentiert im Sommer durch Wanderer, Radler, Schweizer und Holländer und ab November durch die Skisaison. Der Gastgeber Manuel Schwörer ist sehr zufrieden mit dem E-Auto: „Der Bähnleradweg und der Wanderweg Schluchtensteig führen direkt an mei-

ner Haustüre vorbei. Mit dem Angebot, das E-Auto kostenfrei nutzen zu können, bleiben viele Gäste spontan eine Nacht länger. Sie nutzen die Möglichkeit, in einem Radius von etwa 50 Kilometern, Ausflüge zu unternehmen nach Lenzkirch, Neustadt-Titisee, Bärenal, Feldberg, Freiburg, Schluchsee, Donaueschingen, Bonndorf und zurück mit Zwischenstopps und Bootsfahrt. Am Ende Ihrer Co2- freien Tour durch den Hochschwarzwald stellen Sie das Auto einfach wieder vor das Hotel. Das Auto ist täglich im Einsatz. Die Gäste sind begeistert, teilweise überrascht durch die Geräuschlosigkeit. Der Wagen läuft gut, hat richtig Power. Einige finden ihn gefährlich. Sie haben Angst vor einem Unfall, weil das Auto nicht gehört wird, außer ein leichtes Piepen, ähnlich eines Gabelstablers“. www.hotel-schworer.de

Seehotel Hubertus am Schluchsee

Kanadafeeling pur. Das kleine, aber feine Hotel wird geführt von Ehepaar Dykast, beide gelernte Hotelfachleute. Felix Dykast: „Zu uns kommen abgehetzte, gestresste Gäste. Der Seeblick ist entspannend und beruhigend. Unsere Gäste wollen das E-Auto gerne mal testen und das wird auch genutzt. Die ganz großen Touren machen unsere Gäste eher nicht, lieber mal Feldberg und Titisee. Verlängerungen haben wir auch dadurch. Der Gast hat den Mehrwert-Nutzen den Schwarzwald zu entdecken, man wohnt quasi gratis! Leider sind die Attraktionen manchmal am Wochenende ziemlich voll. Der Nachteil sind lange Wartezeiten. Besser wäre es die Karte während der Woche zu nutzen.“ www.hubertus-schluchsee.de



Foto: Hessel

Campingplatz Schluchsee:

Herbert Morath, Mitarbeiter auf dem Campingplatz Schluchsee: „Zuerst wurde das E-Auto eher wenig genutzt, weil es etwas Unbekanntes war, aber jetzt erklären wir das Angebot bereits beim Checkin und es wird begeistert angenommen. Der Wagen ist fast jeden Tag unterwegs. Ein Gast fuhr speziell energiebewusst (ohne die Stromfresser Klimaanlage und Radio) über 100 km und es waren noch 30% Kapazität vorhanden. Das war erstaunlich. Wenn sich die Anzeige im roten Bereich befindet, sind noch 20% der Kapazität vorhanden, dann sollte man eine Tankstelle oder ein Gasthaus anfahren um „nachzutanken“. Zehn Prozent Reserve sollten nicht unterschritten werden. Das E-Auto ist ein sehr guter Werbeträger. Wir haben Gäste, die gern auch deswegen tatsächlich länger bleiben. Immer mehr Gäste kommen auch von den umliegenden Plätzen, weil sie hier bei uns u.a. das E-Auto sowie die vielen anderen Vorteile der Hochschwarzwald-Card nutzen können.

Die Resonanz unserer hellauf begeisterten Gäste speziell zum Thema E-Auto geht von „sehr gutes Fahrgefühl“ über „gut geeignet als Zweitwagen für die Gattin“ bis „ gut für die Umwelt“. Es sind z.T. auch schon externe Gäste bei uns gewesen, die Interesse an der Anmietung des E-Autos gezeigt haben, aber - noch - ist dieses nur für unsere „Hausgäste“ erhältlich.“

Seehotel Wiesler:

Hotelier Klaus-Günther Wiesler, Vorsitzender der Naturparkwirte und Aufsichtsrat der HTG, hält Vorträge zum Thema Nachhaltigkeit bei der IHK, in Verbänden und der DEHOGA. Er selbst hat Spaß am E-Smart und findet ihn witzig. Das Auto passt in sein ökologisches, umweltfreundliches Konzept. 90 % seiner Gäste sind am Elektromobil interessiert und fasziniert von der neuen Technik. Sie wollen wissen, wie das Auto funktioniert und fühlen, wie es fährt. www.seehotel-wiesler.de

© Greta Hessel



Foto: Hessel



Der Waldhof. Ihr Bildungs- und Seminarhaus im grünen Freiburg-Littenweiler.

Vorträge – Seminare – Exkursionen – Workshops
Kurse zur Persönlichkeitsbildung – Kreativkurse
Musik – Tanz – Bewegung – Entspannung
6./7. Oktober 2012 : „3. Symposium Neues Denken“:
„Wie wollen wir (in der Zukunft) leben?“

Gern senden wir Ihnen unser Programm zu:
0761-67134, sekretariat@waldhof-freiburg.de oder schauen Sie unter unter:
www.waldhof-freiburg.de



3. Symposium „Neues Denken“

vom 6./7. Oktober 2012 im Waldhof

„Wie wollen wir (in der Zukunft) leben?“

Zeiten der Orientierungslosigkeit gehen oft Umbrüche im Denken voraus. Alte Paradigmen werden aufgebrochen, neue entstehen. Wir befinden uns in einer derartigen Phase.

Renommierte Wissenschaftler und Forscher sowie „Querdenker“ kommen im Rahmen eines zweitägigen Symposiums im Waldhof zum ausgewählten Thema zusammen. Sie stellen in jeweils einstündigen Vorträgen ihre Positionen in möglichst allgemeinverständlicher Art – und in deutscher Sprache – dar. Am Ende stehen eine Podiumsdiskussion der Referenten und das Gespräch mit den Symposiums-Teilnehmern. Die Teilnahme steht allen Interessierten offen. Es geht um ein besseres Verstehen unserer Welt, um das Aufzeigen neuer, vielleicht wegweisender Fragen, um neue Erkenntnis. www.waldhof-freiburg.de

Nachhaltiges Geld

„Immer mehr Menschen beschleicht ein ungutes Gefühl, wenn sie die Veränderungen in der Welt um uns herum betrachten:

- die Schere zwischen Arm und Reich geht immer weiter auf, hierzulande und weltweit
- Millionen Menschen leiden Hunger, Kinder wachsen in Armut auf
- die Unternehmen und Konzerne schreiben Rekordgewinne und entlassen dennoch tausende MitarbeiterInnen, Politiker und Gewerkschaften scheinen dagegen machtlos zu sein
- Bildung, Wissen, Gesundheit, Altersvorsorge werden privatisiert und damit vom Allgemeingut zum Luxusobjekt
- das Klima verändert sich in rasendem Tempo, aber gegen den Ausstoß von Treibhausgasen scheint kein Kraut gewachsen
- um gefragte Rohstoffe werden Kriege geführt

Diese Entwicklungen sind kein Naturgesetz, sondern die Folge politischer Entscheidungen: Entscheidungen, die wir nicht tatenlos hinnehmen; Politik, die auch ganz anders aussehen kann.

Globalisierung geht ganz anders – keine Ausbeutung von Mensch und Natur!

Die Mitglieder und Aktiven von attac setzen sich ein für ihre Überzeugung, dass die Verbesserung der Lebensbedingungen der Menschen, die Förderung von Selbstbestimmung und Demokratie und der Schutz der Umwelt die vorrangigen Ziele von Politik und Wirtschaft sein sollten.

Sie setzen sich ein für eine ökologische, solidarische und friedliche Weltwirtschaftsordnung. Sie sind der Meinung, dass der gigantische Reichtum dieser Welt gerecht verteilt werden muss.

Attac ist die französische Abkürzung für „Vereinigung zur Besteuerung von Finanztransaktionen im Interesse der BürgerInnen“. Ausgehend von der ursprünglichen Forderung, die sogenannte Tobin-Steuer (eine Steuer zur Eindämmung kurzfristiger Börsenspekulation) international einzuführen, befassen sie sich inzwischen mit der gesamten Bandbreite der Probleme neoliberaler Globalisierung. Als Bildungsbewegung mit Aktionscharakter und Expertise bieten sie dazu fundierte Analysen sowie klare und vermittelbare Forderungen. Attac hat bereits 90.000 Mitglieder in 50 Ländern. Attac versteht sich als Teil einer globalen Bewegung, auch in Deutschland.

Attac bildet ein breites gesellschaftliches Bündnis, das von den Gewerkschaften Verdi und GEW über den Umweltverband BUND oder die katholische Friedensorganisation Pax Christi bis hin zu kapitalismuskritischen Gruppen reicht.

Foto: attac Karl/Schwörer



Bankwechselfarty – Die Krötenwanderung

Attac startete eine bundesweite Bankwechselfartykampagne: „Die Krötenwanderung“. Damit möchten sie Licht ins Dunkel der Geschäfte auf den Finanzmärkten bringen und stellen systemkritische Fragen wie: Welche Rolle spielen die Banken in der Krise? Welche Geschäftspolitik betreibt Ihre Bank? Wo investiert Ihre Bank Ihr Geld? Finanziert Ihr Geld Atomkraft? Verursacht Ihr Geld die nächste Finanzkrise? Treibt Ihr Geld Nahrungsmittelpreise in die Höhe und verursacht dadurch Hunger in der Welt? Welche Lobbypolitik treibt Ihre Bank in Ihrem Namen? Welche Alternativen sind denkbar? Welchen Beitrag kann jeder und jede Einzelne zu einer sozial gerechteren und ökologischen Lösung der Finanzmarktkrise beitragen? Hervorragende und weniger hervorragende Vorträge zur Bankenkrise gibt es reichlich. Bei der Bankwechselfarty geht es einen Schritt weiter: Sie kombinieren in einer einzigartigen Mischung politische und ökonomische Inhalte mit kulturellen Beiträgen. Bei systemrelevanter Musik, transparenten Informationen und bankenkritischen Cocktails mit Rettungsschirmen vermitteln sie darüber hinaus das informative und organisatorische Rüstzeug für einen unkomplizierten Bankwechsel. Lasst die Kröten wandern“. aus: www.attac.de

Attake für Freiburger Attacies

Gefüllter Saal. Mitreißendes Publikum. Showtime. Bänke für die Banken.



Fotos: attac Karl Schwörer

Christian Felber und Harald Schuhmann

Ergreifender Auftritt vom SUSI Chor mit 40 aktiven Sängerinnen und Sängern. (S|U|S|I steht für Selbstorganisierte Unabhängige Siedlungs-Initiative, ein Zusammenschluss von Menschen, die aus ehemaligen Kasernengebäuden Wohn- und Kulturräume geschaffen haben im Vouban. Sie singen kämpferisch, für Frieden, Freiheit, Gerechtigkeit und für die Liebe - bis die Tränen kullern.) www.susi-chor.de

(gekürzte Fassung von Jutta Sundermann)

„Der Schauspieler Nicola Fritzen moderierte durch das umfangreiche Programm und der Berliner Journalist (Der Tagesspiegel) Harald





Schumann erklärt dem erstaunten „Immer-Noch-Postbankkunden“ (Deutsche Bank) Nicola Fritzen, warum es eigentlich überhaupt Banken gibt.

(Harald Schumacher, Autor der Foodwatch-Studie: „Die Hungermacher. Wie Deutsche Bank, Goldman Sachs & Co. auf Kosten der Ärmsten mit Lebensmitteln spekulieren“).

Thomas Jorberg vom Vorstand der ethischen GLS-Bank und Erich Greil, Direktor der Freiburger Sparkasse, sowie Jutta Sundermann vom bundesweiten Kampagnenteam der Krötenwanderung gingen der Frage nach „was macht die Bank mit meinem Geld?“ Obwohl mehrfach eingeladen, gelang es der attac nicht, einen Vertreter der Commerzbank oder der Deutschen Bank für die Veranstaltung zu gewinnen. Der Handel mit riskanten Derivaten, Banken, die zu groß sind zum Scheitern, Atom- und Rüstungsinvestitionen wurden angeschnitten, intensiver wurde die Diskussion um die folgenreiche Agrar-Rohstoff-Spekulation, aus der sich aktuell die Deka-Bank der Sparkassen zurück gezogen hat und zu der auf europäischer Ebene derzeit wichtige Regulierungen diskutiert werden.

Harald Schumann diskutierte mit dem Fachbereichsleiter Finanzmärkte beim Freiburger Zentrum für Europäische Politik, Bert van Roosebeke. Sie näherten sich der Frage, welche Rolle die Banken in der Eurokrise spielen. Das Handeln der Politik und der Banken greift ineinander. Die Banken werden – obwohl sie sich nach der großen Finanzkrise von 2008 kaum verändert haben, mit billigen Milliarden versorgt, in der Hoffnung, dass sie den Pleite-Staaten ihre Staatsanleihen abnehmen mögen.

Nach dem Exkurs über die Eurokrise ging es um Alternativen zum heutigen Bankensystem. Christian Felber von attac Österreich berichtete wie sie dort dazu kamen, eine demokratische Bank zu fordern, deren Aufgaben klar begrenzt sein sollen auf die ursprünglichen Bankengeschäftsbereiche der Kreditvergabe und Spargeldannahmen.

Harald Schumann lud dazu ein, sich zu engagieren für eine wirkungsvolle Regulierung der Finanzmärkte zur Eindämmung der exzessiven Rohstoff-Spekulation. Zudem wies er darauf hin, dass mehr Druck entwickelt werden müsse gegen die Banken, die zu groß zum Scheitern sind, vorzugehen. Eine gelungene, erfolgreiche Veranstaltung.“

attac-Freiburg hat die Freiburger Banken zu ihrer Geschäftspolitik befragt. Die Antwort der Sparkasse und die Antworten der anderen Banken lesen Sie unter: www.attac-netzwerk.de



Sparkassendirektor Erich Greil und Jutta Sundermann

Nachhaltig Geld anlegen

*Interview mit Erich Greil,
Direktor der Sparkasse Freiburg*

Wie wichtig ist es für den Bürger, dass er weiß, was die Bank mit seinem Geld macht?

Zunehmend wichtiger, denn das hat uns die Finanzkrise gezeigt, dass überschaubare, einfache Geschäftsmodelle in der Region wieder im Trend sind. Vorher galten die Sparkassen und Genossenschaften als verstaubt, langweilig und überholt. Jetzt sind sie das tragfähige Modell.

Die Zeit ist schnelllebiger geworden, die Meinungen wandeln sich.

Ich habe Bedenken, dass die Rückbesinnung auf nachhaltiges Leben von Dauer sein wird. Die Bereitschaft, Verzicht zu üben, Gewohnheiten zu verlassen, ist nicht für jeden Menschen nachvollziehbar. Manch einer braucht einen gewissen Leidensdruck, um seine Strukturen zu ändern, bis er bereit ist, mehr Geld für Bioqualität auszugeben. Die „Geiz ist geil Mentalität“ alles billig haben zu wollen und haben zu können, hat viele geprägt. Wir haben uns daran gewöhnt, für 29 € nach Mallorca fliegen zu können. Es regiert überwiegend der Profit und dieser entscheidet über Handlungen in Unternehmen.

Allerdings durch die Finanzkrise hat sich fast alles um 180 Grad gedreht. Stabilität und transparente Geschäfte sind das zukünftige Geschäftsmodell. Seit 180 Jahren gibt es das Sparkassenmodell, ethische Richtlinien bei der Kreditvergabe haben wir nicht, aber wir würden nie etwas finanzieren, was ethisch fragwürdig erscheint, z.B. Inkasso für skrupellose Internetbetrüger. Wir kennen unsere Kunden. Sie bringen das Geld, sie investieren und

sie leihen sich Geld aus, weil man sich kennt. Wenn ein Unternehmen in Schwierigkeiten kommt, bieten wir Hilfe an.

Wir erleben jetzt eine Renaissance der Dorfläden. Jeder möchte auf den Bauernhof oder Hofladen einkaufen. Das ist lustvoll und die Antwort auf die Globalisierung. Lokalität ist angesagt: lokale Kenntnis, lokales Handeln, lokales Wirtschaften.

Wir Sparkassen sind noch gut in den Dörfern vertreten, doch die jungen Leute erledigen ihre Geschäfte über Onlinebanking, alles funktioniert elektronisch, das stellt unsere Filialen auf den Prüfstand. Wir überlegen daher, was wir in den Geschäftsstellen anbieten können.

Das ist eine schwierige Gratwanderung. Die Frequenz der Beratung nimmt ab, trotzdem braucht die Filiale mindestens einen hochqualifizierten Berater. Wir zahlen nur noch mit Karte, selbst beim Einkaufen mit der Karte können wir uns sogar Bargeld bei manchem Lebensmittel-discounter an der Kasse auszahlen lassen. Damit wird ein Lebensmittelladen zur Bank. Bedeutet dies das Ende der klassischen Bankfiliale auf dem Land?

Ich denke nein! Jedoch müssen neue Angebote und Kooperationsformen diskutiert werden. Kooperationen mit Kiosk und Lebensmittel waren nicht erfolgreich. Die Mieten auf den Dörfern sind zwar gering, jedoch sind die Kosten für die IT-Technik und die Sicherheitsleistungen einer Bankfiliale sehr hoch. Wir leben in einer Zeit der sehr schnellen Veränderungen und müssen lernen, flexibel zu sein.

© Greta Hessel

Gemeinwohl-Ökonomie: Humanes, verantwortliches Wirtschaften im Fokus

Dem Wohle aller dienen sämtliche unternehmerischen Tätigkeiten – in einer am Gemeinwohl orientierten Wirtschaft wird das zum Hauptziel. Der Wiener Universitätslektor Christian Felber entwickelte dafür das Konzept der Gemeinwohl-Ökonomie (GWÖ), sein gleichnamiges Buch wurde ein Wirtschaftsbestseller.

Darin formuliert er Indikatoren, die das ökologische, ethische und soziale Verhalten von Unternehmen beschreiben und die zu einer sogenannten Gemeinwohlbilanz führen. Bereits mehrere hundert Unternehmen veröffentlichten regelmäßig eine Gemeinwohlbilanz.

Weitere Informationen:
www.gemeinwohl-oekonomie.org
Kontakt zur Freiburger Initiative:
freiburg@gemeinwohl-oekonomie.org



Fotos: Hessel

Was die Bewegung „Freiburg im Wandel“ will: Die wichtigsten 10 Ziele finden und gemeinsam umsetzen.

Es gibt über 200 Gruppen in Freiburg, in denen sich bürgerschaftliches sowie zivilgesellschaftliches Engagement in seiner ganzen Vielfalt ausdrückt. Neu an „Freiburg im Wandel“ ist, Synergien und gemeinsame Interessen dieser unterschiedlichen Gruppen zu bündeln, so dass wir in den Dingen, die uns verbinden, auch verbunden auftreten und uns für die angestrebten Veränderungen organisations-übergreifend einsetzen.



Bei einem 2-tägigen Intensiv-Workshop am 12. und 13. Oktober 2012 können sich Interessierte aus den verschiedenen Gruppen und Vereinen inhaltlich austauschen und gegenseitig besser kennenlernen. Unser Arbeitsziel für den Workshop ist: „Was sind die Top10-Themen unserer gemeinsamen Anliegen für Freiburg?“

Vernetzungsbereite Initiativen und Organisationen melden sich bitte unter der folgenden Mailadresse an: info@freiburgimwandel.de.
www.freiburgimwandel.de



Fotos vom FiW-Frühlings-Vernetzungstreffen am 22. Mai 2012 im Bürgerhaus Zähringen

AB IN DIE ZUKUNFT - Nachhaltigkeitstage in Freiburg

Unter dem Motto „Zukunftsfähigkeit“ fanden am 21. und 22. April in ganz Baden-Württemberg die Nachhaltigkeitstage 2012 statt. Mehr als 400 Aktionen und Veranstaltungen stellten die zahlreichen Initiativen des Landes auf die Beine und machten Nachhaltigkeit erlebbar. In Freiburg gab es ein besonders vielseitiges, buntes Programm, das ECOtrinoa e.V., das Klimabündnis Freiburg und das Eine Welt Forum Freiburg in Zusammenarbeit mit verschiedenen örtlichen Gruppen und Vereinen wie z. B. Planetenkinder e.V., Initiative Gemeinwohl-Ökonomie Freiburg, Lernort Kunzenhof und dem Freiburger Agenda21-Büro sowie vielen engagierten Einzelpersonen veranstaltete.

Den Auftakt machte das Agenda21-Büro und der regioWASSER e.V. am Freitagmittag: Mitzuerleben wie tausende kleiner Lachse in der Dreisam ausgesetzt wurden war für Kinder und Erwachsene gleichermaßen eine spannende Sache.

Am Abend forderte Prof. Ernst Ulrich von Weizsäcker im überfüllten Café Vélo mit einem eindrücklichen Vortrag die BürgerInnen zum Handeln auf. Er fand im anschließenden Publikumsgespräch klare Worte für die anstehenden notwendigen Entwicklungen: Von den Regierungen sei derzeit nichts Konkretes zu erwarten, man müsse die Energiewende schon – selbst in die Hand nehmen!

– ANZEIGE –



Wann ist ein Geldinstitut
gut für die Regio?

Wenn es Initiativen ergreift und unterstützt,
von denen auch die Umwelt profitiert.

 **Sparkasse**
Freiburg-Müritscher Bräuhaus

Wir fördern nachhaltiges Handeln. Mit gezielten Finanzierungs- und Kapitalanlageangeboten sowie fachlicher Beratung leisten wir einen wichtigen Beitrag für eine gesunde Umwelt, eine lebenswerte Gesellschaft und eine starke Wirtschaft. Das ist gut für die Regio. www.sparkasse-freiburg.de

Nachhaltigkeit und Altersvorsorge

Von Benjamin Alexander

„Nimmt die Versicherungsgesellschaft mein Geld und investiert damit in Rohstoff-Fonds? Ich möchte nicht an der Preissteigerung für Getreide, Mais oder Reis beteiligt sein, wodurch die Bevölkerung in ärmeren Ländern keine Nahrung mehr kaufen kann!“

Möchte man sicher gehen, dass die hart verdienten Groschen nicht in Bereiche investiert werden, die ökologisch, ethisch oder nachhaltig suboptimal sind, bleibt oft nur eine intensive Recherche bei der Anlageauswahl und im Kleingedruckten.

Bei den Rentenversicherungen ist bspw. nur eine fondsgebundene-Lösung in der Lage, dem Kunden eine Mitbestimmung in der Geldanlagepolitik zu ermöglichen. Im Gespräch mit Herrn Christoph Reber, dem Investment Manager für Fondspolizen bei der Stuttgarter Lebensversicherung a.G. sagt er zu diesem Thema: Heiße Sommer, gewaltige Unwetter, Umweltkatastrophen und Klimaschutzkonferenzen haben das Thema nachhaltiges Wirtschaften in den letzten Jahren immer mehr in die Köpfe von Gesellschaft, Politik und Wirtschaft gebracht. Rendite ja, aber nicht zu Lasten der Umwelt – so lautet das Motto bei immer mehr Menschen und Unternehmen. Entsprechend hoch ist das Interesse an nachhaltigen Kapitalanlagen. Über die fondsgebundenen Altersvorsorge

gelösungen der Stuttgarter können Kunden z.B.: in die GreenStars-Strategie investieren. Diese verbindet modernes Anlage-Know-how mit einem nachhaltigen Investmentansatz. Bei uns haben



Foto: Fotolia

Am Wochenende kosteten Genussfreudige in den Weltläden faire Leckereien. Konkreten Umweltbeitrag leisteten die Müllsammelaktion „Putzete“ des Waldkindergartens Dreisamtal und die Aktion „Wir üben autofrei“ der Universität Freiburg. Der konsumkritische Stadtrundgang von kaufRausch e.V. und der Film „Plastic Planet“, der in der Ökostation gezeigt wurde, regten zum Nachdenken an, ebenso wie die zahlreichen Fachvorträge, die teils im Rahmen des Samstagsforums stattfanden, welches der ECOtrinoa e.V. seit 5 Jahren mit großem Erfolg anbietet. Auch für Familien gab es viel zu erleben, so am Lernbauernhof Kunzenhof, bei der Vogelstimmenführung von Planetenkinder e.V., der Schokoladenwerkstatt des Eine Welt Forums oder der familienfreundlichen Radtour des ADFC zum Kaiserstuhl .

Mit diesen abwechslungsreichen Angeboten waren die TeilnehmerInnen unmittelbar angeregt, ihren Konsum- und Lebensstil zu überdenken und auf lebendige Weise aufgerufen, gemeinsam an einer nachhaltigen Veränderung mitzuwirken.



Foto: privat

Kunden somit die Chance, ihre langfristigen Sparziele im Rahmen der Stuttgarter Fondspolizen mit zu 100 Prozent nachhaltigen Kapitalanlagen zu erreichen.

Eine Alternative bietet manchmal eine direkte Investition in Firmen, die sich im Nachhaltigkeitssektor engagieren. Wie immer beim Thema Altersvorsorge, sollten jedoch vorab die Punkte Risiko, Rendite und Flexibilität festgelegt werden, damit die passende Lösung gefunden wird und sicher, effektiv und nachhaltig für das Alter vorgesorgt werden kann. www.versicherungsbuero-alexander.de



Wandel im Handel

Zum Abschied von Hauptgeschäftsführer Manfred C. Noppel

Manfred C. Noppel geht nach mehr als 30 Jahren beim Verband in seinen wohlverdienten Ruhestand, dennoch bleibt er dem Handelsverband beratend erhalten. Neuer Hauptgeschäftsführer des Handelsverbandes Südbaden ist nun Utz Geiselhart, seit 18 Jahren Chef der Geschäftsstelle Bodensee-Baar.



Utz Geiselhart

– ANZEIGE –

Earthing – Heilendes Erden

Wenn wir uns erden, gelangen freie Elektronen leicht in unseren Körper hinein und verteilen sich. Der Körper wird von negativ geladenen freien Elektronen durchflutet und elektrische Ladungen, die wir über Elektrosmog und andere elektrische Felder aufgenommen haben, werden unmittelbar abgeleitet.

Erden hat erstaunliche, wissenschaftlich bewiesene Effekte:

- **Besserer Schlaf**
- **Stressabbau und Entspannung**
- **Reguliert Blutdruck und verbessert die Fließeigenschaften des Blutes**
- **Löst Verspannungen**
- **Hilft bei Kopfschmerz**
- **Schützt vor elektrischen und elektromagnetischen Feldern**
- **Verbessert oder beseitigt akute und chronische Schmerzen**
- **Erhöht das Energieniveau**
- **Verbessert und beschleunigt die Wundheilung**
- **Reduziert Wundliegen**
- **Verbessert oder beseitigt Entzündungen im Körper**
- **Harmonisiert die Körperrhythmen**
- **Bessert Menstruationsbeschwerden**
- **Hilft bei Jetlag**



Wir sind Deutschlands erster Anbieter des Komplettsortiments an Erdungsartikeln.

Besuchen Sie unseren Internet-Shop: www.tz-gesundheit.de

Thomas Zimpfer, Heilpraktiker, 76534 B.-Baden-Steinbach, 07223-800 68 42



Handel im Wandel

Manfred C. Noppel setzte wichtige Akzente im Laufe seiner Berufskarriere. Sein Lieblingsprojekt das „Märkte und Centren Konzept“ vor 25 Jahren, schon damals nachhaltig. Von der Stadt entwickelt, vom Baudezernat weitsichtig erkannt und vom Handelsverband unterstützt. Als alles auf die „grüne Wiese“ (Gewerbegebiet) wollte, plädierte Noppel für ein nachhaltiges Innenstadt-Konzept. Andere Städte bluteten aus. Freiburg nicht! Freiburg hatte eine Pilotfunktion. Einkaufen sollte Spaß



Manfred C. Noppel

machen. Gute Sortimentsaufteilung, vor allem für Lebensmittel, in der Innenstadt. Kurze Wege, Ruheplätze und gute Beleuchtung für Ältere und Schwangere. Behinderten- und generationsfreundliches Einkaufen wurde möglich gemacht, Grünflächen erhalten und zwar in allen Stadtteilzentren. Nicht zentrenrelevante Sortimente, wie Möbel und Baumaschinen wurden ausgelagert. Für Autofahrer bequem zu erreichen.

Nachhaltigkeit war für Noppel kein unnützes Modewort, sondern gelebtes Tun am Kunden. Sein Motto: „Dem Verbraucher etwas Gutes tun“, hat er umgesetzt. Kundenorientierung stand im Focus. So nahm er Verbraucherinteressen wahr, setzte auf gute Qualität und Sicherheit.

Von ca. 2700 Unternehmen mittelständiger Struktur im Handelsverband sind ca. dreiviertel mindestens nachhaltig.

Der Handelsverband setzt sich ein für den Handel bis Brüssel. Die Interessenvertreter werden gehört und reden mit, engagieren sich in Sachen Imagepflege, Nachwuchswerbung, Aufstiegsmöglichkeiten und Stadtmarketing. Der Handelsverband nimmt die Funktion der Arbeitgeber wahr: bei Betreuung und Beratung der Mietverträge, beim Arbeitsrecht, aber auch bei anderen Rechtsgebieten, bietet Hilfe bei Existenzgründung, Betriebswirtschaft und Socialmedia, sowie Schulungsmöglichkeiten, Seminare und Verkaufstraining.

Der Verband vergibt jedes Jahr in Berlin die Auszeichnung „Store of the Year“. Weitere Infos unter: www.hv-bw.de. Sechs Monate gratis Mitgliedschaft: www.probemitglied-hv.de

Der Store of the Year Award 2012

Die HDH Jury vergab in Berlin den „Store of the Year Award“ in der Kategorie „Food“ an Hieber's Frische Center aus Bad Krozingen und nomminierte mit den 2. Platz in der Kategorie „Living“ die Firma Stiegeler – das Bettenhaus am Augustinerplatz in Freiburg.

Hieber's Frische Center: Die Architektur spricht für sich. Schwarz. Futuristisch. Im Innern des Marktes schwarz-weiße Kontraste, niedrige Regale, ungewöhnlich für einen Supermarkt. Themenstraßen und Themenwelten bestimmen kreativ die Orientierung. Inszenierte Warenangebote, immer wieder mit neuen Reizen präsentiert. Der Kunde staunt, verwirrt, nimmt sich Zeit zum Ausruhen, zum Stärken, zum Erfrischen, zum Probieren. Wohlfühlambiente. Einkaufserlebnis. Ökologisch und nachhaltig sowieso. Ob Solaranlage auf dem Dach, die Nutzung von natürlichem



Foto: Handelsverband

Dieter Hieber (links) im Gespräch bei der Preisverleihung.

Tageslicht, ein überwiegender Einsatz stromsparender LED-Lampen, geschlossene, CO2-neutrale Kühl- und Tiefkühlmöbel, sowie eine Wärmerückgewinnungsanlage minimieren den Energieverbrauch.

Familie Hieber hat mit ihren zwölf Lebensmittelmärkten hohe Qualität und Innovationskraft bewiesen.

Zu Recht haben die „Hieber-Märkte“ schon viele Auszeichnungen erhalten: Supermarkt des Jahres, Goldenes Käsemesser, Goldener Zuckerhut, Sales Cup, Kaufmann des Jahres, Zukunftspreis Handel und und und... Sohn Dieter Hieber hat eine gute Ausgangssituation: er vollendet das, was sein Vater geschaffen hat. Geht dabei eigene Wege, kreativ und innovativ, bricht Regeln auf und übernimmt Verantwortung. Im Oktober 2011 wurde der neue Markt in Bad Krozingen eröffnet.

Dieter Hieber: „Mit dem neuen Konzept möchten wir, dass Einkaufen zum Einkaufserlebnis wird. Dazu gehören schöne Märkte und gute Produkte. Der Kunde soll nicht nur seinen Bedarf decken, weil er etwas braucht, sondern, er soll mit Lust shoppen gehen. Das Produkt „Lebensmittel“ soll einen höheren Stellenwert bekommen. Auch der Umgang mit dem Produkt soll positive Lebensgefühle auslösen mit kulturellen Veranstaltungen, Genussweinreisen und Weinproben. Bei uns arbeiten Köche, die verkaufen und beraten. Themen wie: die richtige Ernährung, Lactoseallergien, Abnehmen und Rezepte werden von unserem Ernährungsberater und Oecothrophologen abgedeckt. Wir kooperieren beispielsweise auch mit ansässigen Sportstudios. Wir haben ein großes Sortiment, bis zu 40.000 Artikel. Wir unterstützen soziale Projekte und kaufen alles, was die Region zu bieten hat. Bei uns steht nicht nur das Lebensmittel, sondern auch das Drumherum im Vordergrund, ein Gesamtkonzept sozusagen,

das mehr ist als nur ein Supermarkt. Das Erlebnis ist die Philosophie. Fast jeder selbständige Unternehmer schaut, dass er nachhaltig arbeitet, muss Kosten reduzieren, querdenken, umdenken und überdenken. Das ist eine Herausforderung für die Zukunft.“

Stiegeler – Das Bettenhaus am Augustinerplatz – Tradition trifft modernes Ladenkonzept

Das Unternehmen mit inzwischen 110-jähriger Geschichte wird in der dritten und vierten Generation von der Familie Beck geführt auf über 700 qm in zum Teil historischen Häusern aus dem 14. Jahrhundert, einer ehemaligen, denkmalgeschützten Armenherberge. Die Spuren von Gerbern und die historische Bausubstanz wurden nachhaltig aufbereitet und umgebaut, kontinuierlich renoviert, aber dennoch in moderner Fassung umgewandelt.

Geschäftsführerin Henrike Beck, studierte Volkswirtin, lebt und liebt Familientradition. Schlaf, Geborgenheit und Heim, haben für Sie einen hohen Stellenwert.

Henrike Beck: „Gesundheit und Wohlbefinden, Vertrauen und Kompetenz, Kundenzufriedenheit, langfristige Arbeitsverhältnisse, Verantwortung, Respekt und Wertschätzung sind für mich selbstverständliche Werte. Unsere Mitarbeiter sollen gerne zur Arbeit kommen und Freude haben. Unsere Kunden sollen alles vorfinden, was sie für einen erholsamen Schlaf brauchen: angefangen vom Bettenrost über die Matratze, bis zur Bettwäsche. Gut schlafen ist Gesundheit pur. Wir führen natürliche Produkte, hochwertige Schäume, Latex, beste Materialien aus Mikrofasern oder Satin, selbst trendige Bettwäsche mit Kuckucksuhren.

PC Hilfe im Einsatz

Unterstützung und Begleitung bei Ihren PC-Programmen/Problemen.

Strategien und Lösungswege an Ihrem Arbeitsplatz.

25 Jahre Berufserfahrung in IT- Programmierung - Netzwerke/Internet - Anwenderschulungen-
Reparatur und Fehlerbeseitigung bei Computern.

Jochen Leininger-Ditter

Preise und Termine auf Anfrage - Einzel und Gruppentermine möglich. Schnupperpreise

joditter@itspinnwebe.de Tel. abends: 0178 98 22 000



AS
FLAMM

BAD
HEIZUNG
SOLAR

0761-13075 10 www.as-flamm.de

Besuchen Sie unser **Infozentrum**



für **regenerative Heizsysteme**

- X Abwicklung
- X Konzeption
- X Gestaltung von Briefpapier
- X Visitenkarten
- X Anzeigen
- X Flyer
- X Plakate
- X Prospekte
- X Kataloge
- X Magazine
- X Vereinszeitschriften
- X Einladungen
- X Dankeskarten
- X Programmierung Ihres Internetauftritts

artifex
mediendesign

Melanie Basler

St.-Barbara-Straße 11
79295 Neuenburg-Steinertal
Telefon 07635/82680-40
Mobil 01 51/12357978

hello@artifex-mediendesign.de
www.artifex-mediendesign.de

GOURMET-GUIDE

Ein Stern unter
Sternen

*Ein Gespräch mit
Küchenchef Harald
Wohlfahrt, Schwarz-
waldstube, Hotel Trau-
be-Tonbach.*



Seine Karriere geht steil nach oben. 1955 in der Nähe von Baden-Baden geboren, verlebte er eine glückliche Kinder- und Jugendzeit. Durch seine Großeltern inspiriert, erwachte recht früh seine Vorliebe für Naturprodukte. 1973 begann er seine Kochlehre im Mönchs Waldhotel. Schon 1974 kochte er für das sehr bekannte Zwei-Sterne-Restaurant "Stahlbad" in Baden-Baden und wechselte 1976 zu Familie Finkbeiner über nach Baiersbronn. 1991 folgte die Auszeichnung "Koch des Jahres" im Gault Millau, 1992 drei

Sterne im Michelin, seit 1992 hat er als einziger Koch in Deutschland die Höchstbewertung aller Restaurantführer. Er schrieb zwei Kochbücher und es wurde ihm die Verdienstmedaille des

Landes Baden-Württemberg und des Tourismusverbandes BW verliehen.

Wer bei ihm essen möchte, muss 4-6 Monate vorbestellen.

Greta Hessel: Was ist der Grund Ihres Erfolges?

Harald Wohlfahrt: *Ehrgeiz, Talent, Fleiß, Intuition und sich selbst treu bleiben. Kreativ überzeugen mit dem, was vorgegeben ist. Der Mensch ist wie eine Pflanze, Erfolg schlägt Wurzeln, wenn der Mensch Geduld hat, dann trägt der Baum auch Früchte. Es ist wichtig, das Niveau zu halten, auf dem man sich befindet.*

Greta Hessel: Und wohin geht ein Sternekoch in Urlaub?

Harald Wohlfahrt: *Ich habe eine Frau und drei*



Kinder. In den Sommerferien machen wir meist Cluburlaub und im Winter schau ich gerne mal über den Tellerrand hinaus z.B. in Paris, um Trends mitzubekommen und "wach" zu bleiben. Wer nicht mit der Zeit geht, der geht mit der Zeit.

Greta Hessel: Ist es nicht anstrengend immer TOP zu sein?

Harald Wohlfahrt: *Vor einigen Jahren befand ich mich in einem Umdenkungsprozess. Ich versuche nun, bewusster zu leben und möchte nicht nur engstirnig meine Ziele verfolgen. Die berufliche Karriere ist nicht alles, ich bin auf dem Weg, gelassener zu werden und versuche mich nicht so ernst zu nehmen. Für manch einen ist das Leben schon vorbei, bevor er es begriffen hat. Ich bin der Mensch Harald Wohlfahrt und nicht die Nummer Eins. Wenn ich mit mir im Klaren bin, kann niemand mir etwas Böses. Ich behandle die anderen auch so, wie ich behandelt werden möchte.*

Greta Hessel: Was ist Ihr Ziel?

Harald Wohlfahrt: *Die drei Sterne zu erhalten. Die Kapazitätsgrenze ist erreicht.*



Unser nächster Gourmet-Guide führt uns nach Baden-Baden in die zwei Sterne Küche vom Brenners Park-Restaurant. Horts Laue, Restaurant Tester und ehem. Spitzenkoch spricht mit Paul

Stradner, der Andreas Krolik ablöst. Horst Laue, einst Chefkoch diverser Sternerestaurants testet und schreibt über die feine südbadische, elsässische Küche. Seine Auszeichnungen und Erfahrungen sammelte er in exklusiven Gourmet-Restaurants weltweit. Minderwertige Qualität entgeht seiner Nase nicht. Er ist Profi, gelernter Feinschmecker und sammelt Kochbücher. Er zensiert, analysiert, präzisiert, probiert und ist sich sicher im Urteil.

SOMMERFRISCHE IM SCHWARZWALD

buchbar ab 21.6. bis 21.9.2012

Auf rund 1000 Meter Höhe genießen Sie hier im Südschwarzwald auch in heißen Monaten immer noch kühle, frische Luft zum Atmen und Entspannen. Mitten in dieser Idylle liegt das **Wellnesshotel Auerhahn** und das **Bio- und Wellnesshotel Alpenblick**.

Bäche, Felder, Wiesen und Wälder laden dazu ein, den Alltag hinter sich zu lassen und die Natur zu genießen. Erkunden Sie sportlich aktiv auf **Wanderungen**, den **täglichen Nordic Walking Touren**, mit dem **Velo** oder **E-Bike** den Südschwarzwald!

Nach Ihrem Ausflug entspannen Sie in der großzügigen Wellnesslandschaft und genießen Behandlungen mit der Kraft der Fichtennadel und Holunderblüte.



© www.berge.at

Sommerfrische-MINI Anreise Mi bis Sa **420 €**
(4 Tage/3 Nächte) Anreise So bis Di **405 €**

Sommerfrische-MIDI Anreise Mo bis Sa **650 €**
(6 Tage/5 Nächte) Anreise So **575 €**

Sommerfrische-MAXI Anreise frei wählbar **780 €**
(8 Tage/7 Nächte)

Sommerfrische-MINI Anreise Mi bis Sa **355 €**
(4 Tage/3 Nächte) Anreise So bis Di **345 €**

Sommerfrische-MIDI Anreise Mo bis Sa **550 €**
(6 Tage/5 Nächte) Anreise So **500 €**

Sommerfrische-MAXI Anreise frei wählbar **690 €**
(8 Tage/7 Nächte)



Wellnesshotel Auerhahn
D-79859 Schluchsee
Tel.+49 (0) 7656-9745-0
www.auerhahn.net

Bio & Wellnesshotel Alpenblick
D-79862 Höchenschwand
Tel.+49 (0) 7672-418-0
www.alpenblick-hotel.de



Weg vom Atomstrom!

Ursula und Michael Bladek haben nach der Katastrophe von Tschernobyl mit anderen Schönauern das örtliche Stromnetz von einem Atomkraftwerksbetreiber freigekauft. Heute versorgen die bürgereigenen EWS rund 130.000 Haushalte und haben bereits 2.000 Kraftwerke in Bürgerhand gefördert.

ÖKO-TEST
ALTERNATIVE GUT LEISTEN

Test: Öko-Stromtarife
EWS Schönau:

1. Rang

Ausgabe 6/2011



Auf nach Schönau!

Wachse mit zu unserem 5-Sterne-Ökostrom!

1

100 % Ökostrom Im EWS-Mix ist nicht eine Kilowattstunde Atom-, Öl- oder Kohlestrom enthalten.

2

Perfekter Atomausstieg Wir sind nicht nur atomstromlos: unsere Produzenten haben auch keine Beteiligungen von Atomkraftwerkstraktoren oder deren Tochterunternehmen.

3

Bester Klimaschutz Der Mix aus erneuerbaren Energien und Kraft-Wärme-Kopplung bildet den wirkungsvollsten Beitrag zum Klimaschutz.

4

Neue Ökostromerwerbe Durch unser Förderprogramm entstanden bis Mitte 2012 schon 2.000 neue Ökostromerwerbe in Bürgerhand.

5

Gebte Energiemuster Wir unterstützen Bürger-Energieprojekte und helfen Kommunen, ihre Stromnetze selbst zu betreiben.

Wir den Wechsel leicht gemacht:

Einfach den Stromliefervertrag von unserer Webseite laden und mit der Kopie der letzten Stromrechnung zurücksenden. Als weitere erledigen wir.

EWS
Elektrizitätswerke
Schönau

atomstromlos. klimafreundlich. bürgereigen.

Elektrizitätswerke Schönau Vertriebs GmbH · Fax: 07873/93830 · www.ews-schoenau.de