

GRÜNES LEBEN!

fein genießen!

**Naturheil-
kunde**
Entgiftungstherapie

**Upcycling
im Trend**

Beinwellbalsam
Selbstgemacht

**Schön mit
Gutedeltrauben**

Weingenuß, heimische Produkte und traditionelles Handwerk
Feines aus dem Markgräflerland



04

4 198650 302509



KLINIK ZIMMERMANN

*Fachklinik zur Behandlung
chronischer und therapieresistenter
Erkrankungen in Badenweiler*



Gesundungs- und
Entgiftungs-Therapie
nach Dr. F. X. Mayr
zu buchen ab 1 Woche

Klinik-Zimmermann BgmbH
Chefarzt Dr. med.
Michael Zimmermann

Badstrasse 46
79410 Badenweiler

Tel. +49 (7632) 754 – 0
Fax +49 (7632) 754 – 109
info@klinik-zimmermann.de
www.klinik-zimmermann.de



Liebe Leserinnen und Leser,

Was ist gesund – welche Ernährung am besten?

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen, deshalb bietet der Naturheilverein Baden e.V. Hilfe und Anregungen, Vorträge, Seminare und wertvolle Tipps für ein gesünderes Leben, zur Vorbeugung und zum allgemeinen Wohlbefinden. Da wir aber keine reinen Gesundheitsapostel sind, bieten wir auch die feinsten Adressen für ein genussvolleres Leben an, denn auch das gehört zu einem glücklichen Dasein.

Schon die antiken Philosophen, als auch die östliche Philosophie beschäftigten sich mit der Frage nach dem glücklichen Leben (eudaimonia). Das Glücksstreben und die Anbindung an die Natur ist eine uralte Sehnsucht des Menschen. Das Erlangen des Glücks liegt oft in der Einfachheit und Bescheidenheit.

Je einfacher und natürlicher ein LEBENS-MITTEL ist, umso förderlicher für die Gesundheit. Wenn man alleine alle Gift-, Fremd- und Zusatzstoffe weglässt, viel Wasser trinkt, dem Körper gibt, was er braucht - nicht zu viel und nicht zu wenig isst, vorwiegend aus regionalen und saisonalen Produkten, dann tun Sie schon eine Menge Ihre Gesundheit! Und auch der Wein – von guter Qualität – ist in Maßen der Gesundheit förderlich.

GRÜNES LEBEN – fein genießen beschäftigt sich mit der Frage: wie wollen wir leben. Was ist gesund und richtig? Wie wird was produziert? Wo kommt unser Essen her? Immer mehr Unternehmen setzen auf ökologische und nachhaltige Produktion. Es geht auch ohne Chemie. Dazu gehört Mut und Bewusstsein.

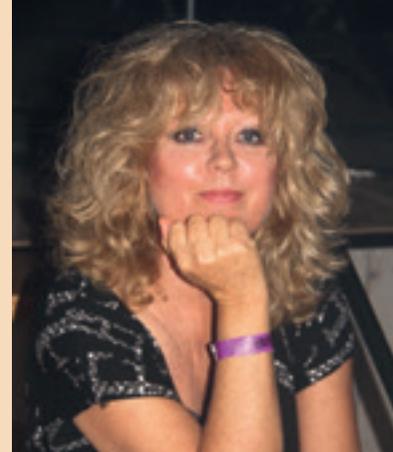
GRÜNES LEBEN – fein genießen spricht den bewussten Menschen an, der sich über fairen Handel, gesunde Ernährung, Naturheilkunde, Baubiologie, regenerative Energien und vieles mehr informieren möchte.

Nachhaltig leben ist die Zukunft.

GRÜNES LEBEN – fein genießen ist nicht nur ein Magazin, sondern ein Netzwerk, das Kommunikation schafft, zwischen Endverbrauchern, Anbietern, Produzenten, Referenten und einer Interessengemeinschaft, die sich für die Umwelt engagiert.

Initiator und Herausgeber des Magazins ist der **Naturheilverein Baden e.V.**, eine Non-Profit Organisation für nachhaltige Zukunft. Der Naturheilverein Baden e.V. steht für eine naturbewusste, ökologisch sinnvolle Lebensweise, natürliche Heilverfahren und gesunde Ernährung. Damit trägt er zur Förderung der Gesunderhaltung bei. Nach dem Motto:

Foto: Volker Wessbecher



Bewusst leben – gesund ernähren – natürlich heilen werden Seminare, Vorträge und Ausbildungen angeboten.

Infos unter:

www.naturheilverein-baden.de

Tel. 0761-55 7740 80

Email: greta.hessel@t-online.de

Vordere Poche 13a, 79104 Freiburg

Bleiben Sie gesund und genießen Sie Ihr Leben!

Ihre Greta Hessel Phil. M.A.

1. Vorsitzende Naturheilverein Baden e. V.
Heilpraktikerin für Psychotherapie

In eigener Sache:

Möchten Sie gerne im Bereich Natur, Umwelt und Nachhaltigkeit arbeiten? Wir suchen auf Provisionsbasis selbstständig arbeitende Medienberater im Bereich Südbaden für unser Team. Einarbeitung auch möglich. Voraussetzung: Kontaktfreudigkeit, sympathisches Auftreten, Motivation und Zielstrebigkeit.

Rufen Sie an: 07 61 - 55 77 40 80 oder schreiben Sie eine E-Mail an: greta.hessel@t-online.de
Weitere Informationen erhalten Sie unter: www.gruenes-leben.com.

IMPRESSUM:

GRÜNES LEBEN – fein genießen ist das Presseorgan des Naturheilvereins Baden e. V.

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

Chefredaktion (V.i.S.d.P.) Anzeigen, Text und Fotos: Greta Hessel, Phil. M. A. www.die-textgestalterin.de

Fotos: Greta Hessel, Phil. M. A. und Volker Weißbecher

Layout: Greta Hessel, Phil. M. A. und agentur athoc

Anzeigen Markgräflerland: Johanna Peselj, Tel. 0152 5491 7175

Satz: agentur athoc, 38300 Wolfenbüttel, Tel. 05331 804249-0, Mail info@at-hoc.de, www.at-hoc.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, Telefon 0761 55774080, greta.hessel@t-online.de

Vertrieb Zeitschriftenhandel, Altonaer Str. 84-90, 13581 Berlin, Tel. 030 33096170, www.onpress.de

**GRÜNES
LEBEN!**
fein genießen!

ONPRESS
media

GRÜNES LEBEN – fein genießen ist in jeder Bahnhofsbuchhandlung und an allen Flughäfen bundesweit erhältlich.



Warum gesunde Ernährung auch krank machen kann

Obst, Rohkost, Körner, Vollkornprodukte, knackige Salate und frische Säfte gesund? Weit gefehlt!

Je frischer und knackiger die Ernährung, umso gesünder, denkt der Mensch und isst sich krank. Verblüffend was so im Darm passiert, was viele nicht wissen - dort findet eine Selbstvergiftung statt. Bei der bakteriellen Zersetzung unverdauter Nahrungsstoffe entstehen hochpotente Giftstoffe, wie Formaldehyd, Fuselalkohole und Leichengifte. Dieser körpereigene Müll verursacht viele Probleme und Krankheiten: Rheuma, Bluthochdruck, Allergien, Asthma, MS, Migräne und viel chronische Entzündungen. Schlacken werden nicht mehr abgebaut und übersäuern das Gewebe. Was aber ist richtig und wie soll man sich ernähren?

Dr. med. Michael Zimmermann, Chefarzt der Klinik Zimmermann in Badenweiler rät zu leicht gedünsteter Kost, die den Darm nicht belastet und viel mehr trinken am besten, damit die Giftstoffe ausgeleitet werden. In seiner Klinik kommen Menschen aus aller Welt und schwören auf die Darmreinigung, eine Kur nach den Vorgaben von Dr. med. F. X. Mayr. Diese naturgemäße Darmreinigung, eine aktive Gesundheitsvorsorge und ein absolut geniales ärztliches Konzept haben Dr. Mayr

(1875 - 1965) so berühmt gemacht, das ihm tausende von Ärzten aus Überzeugung gefolgt sind. Auch Dr. Zimmermann, einst selbst sehr schwer erkrankt, heilte sich über die Darmreinigung nach Dr. Mayr und wurde so zum überzeugten Mayrarzt. Grundlage der Therapie sind

1. **SCHONUNG** durch eine vernünftige Esskultur
2. **SÄUBERUNG** durch entsäuern, entgiften und entschlacken
3. **SCHULUNG** durch Training zur Lebensregulation und
4. **SUBSTITUTION** von Nähr- und Vitalstoffen zu einem ausgeglichenen Säure-Basenhaushalt.

Die Klinik war ein gräflicher Landsitz und ursprünglich ein Frauenkloster mit einer kleinen Kapelle für Meditationen oder Lesungen. Die Räume strahlen Wohlbe finden und Ruhe aus, der richtige Platz um Altes loszulassen und neue Stärkung zuzulassen.

Die bekannte Colon-Hydro-Therapie, in der Naturheilkunde häufig angewandt, wurde 1983 von Dr. Zimmermann in Deutschland eingeführt. Entwickelt wur-

de die Therapie durch Werner von Braun, angewandt durch die NASA in der Raumfahrt, weil Gase hochexplosiv sein können, mussten die Raumfahrer sich dieser effizienten Dickdarmreinigung vorher unterziehen. Die Klinik Zimmermann hat heute weltweit die größte Erfahrung mit der Colon-Hydro-Therapie.

Viele haben hier Genesung erfahren dürfen, über 45 000 Patienten sind in den 34 Jahren ärztlicher Tätigkeit von Dr. Zimmermann liebevoll, einfühlsam und kompetent betreut worden. Durch seine offene, empathische und zugewandte Art werden Patienten zu Wiederholungstäter und betreiben so ihre eigene Gesundheitsvorsorge, denn vorsorgen ist besser als heilen und ein gesunder Darm ist die beste Lebensversicherung überhaupt.

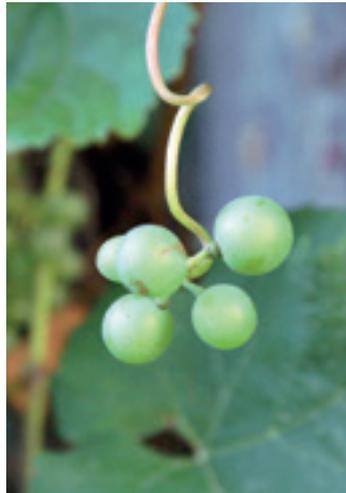
Klinik-Zimmermann BgmbH
 Chefarzt Dr. med. Michael Zimmermann
 Badstrasse 46
 79410 Badenweiler
 Tel. +49 (7632) 754-0
 Fax +49 (7632) 754-109
 info@klinik-zimmermann.de
 www.klinik-zimmermann.de



Inhaltsverzeichnis

Ausgabe 4-2014

Editorial/Impressum	3
Dr. Zimmermann über gesunde Ernährung	4
Inhaltsangabe/Abo	5
Die Hausapotheke Beinwell	6
Beinwell Balsam	7
Schön mit Gutedeltrauben	8
Eisige Mixtur	9
Indisch Kochen	10
Körperpflege	11
Upcycling	12/13
Neues aus alten Stoffen	14
Auf den Hund gekommen	14
Urbaner Zeitgeist	15
Ich war einmal ... ein Basketball	16
Schönes Leben im Markgräflerland	16
Gourmetglück Hirsch	17
Wild / Handwerk	18
Weingenuß	19
Sonnenstück Lindenhof	20
Badische-mediterrane Küche	21
Wohnkultur	22
Nebenkosten	23
Felsenkeller und Landmann in Staufen	24
Pfaffenkeller	25
Schönheit / Erdstrahlen	26
Experten des Naturheilvereins	27
Experten des Naturheilvereins	28
Experten des Naturheilvereins	29
Vorträge des Naturheilvereins	30
Nuchempfehlungen	31
Walking Dinner	32/33
Unternehmensportrait Kamphues	34
Die Textgestalterin	35
Edition Schloss Bürgeln	36



**GRÜNES
LEBEN!**
fein genießen!

Abo-Coupon

Sie möchten keine Ausgabe GRÜNES LEBEN verpassen oder einem lieben Menschen ein Abo schenken? Dann können Sie hier ein Abonnement für 4 Ausgaben (1 Jahr) ohne Verlängerung für 10 € plus 1.90 € Porto/Verpackung pro Ausgabe bestellen.

Bitte überweisen Sie € 17,60 auf das Konto:

Naturheilverein Baden e.V.

bei der Sparkasse Freiburg

IBAN DE17 6805 0101 0013 1923 21

BIC FRSPDE66

Anschrift und Einzugsermächtigung:

Bitte deutlich ausfüllen und senden, faxen oder mailen an:

NHV Greta Hessel, Vordere Poche 13a, 79104 Freiburg,
Telefon: 0761-55774080, Fax 0761-55774081,
E-Mail: greta.hessel@t-online.de.

Weitere Infos unter: www.naturheilverein-baden.de

Vorname Nachname

PLZ Wohnort

Straße Telefon

Fax E-Mail

Hiermit ermächtige ich Sie widerruflich, die von mir zu entrichtenden Abobeiträge bei Fälligkeit zu Lasten meines nachstehenden Kontos einzuziehen.

Bankverbindung

Ko. Nr. BLZ

bei Datum/Ort

Unterschrift des Antragstellers

Widerrufsrecht: Ich habe das Recht, innerhalb von 14 Tagen von dieser Bestellung zurückzutreten.

BUCHVERLOSUNG

Gewinnen Sie das Buch von Gitta Flor Schmidt: Sonnenwirbel für den König. Ein Kräutermärchen mit Illustrationen von Bettina Buresch, Stadelmann-Verlag.

Dazu beantworten Sie bitte unsere Frage: Welche Pflanze hilft gegen Schmerzen?

Die Antwort senden Sie bitte an:

NHV, Greta Hessel, Vordere Poche 13a, 79104 Freiburg
Einsendeschluss: 15.2.2015

Mitmachen kann jeder ab 18 Jahren. Das Los entscheidet, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die angegebenen Daten werden ausschließlich für die Verlosung verarbeitet und genutzt. Die Daten der Nichtgewinner werden datenschutzgerecht entsorgt. Damit bin ich einverstanden.

Magazin für gesundes und nachhaltiges Leben Ausgabe 3 | 2014 2,50 Euro

RAW - Rohkost Vegan

GRÜNES LEBEN!
fein genießen!

RAW Rohkost Vegan
Super Food im Trend

Haute Cuisine
genießen

Landhaus-eleganz
neu entdecken

Biowein
besser leben

Landgasthöfe & Weingüter
Genussvolles Markgräflerland

Foto: 2012 / Hessel / agstudio - 1234.de / www.Ruths-Fotografie.de - pash.de

4168669 002609

Die Hausapotheke: Beinwell

Beinwell wird auch als Knochenheilerin bezeichnet. Das Wort kommt aus dem althochdeutschen: Bein = Knochen und well = zusammen wachsen.

Der Beinwell (*Symphytum officinale*) ist anzuwenden als Wundauflage hauptsächlich bei geschlossenen Wunden, als Balsam bei

Sehnenscheidenentzündungen, Prellungen, Verrenkungen und Knochenbrüchen.



Die Wurzel wird ausgegraben, klein gerieben, direkt auf den schmerzenden Körperteil gelegt und mit Tüchern bedeckt. Ein paar Stunden einwirken lassen, dann den Vorgang wiederholen. Geerntet wird im frühen Frühjahr und im Herbst. Die Wurzeln werden mit einem Wurzelstecher ausgegraben. Blätter und Wurzeln enthalten die meisten Wirkstoffe. Die Inhaltsstoffe sind Schleimstoffe (Achtung: die gewaschene Wurzel ist sehr glitschig), Allantoin, Gerbstoffe, ätherische Öle, Flavonoide, Harz, Kieselsäure, ein wenig Pyrrolizidinalkaloide u.a..

Die Wirkungen sind schmerzlindernd, entzündungshemmend und abschwellend. Das Allantoin fördert die Kallusbildung (Knochengewebe), die Zellneubildung und damit die Regeneration von Gewebe. Innerlich eingenommen als Tee oder Tinktur trägt Beinwell zum Heilungsprozess bei, aber nicht zu lange einnehmen, da der Beinwell auf Grund der Pyrrolizidinalkaloide möglicherweise gesundheitsschädlich sein könnte. (Also nur in Akutfällen.)

Die Autorin des Buches: Sonnenwirbel für den König (siehe auch Seite 31), Stadelmann-Verlag, Gitta Flor Schmidt arbeitet nach ihrem Germanistik- und Philosophiestudium zunächst beim Rundfunk. Aus Liebe zu den Pflanzen absolviert sie an der Freiburger Heilpflanzenschule eine Ausbildung zur Heilpflanzenexpertin. Nach weiteren Fortbildungen im In- und Ausland gibt sie heute in ihrer Kräuter-Werkstatt „Carpe florem“ Kräuterseminare.

Weitere Informationen:
www.carpe-florem.de



Beinwellbalsam



In der Kräuter-Werkstatt bei der Autorin Gitta Flor Schmidt

Selbstgemachtes gegen Schmerzen

Flor hat eine Beinwellwurzel ausgegraben, gereinigt und geschnitten, sodann mit 100 g Öl eine Viertel Stunde bei geringer Wärme auf die Herdplatte gestellt, damit die Wirkstoffe extrahiert werden können. In den letzten 5 Minuten werden fünf Gewürznelken hineingegeben (sie enthalten Eugenol und wirken damit antibakteriell) dann alles abseihen und in das Auszugsöl 10 g Bienenwachs und 10 g Kakaobutter geben und auf 70 Grad erwärmen, bis sich Bienenwachs und Kakaobutter aufgelöst haben. Erkalten lassen und kurz bevor das Balsam hart wird, in kleine Töpfchen umfüllen, über Nacht noch nicht verschließen, sondern mit einem Papier bedecken, damit die Restfeuchtigkeit entweichen kann, beschriften und fertig.

Schön mit Gutedeltrauben



Der Markgräfler-Gutedel wird dazu verwendet, weil der pH-Wert genau unserer Haut entspricht. Neben den Trauben wird auch Traubenkernöl, Traubenkernmehl, Maische und Gutedelwein verwendet.

Dr. Helmut Laaff, dermatologisches Institut Freiburg stellte fest: „Die Gutedeltraube spielt mit ihrem Schälfeffekt durch die im Traubenmost vorhandene Glykolsäuren, den Apfel- und Weinsäuren in der kosmetischen Behandlung eine entscheidende Rolle. Die Fruchtsäure oder Alpha-Hydroxysäuren (AHAs) eignen sich sehr gut zur Oberflächentherapie von Narben, Glättung kleiner Falten, Beseitigung aktinischer Keratosen und Pigmentstörungen. Quelle: Schön mit gefrorenen Gutedeltrauben von Marija Maretić.

Marija verbrachte ihre Kindheit auf einem Bauernhof in Kroatien. Während der Weinlese war es völlig normal, dass die Kinder die Trauben mit Füßen traten. Nach getaner Arbeit bemerkte sie, dass ihre Füße weich, zart und glatt waren. Als sie später in Badenweiler einen hartnäckigen therapieresistenten Hautauschlag an den Händen bekam, erinnerte sie sich und trug Traubentrester auf und siehe da, die Wunden heilten wieder zu. Die positiven Eigenschaften der Gutedeltraube veranlasste sie die „ganzheitliche Gutedeltherapie“ zum Patent anzumelden. Weitere Informationen unter: www.marija-m.de

Gefrorener Traubenbalsam für die Haut.

Die Traube ist ein Naturprodukt und wird im tiefgefrorenen Zustand (bei minus acht Grad) angewendet, damit die Inhaltsstoffe erhalten bleiben, dadurch werden die in der Beere enthaltenen Wirkstoffe vollkommen ausgenutzt.

Schon in der Antike war bekannt, dass maßvoller Weingenuss sich positiv auf Körper, Geist und Seele auswirkt. Auch das Baden mit Weinzusatz wurde sehr geschätzt.

Zutaten

Gefrorene und frische Trauben, ausgepresster Traubenextrakt, Gutedel (Eiswein), Sekt, Traubensaft, Traubenkernöl (kaltgepresst, filtriert), Honig, Tee, Gutedelkleie (aus Traubenkernen) Maische, Trester (Trauben oder Traubenkernelektion), Salz, Serum (Mischung nach Methode Marija M.)



Eisige Mixtur



Trauben-Gesichtsbehandlung für zu Hause.

Die Haut wird mit Traubenkernöl gereinigt, anschließend mit einem nassen, warmen Frottétuch abgewaschen, danach mit Gutedelwein erfrischen. Dann die Gesichtshaut mit zwei Eiskwürfeln aus gefrorenem Gutedelwein mit kreisenden Bewegungen bearbeiten, bis die Eiskwürfel geschmolzen sind.

Für die Gesichtsmassage pressen Sie die gefrorenen Gutedeltrauben aus, mischen das Ganze mit Traubenkernöl und für 10 bis 20 Minuten in die Haut einmassieren.

Für die Gesichtsmaske mischen Sie: Traubenextrakt, Honig, Traubenkernöl und Maische (siehe Fotos), dann auftra-

gen und 20 bis 30 Minuten einwirken lassen.

Die Haut fühlt sich danach zart und glatt an. Man kann aber auch den Gutedel einfach nur trinken und damit die innere Schönheit verfeinern.



von links nach rechts: schwarzer Kardamom, Lorbeerblätter, grüner Kardamom, Kurkumawurzel, Mangopulver, Schwarzkümmelsamen, Fenchelsamen, weißer Mohn, braune/indische Senfsamen, Kreuzkümmelsamen, Kokosraspel, rote getrocknete Chilischoten und Koriandersamen.

Indisch kochen



Der verschwenderische Umgang mit Gewürzen ist der Küche des gesamten indischen Subkontinents zu eigen. In den Berggebieten Indiens und im gesamten Norden des Landes herrschen aromatische, aber nicht so scharfe Gewürze vor. Eine bekannte Gewürzmischung ist Panch Phoron (wörtlich: Fünf Samen), die zu gleichen Teilen aus schwarzem Senf, Schwarzkümmel, Fenchel-, Kreuzkümmel- und Bockshornkleesamen besteht. Panch Phoron wird unzerkleinert, in Öl oder Butterschmalz gebraten, den Gerichten beigegeben. Darüber hinaus wird im Süden relativ scharf gewürzt, mit Chili, Ingwer, Knoblauch, gerne mit Kokosmilch und Kokosraspel. Ergänzt von Kurkuma und warm-würzigen Koriandersamen.

Rezept: Tomatenreis mit Nüssen

1. Weichen Sie die Kichererbsen 2 Stunden ein.

2. Kochen Sie den Reis nach Packungsanweisung nur knapp gar, weil er anschließend noch etwas weiterkocht und stellen Sie ihn beiseite.

3. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Erhitzen Sie das Ghee und geben Sie die Senfsamen, Kreuzkümmelsamen, Curryblätter und abgetropfte Kichererbsen dazu und braten Sie alles an. Geben Sie dann die Zwiebelwürfel dazu und bräunen Sie sie leicht an.

4. Mischen Sie nun Kurkuma- und Chilipulver sowie die Bockshornkleesamen darunter. Dann die Tomaten, das Tomatenmark und nach Belieben etwas Kokosmilch dazugeben und alles offen etwa 20 Minuten weitergaren lassen, damit die Flüssigkeit einkocht.

5. Geben Sie den Reis dazu. Den Tomatenreis mit Salz würzen, zuletzt das Koriandergrün und die gerösteten Nüsse untermischen und das Ganze vor dem Servieren nochmals 5 Minuten garen.

Zutaten für 4 Portionen:

2 TL geschälte, gespaltene Kichererbsen (Chana Dal)

200 g Basmatireis

1 mittelgroße Zwiebel

2 EL Erdnüsse, Cashewnüsse oder Mandeln

1 EL Ghee

je ½ TL Senf- und Kreuzkümmelsamen

12 bis 15 frische Curryblätter

je ¼ TL Kurkuma- und Chilipulver

½ TL Bockshornkleesamen

400 g stückige Tomaten (aus der Dose)

1 EL Tomatenmark

5 EL Kokosmilch (nach Belieben)

Salz

2 EL fein gehacktes Koriandergrün

Zubereitungszeit 30 Minuten

Einweichzeit 2 Stunden

„Heute gibt's indisch!“
(Südwest Verlag)

Autorin:

Karen Webb

ISBN: 978-3-517-08941-6

© Südwest Verlag/Anke Politt

Weitere Infos zu diesem Buch lesen Sie auf unserer Buchseite Seite 31.

Körperpflege mit natürlichen Produkten



Foto © de.123rf.com_subbotina

Chemie auf der Haut will keiner, weder Formaldehyd, synthetische Farb- und Duftstoffe, Erdöl, PEG (Polyethylenglykole) noch radioaktiv verstrahlte Rohstoffe, dennoch landen sie in unseren Pflegeprodukten und somit auf unserer Haut. Manche von diesen Stoffen lösen Kontaktallergien aus oder enthalten krebs-erregende Stoffe. Dabei steht uns eine Menge Biopflanzenpower zur Verfügung.

Die Firma Styx aus Österreich nutzt die Heilkraft der Pflanzen. Schon um die Jahrhundertwende verwendeten die Bauern des Most- und Waldviertels nach vollbrachter, harter Feldarbeit den Saft der rohen Kartoffel zur Pflege ihrer strapazierten Hände. Die rohe Kartoffel enthält das Alkaloid Solanin, welches bekanntlich eine sehr positive Wirkung

für die Pflege und Regeneration der Haut besitzt. Neben zahlreichen Pflegestoffen entfaltet das darin enthaltene Vitamin A zusätzlich pflegende Eigenschaften gerade auch bei schrundiger Haut.

Der Shea Baum, auch als Baum der Jugend bezeichnet, wächst in den Savannen Westafrikas. Die nussartigen Früchte werden zu einer reichhaltigen Butter verarbeitet, die große Mengen an Vitamin E, Provitamin A und Allantoin enthält. Auch die Frucht des Kakaobaumes wird zu Kakaobutter verarbeitet. Granatapfelkernöl, Jojobaöl, Macadamianussöl und Olivenöl pflegen und schützen unsere Haut auf natürliche Weise. Wer auf Nummer sicher gehen will, verwendet natürliche Körperpflege.

Quelle: www.styx.de

NEU IN FREIBURG

Natürliche Körperpflege aus Österreich im Biokeller



Vegan, rein pflanzlich –

Es werden nur Rohstoffe natürlichen Ursprungs aus biologischer Landwirtschaft oder Wildwuchs verwendet.

Keller GmbH & Co. KG

Konradstr. 17
79100 Freiburg
Telefon 0761 706313
Telefax 0761 706314
Mail: info@biokeller.de
www.biokeller.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 8.45 bis 18.30 Uhr
Samstag 8.45 bis 13.00 Uhr

Upcycling

Ihre Firmen haben die Namen Karma-sammler, Fallblatt, Geldkluft, Fremdformat, Milchmeer, Lumpenstücke, Kopfskulptur, Urmurks, Wildwechsel, Fräulein Sommer oder Tanz auf den Ruinen. Jungdesigner, die recyceln und upcyclen. Aus Müll- und Abfallprodukten entsteht Neues, oft nicht mehr wiederzuerkennen.



Ich war einmal

Elefantendung



ein Kaffeesack

ein LKW- oder
Fahrradschlauch



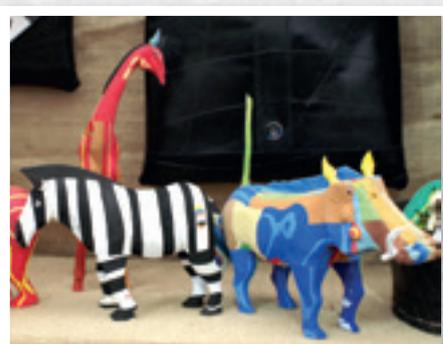
kaputtes
Porzellan



ein Segel

ein T- Shirt
ein Neopren-
Anzug





Gummisandale
in Afrika



eine Diskette



altes
Silberbesteck



ein Dosen-
verschluss



ein Basketball



ein Fallschirm



Filzreste



ein Reis-
oder Zementsack



alter Stoff



eine
Flugzeug-
weste



eine Plastiktüte



eine LP





Neues aus alten Stoffen



Das one-woman Textilatelier Zendra, rockt losgelöst von jeglichen Modeerscheinungen, Eigenes, Individuelles und bringt Kundinnen zum Strahlen. Sandra Tröltzsch designt aus Altem Weggeworfenem, neue Unikate auf Maß typgerecht geschneidert und auch für sinnlich-starke Frauen auf den Punkt genäht. Die Materialien, original vintage aus verschiedenen Kulturen und Jahrzehnten zusammengesucht und gefunden. Röcke; Kontrovers und doch einzigartig mit Wiedererkennungswert im vorteilhaft durchdachten Schnitt, Optik und bestehender Funktionalität, Bequemlichkeit und langer Lebensdauer. Ein ganz persönlicher und unverwüstlicher Begleiter.

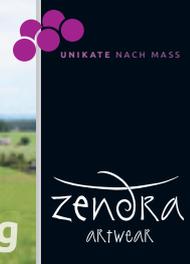
Ob die geschnittene Wickel-Klettvariante in x Formen oder die Häkel-Strickvariante, natürlich mit Unterrock und allem Drum und Dran. So entstehen spannende Stilbrüche.

Alle Materialien werden grundsätzlich vor der Verarbeitung mit 40 Grad gewaschen und einem Härtetest

im Trockner unterzogen. So ist gewährleistet, das nichts färbt oder eingeht. Ein gedachtes Ganzes, umwelt-sozialbedachtes Gesamtwerk aus dem Schwarzwald mit ehrlichem Prinzip.

ZENDRA-ARTEWAR

Sandra Tröltzsch
Zähringerstraße 3
78050 Villingen-Schwenningen
home 07721/69 71 761
mobil 0176/23 27 52 59
zendra-strick@web.de
www.zendra.de



Auf den Hund gekommen! Upcycling

SECOND HOUND ist anders! Das junge Berliner Label für nachhaltiges Hundezubehör hat sich ganz dem Upcycling und Tierschutz verschrieben. Die Idee ist, aus Menschensachen, die im Überfluss vorhanden sind und öfters unnötig im Müll landen, Hundesachen zu machen. Aus neuen Reststoffen und hochwertiger Kleidung entstehen in Berlin einzigartige Hundeaccessoires: Jeanshosen eignen sich perfekt für Matratzenbezüge, Jackenärmel werden zu Futterbeuteln verwandelt. Beschädigte Regenschirme bekommen ihre zweite Chance als Innenstoff von Futterdummys; Regenmäntel fungieren als wasser- und schmutzabweisende Schichten der Hundedecken. Doch die wunderhübschen Hundeaccessoires sind nicht nur ökologisch sinnvoll: Der Name SECOND HOUND – also „der zweite Hund“ – steht für einen anderen Vierbeiner, dem durch die im Preis integrierte Spende geholfen wird. Wir finden die Idee großartig!

SECOND HOUND
Kinga Rybinska
Wrangelstr. 70
10997 Berlin
Telefon 030 / 70 24 11 13
E-Shop www.second-hound.com
E-Mail info@second-hound.com



Foto: ©Anke Peters, www.fotografe-ankepeters.de

Urbaner Zeitgeist



Sie liegen in den edelsten Boutiquen und nobelsten Geschäften, Galerien und Kunstmuseen; nicht nur in Deutschland sondern Europaweit. Handgemachte Designertaschen von VARGU. Unter dem Schweizer Label werden einzigartige Taschen aus alten Autoreifen geführt, fairtrade.

Angefangen hat die Geschichte, als Reinhard Margelisch von einem Auto angefahren wurde und für acht Monate das Leben an Krücken kennenlernte durfte. Die Zeit verlangsamte sich. Der studierte Politologe, erfolgreicher Investmentbroker gönnte sich eine schöpferische Pause und sinnierte über eine sinnvolle, kreative Tätigkeit mit Nachhaltigkeit, sozialem Engagement, einer ökologischen sinnvollen Produktion und ökonomisch nachhaltigem Wachstum. Die Idee kam ihm kurioserweise während seiner Indienreise 2007, als er zwischen dem ganzen Müll in Delhi auf alte Autoschläuche stieß. Er säuberte, präparierte sie und erkannte darin das Potential etwas Geniales zu gestalten. Reinhard Margelisch traf auf ein Seide-Nähatelier, welches er auf Grund einer zu geringen Auftragslage übernehmen, einrichten und ausbauen konnte. Es kostete ihm viel Zeit und Nerven, den Indern den Sinn von Abfallverwertung verständlich zu machen. Anfänglich musste er sämtliche Kanäle von der Abfallbeschaffung, deren Reinigung bis hin zur Anlieferung selber erschließen. Arbeiten in Delhi bedeutet: sich schnell neuen Umständen anpassen zu können, 40 Grad Hitze zu ertragen oder sich zu Monsunzeit im ständigen Nass zu bewegen. Doch mit Mut, Risikobereitschaft, Sozialkompetenz und Wille schaffte er sein erstes Label VARGU.

Von den 26 MitarbeiterInnen haben alle eine ganzjährige Anstellung. Sie arbeiten ohne Zuschnitt-Maschinen und ohne programmierbare Nähmaschinen. Lastwagen-Autoschläuche und Sicherheitsgurte werden zuerst von Hand gewaschen bevor sie verarbeitet werden können. Sämtliche Produkte



Marken:
VARGU / Margelisch / 7 c l o u d s
www.vargu.com
www.margelis.ch
www.7clouds.ch

aus der Manufaktur sind handgefertigt. Faire Entlohnung aller Mitarbeitenden im Unternehmen, saubere und sichere Produktionsbedingungen, sowie ökologische Verantwortung und der Fokus auf außergewöhnlich, funktionales Design sind gegeben.

VARGU ist ein urbanes Label, geschaffen für eine Gesellschaft die sich in einer immer mobileren Welt bewegt. Alle Produkte sind auf Formate von 10" Tablet bis 15" Notebook ausgerichtet. Die Kollektion versucht eine eigene Designsprache zu verfolgen, wobei schwierig zu verarbeitende Materialien wie Lastwagen-Reifenschläuche und Auto-Sicherheitsgurte kombiniert werden.



Webshop für nachhaltige Taschen von VARGU, Margelisch und 7 c l o u d s
Mit dem zweiten Label: Margelisch ging der Jungdesigner einen gewagten Schritt weiter; eine ungewöhnliche Kombination zwischen hochwertigem Büffelleder und Lastwagen-Reifenschläuchen mit zusätzlich eingearbeiteten Auto-Sicherheitsgurten. Die Canvas-Büffelleder Taschen sind verspielt, lieblich, immer funktional und alle mit einem Bio- und fairtrade zertifiziertem Baumwollfutter gearbeitet.

Das dritte Label 7 c l o u d s segelt weit hinaus aufs offene Meer. Die wasserdichten Taschen aus Persenning und zertifizierten Futter werden mit Details in Büffelleder dezent veredelt. 7 c l o u d s gibt sich reduziert, modern und sportiv.

Alle drei Labels dienen der Zweckmäßigkeit und Funktionalität, sowie dem Zeitgeist in Bezug auf Upcycling, Nachhaltigkeit, Individualität, faire-Produktion und sozialer Verantwortung. Keine Kinderarbeit!! Produktion nach den Richtlinien der EFTA (European FairTradeAssociation)

Orissa Schulprojekt: Anfang Juni 2010 übernahm der Schweizer Designer die vollumfängliche Finanzierung der Orissa (Südindien) Schule für 60 sozial benachteiligte Kinder.

prodis-design GmbH
CH-3264 Diessbach b. Büren
info@prodis-design.com



Ich war einmal ein **Basketball**



Die litauische Designerin Rita Balta schenkt alten und kaputten Basketballen ein neues Leben. Jede Tasche, Mäppchen oder Portemonnaie hat seine eigene Geschichte und entsteht aus seinem eigenen Basketball. Die Produkte sind langlebig, praktisch und individuell. Mit ihrem Label BAL DESIGNS hat Rita Balta mittlerweile bis nach Tokyo und New York geschafft. Die Produkte von BAL DESIGNS sind alle handgemacht und jedes ist ein Unikat.

Mäppchen aus benutzten Basketballen von BAL DESIGNS
LANGLEBIG
PRAKTISCH
INDIVIDUELL

BAL DESIGNS Onlineshop
www.baldesigns.eu
Rita Balta
Tel.: +49 221 1794141
info@baldesigns.eu

PR-Anzeige

Markgräflerland



Schönes Leben im Markgräflerland

Johanna Peselj wohnt seit über 30 Jahren im Markgräflerland. Sie kennt jede Ecke bis ins Elsass/Frankreich und weiß, wo man gut und lecker essen kann und nicht nur das, sondern auch Schönheitsinstitute, Fachkliniken und natürlich Weingüter.

Für GRÜNES LEBEN – fein genießen ist sie immer unterwegs. Dabei trifft sie auch schon mal den einen oder anderen Promi wie Jogi Löw oder Horst Lichter. Sie traf in Frankreich auch die Band: Rudis Muntermacher mit-samt der Baseler Fans Paul Waldsagl & Ruth Schisch, Annarös & Jimmy Leibundgut, Thekla

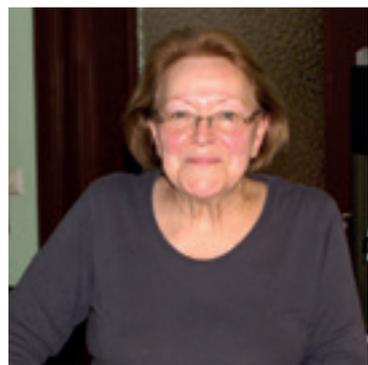
Jakubowski. Diese Fangruppe begleitet Rudis Muntermacher in jeden Winkel der Welt. z. B. nach Malaysia, Costa Blanca, Ibiza, Türkei, Südtirol, Italien oder auch nach Deutschland.

Wenn Sie einen Tipp für uns haben, wo man gut essen kann, rufen Sie doch einfach an. Wir freuen uns.

Handy 0152 5491 7175 oder 0761-55774080

Weitere feine Adressen und einen Straußenführer finden Sie auf unserer Webseite unter www.gruenes-leben.com.





RESTAURANT CAFE NEUMATT – SCHWEIGHOF

Helga Hassler
 Täglich geöffnet: 9.30 - 22.00 Uhr
 Ruhetage: Mittwoch und Donnerstag
 79410 Badenweiler (Schweighof)
 Altensteinweg 6
 Tel. +49 (0) 76 32 / 52 48



Gourmetglück - Hirsch

Ein kulinarischer Zwischenstopp für Genussmenschen ist das Hotel Landidylle Tanne kurz vor der Basler Grenze. Für Messebesucher, Weltreisende oder einfach nur für einen romantischen Abend zu zweit ist der Besuch lohnenswert. Das Restaurant bietet gute saisonale Gerichte mit kulinarischen Wildspezialitäten. Das Hirschfleisch ist zart und mager, lässt sich hervorragend braten, grillen oder schmoren. Das Menü beginnt mit einem Amuse bouche: Selleriemus mit Peter-

siliensauce, es folgt eine feine Kürbissuppe und als Hauptgericht beeindruckt ein Hirschschnitzel an Nusspanade mit Rotkraut, Preiselbeeren und Krokettchen. Eine behagliche Atmosphäre mit liebevollem Service. Das Interieur in Delfter Blau, geschmackvoll gemütlich, feine Tischkultur in blau-weiß, ein Ambiente das fesselt.

Restaurant & Hotel Tanne
Ingrid und Winfried Frey
 Dorfstraße 31 • 79592 Fischingen
 Tel.: 07628 / 8055889 • Fax: 07628 / 9421672
 info@landidylle-tanne.de • www.landidylle-tanne.de





Wild

Peter Hahn, Jäger und Küchenchef, war über 2 Jahrzehnte Jagdpächter im Müllheimer Eichwald. Aus diesem Grund

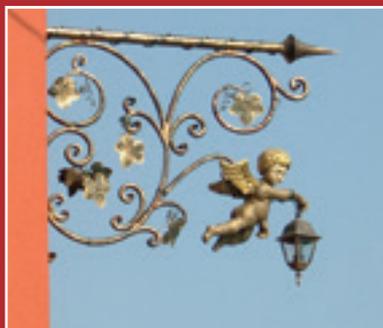
heimischen Produkten der Saison werden im traditionsreichen Engel mit seiner Uhrenstube genauso liebevoll zubereitet. Regionalität erkennt man auch an der Weinkarte. Es werden ausschließlich Müllheimer Weine angeboten. Im Engel freuen sich schon alle auf den Februar 2015. Dann ist es 200 Jahre her, dass aus dem ehemals landwirtschaftlichen Anwesen eine Gaststätte wurde.

ist der Engel schon lange für seine Wildspezialitäten bekannt. Alles Wild stammt auch heute noch aus Markgräfler Revieren und wird frisch angeliefert.

Liebe zum Detail erkennt man auch an den handbemalten Tellern, die passend zur Speise mit Wildschwein oder Rehn dekoriert sind. Klassiker der badischen Küche mit

Gasthof Engel
Familie Meike und Peter Hahn
Werderstraße 63
79379 Müllheim
Telefon: +49 (0) 7631 2228
Fax: +49 (0) 7631 16518
www.hotel-engel-muellheim.de

Rehmedaillons „Eichwälder Art“ an Sauerkirschsauce mit Haselnusspätzle



Handwerk

Die Backstube: Während um ein Uhr nachts noch die Welt im tiefsten Schlaf liegt, tritt Bäckermeister Klaus Kotz bereits in die Backstube um Teig zu mischen, zu formen und zu verarbeiten, alles nach hauseigenen Rezepturen. Zeit ist wichtig für die Qualität des Brotes, der Teig muss ruhen – das macht das Brot der Hausbäckerei so bekömmlich und hochwertig.

Auch die Inhaltsstoffe sind transparent. Das vielseitige und täglich wechselnde Angebot an frischen Broten, Brötchen, frischen Kuchen und Torten sowie individuellen Hochzeits- und Festtagstorten, Klein- und Minigebäck, süß oder salzig bewältigt das Team mit handwerklicher Sorgfalt. Eine traditionelle Markgräfler Spezialität ist der Scharwaie. Es gibt auch Spezialbrote für Menschen mit Allergien und Ernährungsproblemen.

Hochwertige Rohstoffe und handwerkliches Können

Das Café: Im gemütlichen Café-Stüble gibt's nicht nur leckeren Kuchen, sondern auch ausgiebiges Frühstück und einen Sonntags-Brunch. Das Café-Stüble eignet sich auch für Feierlichkeiten wie Geburtstage, Weihnachtsfeiern – dabei werden auf Wunsch auch gerne herzhaftere Speisen serviert. Ein Anlieferservice bei besonderen Gelegenheiten wird auch angeboten.

Laden und Café-Stüble: Kanalgasse 5, 79379 Müllheim
Tel. 07631 16612 • Fax 07631 16614
klaus@hausbaeckereikotz.de • www.hausbaeckereikotz.de

Öffnungszeiten:
DI-FR 6.00 - 18.00 Uhr durchgehend, SA 6.30 - 12.30 Uhr,
SO 8.00 - 18.00 Uhr durchgehend (nur Café), MO Ruhetag
Filiale Britzingen:
Bugginger Str. 2, Öffnungszeiten DI bis SA 7.00 - 10.00 Uhr





Wein-Genuss

Die letzten Trauben sind geerntet, trotz Essigfliege und früher Ernte sind die Winzer zufrieden. Auch Kellermeister Markus Büchin, und Verkaufsleiter Steffen Junge sitzen nach getaner Arbeit entspannt auf der Bank, die Melanie Büchin aus alten Wein-Paletten gezimmert hat und genießen ihr eigenes gutes Tröpfchen.

Büchins Weinberge sind verteilt im südlichen Tüllingen bei Lörrach und im nördlichen Ballrechten-Dottingen. Dadurch entsteht eine große Vielfalt, und wenn es mal hagelt, ist nicht gleich alles hinüber, meint Markus.

Hauptsächlich angebaut werden Gutedel, Sauvignon blanc, Weiß- und Grauburgunder. Besonders ist der Rose Syrah Sekt und beliebt bei den Frauen der Baden Cremant Sekt. Der Gutedel besticht durch Apfel Aprikosennote und ist etwas lebendiger von der Säurestruktur. Außerdem ein schwerer roter kräftiger international

geprägter Pinot Noir, Merlot und Spätburgunder.

Büchins gebären nicht nur junge frische Weine, sondern auch Kinder, eigene aber auch fremde, denn Marlitt Büchin ist nicht nur Inhaberin der Firma, sondern auch Hebamme. Ehemann Markus ist noch Kellermeister in Haltingen, wo die Weine auch ausgebaut und gelagert werden in Edelstahl tanks und Barriquefässern. Alle Flaschen werden mit Schraubverschluss verschlossen, weil der Wein nicht durch den Korken beeinflusst werden soll.

Seit 2007 ist die junge Familie am Start. 2009 wurde der erste Jahrgang ausgebaut mit nur einem ha, aber mittlerweile sind es 12 ha. Die jungen Unternehmer sind nicht traditionell befangen, sondern versuchen eine neue Weinkultur zu schaffen mit ihrem Weinladen in Schliengen, denn hier werden nicht nur ihre eigenen, sondern auch andere regionale und internationale Wein angeboten wie z.B. der australischen Mollydooker Wein aus dem

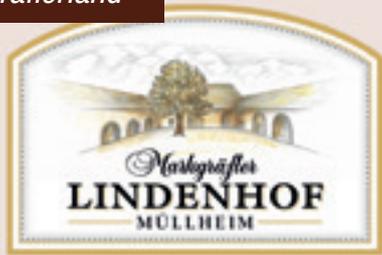
McLaren Vale. Ihre Mitbewerber sehen sie nicht als Konkurrenten sondern als Ergänzung, denn so haben die Gäste die Möglichkeit, die verschiedensten Weine auszuprobieren und zu vergleichen. Der Weinladen bezaubert durch das ausgefallene Interieur der Designerin Melanie Büchin. Tische, Bänke, Regale, Ständer, alles ist aus alten Paletten verarbeitet und aufbereitet worden.

Weinproben im Weinberg in der Frauenberghütte und Weinwanderungen auf Anfrage.

Weinladen Öffnungszeiten
Dienstag bis Freitag 14-18 Uhr
Samstag 10-13 Uhr

Weinhaus Büchin
Inh. Marlitt Büchin
Burgunderstr. 14
79418 Schliengen
Tel. 07635 / 3199177
leckere@buechin-weine.de
www.buechin-weine.de





Sonnenstück Lindenhof

Edition Markgräfler Lindenhof – Historische Gemäuer und moderner Zeitgeist

Seit jeher spielte der Markgräfler Lindenhof in Müllheim eine wichtige Rolle. 1792 von den Großeltern Dr. Adolf Blankenhorns, dem Gründer des Badischen und Deutschen Weinbauverbandes, erbaut, war der großzügige Gutshof lange Zeit Residenz und Sitz des Bürgermeisters und ehrwürdigen Richters.

Wenn auch anders als noch vor über 200 Jahren, ist er auch heute noch für die Müllheimer Winzerfamilien ein wichtiges Zentrum im beschaulichen Ort: Mehr denn je steht er für ihre anspruchsvollen Weine, die ihren Ursprung in den Einzellagen rund um Müllheim haben und die sie als Mitgliedsbetriebe der Ersten Markgräfler Winzergenossenschaft Schliengen-Müllheim anbauen. Das hochwertige Traubengut wird nach strengen Qualitätskriterien bereits am Stock gepflegt und von Hand gelesen. Veredelt wird das Lesegut von Kellermeister Philip Dahm. Eine Rarität ist der „Rote Gutedel“, der nur in wenigen Weinlagen des Markgräflerlandes zu finden ist.

Weinkunde: Was trinkt man wann wozu? Ein gelungenes Menü fängt mit einem guten Wein an.

Zur Vorfreude und Einstimmung eines gelungenen Abends gehört ein prickelnder Aperitif, z.B. der Markgräfler Lindenhof



Pinot Rosé Winzersekt brut mit feinfruchtigen Aromen, der auch gerne mal zu einem leichten Fischmenü, wie Seezunge in delikater Orangensauce getrunken wird. Die Spezialität des Markgräflerlandes, der Gutedel, passt zu gedünstem Fisch oder hellen, milden Fleischgerichten. Zum zarten Geflügel dagegen ist die seltene Variante des Roten Gutedels zu bevorzugen.

Zu frischem Fisch und jungem Gemüse mit leichten Saucen passen die eleganten, nussigen Aromen des Weißburgunders. Zu herzhaften Fischgerichten und mild gewürztem Geflügel- oder Kalbsra-



gout ist der Sauvignon Blanc die richtige Wahl. Grauburgunder korrespondiert hervorragend mit gebratenem Fisch (in Mandelbutter) oder jungem Wild. Zu Garnelen, leicht und lecker in würzig-mediterranem Sud mit Tomaten und Knoblauch, überzeugt der Lindenhof-Auxerrois, elegant und finessenreich.

Rot: Herzhafte Aromen zu Wild oder Lamm bietet der Markgräfler Lindenhof Spätburgunder Rotwein trocken oder halbtrocken.

Der Williams Edelbrand rundet ein perfektes Essen elegant ab. Für den Heimweg gibt's im Lädle noch ein edles Tröpfchen für unterwegs oder zu Hause.

Weiter Informationen finden Sie im Internet unter: www.sonnenstueck.de





Badisch- mediterrane Küche

Ob Wild, Vegan, Vegetarisch oder Badisch mediterran, Küchenchef Dennis Behrschmidt überzeugt seine Gäste mit handwerklichem Können und kreativen Ideen. Traditionelle Wildspezialitäten wie Hirschgulasch an Preiselbeerbirne, Apfelrotkraut und Spätzle oder Fasanenbrust mit Speck, Trauben, Weinsauerkraut und Kartoffeln überzeugen genauso wie Altbadische Klassiker: fein geschmortes Rinderkopfbäckle in kräftiger Rotweinsauce und breiten Nudeln. Gleichwohl Gerichte mit mediterranem Einschlag, wie Rinderfilet im Speckmantel mit tomatisierten weißen Bohnen und Thymiankartoffeln, finden ihren Platz auf der Speisekarte.

Für Liebhaber der leichten, gesunden und feinen Küche werden Feldsalat mit Speck und Croutons an Walnuß – Preiselbeerdressing, sowie gebackener Ziegenkäse mit Honig, als auch in Knoblauch-, Chililivenöl gebratene Scampis angeboten.

Vegetarier werden bedient mit originellen, vegetarischen Gerichten wie Waldpilzknödel an Kräutersauce mit Rotkraut; Hausgemachte Frischkäse – Spinatmaultaschen auf warmen Champignon – Chicoreesalat und Krokantparfait mit warmen Zwetschgen als Dessert.

Voll im Trend! VEGAN - Montagabends ist Veggietag: Alle Speisen werden auf rein pflanzlicher Basis zubereitet wie z.B. Veggie - Stroganoff - mit Mie Nudeln, lauwarmer Gemüsesalat mit Basilikumtofu und als Dessert Crumble - mit Früchten, Sojajoghurt und Kekse.

Der gelernte Koch übernahm 2011 die Führung des historischen



Restaurants. Ehefrau Ewelina organisiert das gesamte Umfeld und sorgt mit ihrem Charme zum Wohlbefinden der Gäste. Das Haus ist traditionell und puristisch eingerichtet, umgeben von einer traumhaften Gartenidylle. Ob drinnen oder draußen, ein idealer Platz für einen lässigen Mittagsplausch oder ein ausführliches Abenddinner.

Jeden Donnerstag ab 18 Uhr paniertes Schnitzel mit Pommes all you can eat. Beim Kauf einer Flasche Wein gibt's eine halbe Flasche Wasser umsonst. Als neues Standbein bietet das Restaurant auch einen Cateringservice an. Zwei Veranstaltungsräume für Tagungen und Feste. Bar mit Raucherlounge. Vegane oder Vegetarische Wochenmenüs. Mittagstisch durchgehend warme Küche von 12 bis 22 Uhr.

Businessmenüs und schöne Terrasse.

Am Wochenende gibt's frische Muscheln in Weißweinsauce. Jeden ersten Sonntag im Monat Brunch von 10 bis 14 Uhr. Informationen zum Brunch und den Events unter www.kreuz-restaurant.de.

Restaurant Kreuz
Dennis Behrschmidt
Bundesstraße 3 Nr. 7 • 79379 Müllheim
Telefon 07631 748279-0
info@kreuz-restaurant.de
www.kreuz-restaurant.de

Öffnungszeiten: Mi. bis Mo. ab 12 Uhr durchgehend geöffnet
Dienstag Ruhetag (Nicht alle Feiertage geöffnet)





Wohnkultur

Lebensqualität in den eigenen Räumen ist ein immer größeres Bedürfnis der Menschheit. Der Wunsch nach Gesundheit und frischen Farben, weg von ausdünstenden Fertigmöbeln steht hoch im Kurs. Individuelle handwerkliche Fähigkeiten stellen große Herausforderungen. Altes wird neu aufbereitet, Räume werden verändert, neu gestaltet oder umgestaltet. Ob Sonnenschutz, Gardinen oder ein neuer Bodenbelag, es muss vermessen und geplant werden. Hier steht seit mehr als 105 Jahren der Name Bächle für Qualität, Zuverlässigkeit und mit einem umfangreichen Angebot an Dienstleistungen, Services und kompetente Beratung zur Verfügung.

Das historische Gebäude wurde 1995 in ein modernes zweistöckiges Gebäude umgebaut und bietet heute ein vielfältiges Warenangebot von der Handtasche bis zur Bettwäsche, Geschenkartikel oder notwendige Produkte des Alltags, für Menschen, die das Einkaufen im Dorf zu schätzen wissen und individuelle Beratung brauchen. Der Familienbetrieb wird bereits in dritter Generation mit Leidenschaft geführt.

Der Familienbetrieb wird bereits in dritter Generation mit Leidenschaft geführt. Der Familienbetrieb wird bereits in dritter Generation mit Leidenschaft geführt.

denbeläge. Ehefrau Hildegard Bächle, gelernte Schnittdirektrice, ist verantwortlich für das Geschäft und zuständig für Organisation, das Bestellen von Waren, den Verkauf, und die Kundenberatung. Seit 1986 führen sie gemeinsam das Geschäft in Schliengen.

Folgende Produkte sind erhältlich:

Bodenbeläge: Parkett, Teppichboden, Laminat, Kork, PVC, Industriebodenbeläge, Schmutzmatten/Sauberlaufzonen, Brücken/Läufer, Rasenteppiche, Anti-Rutsch-Unterlagen

Fensterdekorationen: Gardinen, Plissees, Jalousien, Rollos, Raffrollos, Flächenvorhänge, Stangen und Schienen

Sonnenschutz: Markisen, Seitenmarkisen, Außenjalousien

Betten: Matratzen, Lattenroste, Betten, Bettwäsche

Wohnaccessoires: Geschenk- und Dekorationsartikel, Heimtextilien, Handtücher,

Lederwaren/Rucksäcke, Schulranzen

Unsere Öffnungszeiten sind:
Täglich 8:30 bis 12:30 und
14:30 bis 18:30 Uhr
Mittwoch bis 18:00 Uhr
Samstag 8:30 bis 12:30 Uhr

Alfons Bächle & Sohn
Inhaber: Hans Bächle
Eisenbahnstraße 11
79418 Schliengen
Telefon: 07635/473
Telefax: 07635/3576
baechle.raumausstattung@t-online.de
www.raumausstattung-baechle.de



Nebenkosten – die zweite Miete!

Selbstbestimmt und unabhängig heizen, keine Angst mehr vor unkalkulierbaren Nebenkosten!

Ina K. ärgerte sich über die erhöhte Nebenkostenabrechnung von 398 €. Im Vorjahr hatte sie über 268 € zurückbekommen. Sie hatte nicht mehr und nicht weniger geheizt. Dazu kam eine erhöhte Nebenkostenvorauszahlung von 30 € monatlich. Durch den erhöhten Ärger und das viele Sitzen am PC hatte sie außerdem starke Schulterschmerzen. Schmerzlösende Bäder konnte sie keine nehmen, weil es keine Badewanne in ihrer kleinen Wohnung gab. „Zeit zum ausziehen“, dachte sie, bis sie auf einer Immobilienmesse auf eine Infrarot-Heizung stieß. Genial - die Lösung. Absolute Unabhängigkeit vom Vermieter und keine dubiosen Abrechnungen mehr, da würde sie ja dann jede Menge Geld zurückbekommen, bei der nächsten Abrechnung. Die Elemente nicht mal teuer, passten in ihren Vintage-Stil und waren so komfortabel, dass sie sie von einem Raum in den anderen schieben konnte. Das war aber noch nicht alles: die angenehme, wohltuende, punktgenaue Wärme im Rücken lösten die schmerzenden Verkrampfungen auf und die Schulter wurde frei.

Diese Methode der Innenraumbeheizung ist zukunftsweisend, effizient und nachhaltig. Die Infrarotheizung ist eine Wärmewellenheizung, die mit einer aufgeheizten Fläche direkte Wärmestrahlung abgibt. Die Temperierung von Gebäuden mit Hilfe von Strahlungswärme verbraucht nicht nur weniger Energie, sie schafft auch mehr Behaglichkeit und vermeidet Schimmelbildung. Lange Transporte über Leitungssysteme und Vorheizphasen entfallen - die Wärmeleistung ist einfach regulierbar. Es gibt kaum einen effizienteren Einsatz von Energie, als sie an dem Ort und zu der Zeit zu nutzen wo die Energie benötigt wird.

Zur Erzeugung der Grundwärme eignen sich besonders die Infrarot-Deckenflächheizungen, die auch als Raumbeleuchtung/

Lichtquelle nutzbar sind. Mit dekorative Glasbildern oder pulverbeschichtete Farbpaneele kann die Heizung am persönlichen Wohnstil angepasst werden, oder im Büro sogar als Werbefläche genutzt werden. Info unter greta.hessel@t-online.de, Tel. 0761-55774080

Vorteile einer Infrarotheizung

- Geringe Investitionskosten (bis zu 70% günstiger in der Anschaffung)
- Keine Wartungskosten
- Geringe Heizkosten
- Keine versteckten Nebenkosten (Strom für Pumpen, Rauchfangkehrer...)
- Kein zusätzlicher Lagerraum für das Heizmaterial
- Infrarotheizungen haben eine Lebensdauer von bis zu 100.000 Heizstunden
- Angenehmeres Raumklima, da kaum Staubeentwicklung
- Keine überhitzte, trockene Luft
- Keine Schimmelbildung, da trockene Wände
- Jederzeit erweiterbar
- Geeignet für alle Immobilien
- Designerelement

Weitere Vorteile der Infrarotheizung

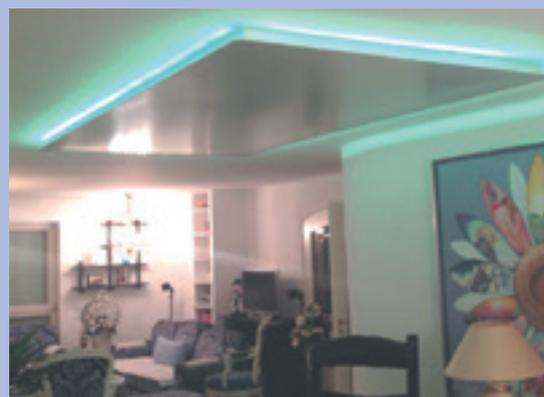
- erzeugt keinerlei Schmutz
- sehr leicht einzubauen
- hygienisch
- keine Staubaufwirbelung
- Verspannungen lösen
- Rückenschmerzen lindern
- Entschlacken & entgiften
- Entspannen & regenerieren
- das Immunsystem kann gestärkt werden
- die Hautdurchblutung wird gefördert

Dabei ist es, wie in vielen Bereichen wichtig auf eine nachhaltige, qualitativ hochwertige Produktion der Paneele zu achten

und sich damit die lange Lebensdauer und optimale Nutzung zu sichern. Hilfreich ist es sich die entsprechenden Zertifikate der Hersteller vorlegen zu lassen.

** Wärmeverteilung herkömmliche Konvektionsheizung (Bild 1a +3_IR)

** Infrarot Wärmestrahlung (Bild1_IR + Bild2_IR)





Der Felsenkeller in Staufen

Für die Gäste nur das Beste aus der Region!

„Schmeckt besser, Riecht besser, Sieht besser aus“

Mit sehr viel Freude und aus Überzeugung werden Gerichte aus regionalen Bioprodukten der jeweiligen Saison frisch zubereitet. Der Küchenchef schätzt den persönlichen Kontakt zu seinen Lieferanten und nimmt sich viel Zeit für Besuche bei den Erzeugerbetrieben. In unzähligen Gesprächen mit Erzeugern ist ihm bewusst geworden, dass die Zukunft nicht in der Anpassung der Natur an den Menschen liegt, sondern darin, möglichst im Einklang mit der Natur zu wirtschaften.

Das Natürliche und Unverfälschte von Produkten, die im Einklang mit Mutter Natur wachsen durften, ist purer Genuss: Sie

schmecken besser, riechen besser und sehen besser aus. Der Familienbetrieb verarbeitet ausschließlich hochwertige Produkte aus der Region, die vor allem aus ökologisch-kontrolliertem Anbau stammen. Zum Wohlfühlen und unbedenklichen Genießen –



getreu dem Motto „In unserem Restaurant bieten wir saisonale Köstlichkeiten immer frisch zubereitet an, im Wechsel der Jahreszeiten angepasst. Es werden nur hochwertige Produkte von Bioland-Betrieben aus der Region verwendet. Für Menschen, die das Besondere suchen und schätzen.

Unsere Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag jeweils ab 17:30 Uhr

Samstag 12 - 14 Uhr und ab 17:30 Uhr

Sonntag 8 - 14 Uhr und ab 17:30 Uhr

November bis März: Montag & Dienstag Ruhetag

Hotel durchgehend geöffnet

Das Restaurant ist auch mit Rollstuhl geeignet.

Hotel Restaurant „Am Felsenkeller“

Albert-Hugard-Str. 47 • 79219 Staufen im Breisgau

Ruhetag: Montag, Hotel geöffnet

Tel. +49 7633 6285 • E-Mail info@am-felsenkeller.de

Weingut Peter und Judit Landmann in Staufen

Seit 2013 führen Peter und Judit Landmann ihr Weingut im Staufen. Nach 20 Jahren Erfahrung im Weinbau in Freiburg haben sie den Schritt gewagt, den Betrieb von den Staufener Winzern zu übernehmen und die einzigartige Möglichkeit genutzt, am Staufener Schlossberg im Markgräflerland ihr Talent beweisen zu können.

Das Weingut Landmann in Staufen liegt im Herzen des Markgräflerlandes. Die Trauben werden am Staufener Schlossberg auf eisenhaltigem Mineral- und Muschelkalk angebaut.

Im schönen Gewölbekeller finden regelmäßig Weinproben und kulinarische Abende mit den hauseigenen Selektionsweinen statt.

Von März bis Ende November ist der von Einheimischen wie Touristen sehr beliebte Weinbrunnen am Eingang zur Altstadt geöffnet. Dort sind viele der angebotenen Weine im Ausschank und es werden auch kleine Speisen gereicht.

Öffnungszeiten Weinverkauf

Montag - Freitag 09.00 - 18.00 Uhr

Samstag 09.00 - 14.00 Uhr

Sonn- und Feiertage

März bis Dezember 10.00 - 15.00 Uhr

Öffnungszeiten Weinbrunnen:

März bis November

Montag - Freitag 14.00 - 22.00 Uhr

Samstag, Sonn- und Feiertage

11.00 - 22.00 Uhr

Weinhaus Peter und Judit Landmann

Auf dem Rempart 2

79219 Staufen im Breisgau

Telefon: 07633-5510

Telefax: 07633-500472

info@landmann-wein.de

www.landmann-wein.de



Ein modernes Hotel-Restaurant mit Geschichte

Pfaffenkeller



Das Hotel Pfaffenkeller ist so individuell wie die Gastgeber. Das Ambiente im Hotel und die Küchenlinie im Restaurant sind rustikal, gediegen und modern zugleich. Im Jahr 2009 haben Georg und Claude Francois Gysin-Spitz zunächst das Haus einer Zeitreise unterzogen. Bei der Kernsanierung wurde es so hergerichtet, wie es im Jahr 1860 ausgesehen haben muss. Auch die Möbel in den Hotelzimmern stammen aus früheren Zeiten, sind bis zu 400 Jahre alt.

Öffnungszeiten:

Restaurant und Hofladen:

Mittwoch bis Freitag von 18:00 bis 23:30 Uhr

Samstag & Sonntag von 12:00 bis 15:30 Uhr

und 18:00 bis 23:30 Uhr

Montag & Dienstag Ruhetag

Pfaffenkeller Betriebe GmbH

altes Pfarr- & Domänenhaus zu Wollbach

Rathausstrasse 9

D-79400 Wollbach bei Kandern

eMail: info@pfaffenkeller.de

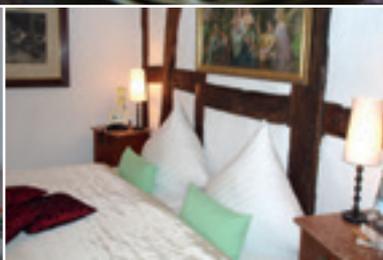
www.pfaffenkeller.de

Telefon: +49 (0) 7626 - 97 74 29 0

Telefax: +49 (0) 7626 - 97 74 29 99

Die Gefahr, Stammgast zu werden, steigt schon mit dem Frühstück im Pfaffenkeller. 80 Prozent der Produkte sind selbstgemacht, auch Brötchen, Brot und Croissants. Den Käse holt Claude Francois Gysin-Spitz aus seinem hauseigenen Reife-keller – er affinert selbst dort etwa 30 bis 45 Käsesorten. Ob bei Vorspeisen, Suppen, Zwischengerichten, Hauptgängen oder Desserts – auf allen Positionen des Menüs bietet der Pfaffenkeller auch ein vegetarisches Gericht an, dass – wenn es nicht sowieso schon vegan ist – auch in einer veganen Variante zubereitet werden kann. In der aktuellen Karte ist es etwa eine Vorspeise aus Sellerie, Limette und Karotte, oder die Kombination von Pfifferlingen, Steinpilzen und Kürbis.

Aber genauso gehören klassische regionale Produkte, wie etwa Bäckle, auf seine Karte, die er dann aber mit kreativem Pfiff zubereitet, zum Beispiel mit Erbsen-Minz-Mousse und Polenta. Die Produktauswahl ist also stark regional geprägt, aber die Gerichte sind eher „crossover“. Kombinationen, die weit über das traditionelle Geschmacksbild der regionalen Küche hinaus reichen. Neben der Karte, die er jeden Monat wechselt, gibt es auch ein Überraschungsmenü.



PR-Anzeige: Fotos © Pfaffenkeller



Schönheitsbehandlungen von Kopf bis Fuß



In ruhiger mediterraner Atmosphäre und liebevoller Betreuung bietet Marija in ihrem Beauty Center in Badenweiler. Bekannt wurde sie durch ihr eigens entwickeltes Konzept mit gefrorenen Gutedeltrauben. Daneben bietet sie das gesamte kosmetische Spektrum an Behandlungen an, sowie Arrangements für SIE und IHN von Hot-Chocolate bis zur Aromatherapie.

Das wunderschöne Haus bietet geräumige Zimmer mit Balkon, Dusche oder Bad, WC, Telefon und TV für ausgiebige Wohlfühl-Schönheits-Treatments.

Befristetes Angebot:

- 1 Übernachtung mit großzügigem Frühstück im Haus Marija M.
- 1 Ganzkörpermassage mit Heißluft (Dauer ca. 35 min.)
- 1 kosmetische Gesichtsbehandlung (inkl. Peeling, Gesichtsmassage und Maske) komplett 115 €, inkl. Willkommensüberraschung und kleinem Abschiedsgruß. Weitere Informationen unter: www.marija-m.de.

Marija M Beauty Center
 Marija Maretic
 79410 Badenweiler
 Oberer Kirchweg 11
 Telefon +49 (0) 7632 81080
 Fax +49 (0) 7632 810810
 mail@marija-m.de



Erdstrahlen und Störfelder

Schon lange vor unserer Zeitrechnung ist es bekannt gewesen, dass es Kräfte oder Schwingungen gibt, die möglicherweise den Menschen beeinflussen können, vom Unwohlsein bis hin zu massiven Gesundheitsstörungen, wie Kopfschmerzen oder Migräne. Intuitiv reagieren Menschen und Tiere an manchen Plätzen mit Wohlbefinden oder Ablehnung. So sucht die Katze den Platz, der am stärksten belastet ist, der Hund hingegen meidet ihn. Wir haben es grundsätzlich mit Wasser und den damit verbundenen Erscheinungsformen zu tun, mit Verwerfungs- und Bruchzonen, Steinbrüche und Erdlöcher. Sie können Schwächen wie Antriebslosigkeit und Befindlichkeitsstörungen verursachen. Deswegen ist es sinnvoll, vor dem Hausbau das Grundstück überprüfen zu lassen. Dies macht in der Regel ein Rutengänger, wie Jochen Grothoff, der die Störfelder festlegen kann. Dem entsprechend können dann Wohn- und Schlafräume so aufgeteilt werden, dass die Räume in der gesundmachenden Energie liegen.

Hier bietet Jochen Grothoff bundesweit eine umfangreiche Beratung an, zum Thema Erdstrahlen und Elektromog, sowie Ausmessungen von Erdstrahlen, Wasseradern und Elektromog. Auch kann man beim Bau gleich natürliche Materialien

verwenden, um das Risiko auf Erdstrahlen und Elektromog erheblich zu reduzieren oder sogar ganz zu vermeiden.

Seminarangebot:

Faszination Wünschelrute und Pendel, eine individuelle Ausbildung zum Radiästhet und Rutengänger, Reiki- Einweihungen in alle Grade und Pendelkurse. Hausbesuche.

Weitere Information finden Sie unter www.erdstrahlenkunde.de.

Zen Balance Jochen Grothoff
 Oberer Kirchweg 27 • 79410 Badenweiler
 Telefon 07632-15 38 • 07632-273 0107
 Mail: zenbalance@t-online.de



Die Experten des Naturheilvereins Baden e.V. stehen Ihnen mit Ihrem Wissen gerne zur Verfügung.

Christine Huber, Expertin für den Freien Atem und Yoga

Die Heilsamkeit des Sonnengebets

Tagesseminar:

Samstag, 24. Januar 2015 11 - 17 h, 60 €, in Freiburg

Das Sonnengebet zeigt den Atemrhythmus in Bewegung. Rhythmus ist eine tragende Kraft. Es wird für uns Menschen immer wichtiger einen inneren Rhythmus aufzubauen, um den zersetzenden, unruhigen Kräften von außen etwas entgegenzusetzen. Anhand von verschiedenen weiteren Körper - und Bewusstseinsübungen werden Möglichkeiten der Umsetzung gemeinsam erarbeitet. Au-

Berdem Hochzeitvorbereitung und Paarberatung, Entwicklung des Herzzentrums, Erstellung von Lebenszielkonzepten.

Dipl. Religionspädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Freie Atem- und Yoga-Lehrerin, Günterstalstr. 5, 79104 Freiburg 07661/3889119 Mobil: 0151/40721644 www.heilpraxis-c-huber.de, praxis.c.huber@web.de



Mona Soreia Löbig, Expertin für Landschaftsgärtner und Bioenergie

Offene Abendgruppe mit Mona Soreia Löbig



Sind wir gut geerdet, finden wir uns in unserem Alltag besser zurecht – wir sind ausgeglichener, „besser bei uns“ und weniger „im Außen“. Da-

mit machen wir auch unserem Körper ein großes Geschenk: gut geerdet, sind wir weniger anfällig für Stress und vieler psychosomatischer Reaktionen. Jeden Mi | 19.30 - 21 Uhr



Thekla Kolbeck, Dipl.-Ing.

Expertin für Landschaftsökologin und Geomantie

Mystische Orte – der Odilienberg im Elsaß

Tagesseminar: Samstag, 24. Januar 2015 11 - 17 h, 60 €, in Freiburg

Der Odilienberg ist einer der schönsten und außergewöhnlichsten Kraftorte Europas – und voller Rätsel. Die einzigartige „Heidenmauer“, Schalensteine, eine Heilquelle und die Verehrung der Hl. Odilie als Schutzpatronin des Elsaß geben Zeugnis für die besondere Bedeutung des Berges seit uralten Zeiten. Mit der Geomantin Thekla Kolbeck können Sie die heilsame Wirkung einzelner Orte selbst erleben und faszinierende Einblicke in die verborgenen Geheimnisse des Berges erfahren, wie sie nicht in Büchern zu finden sind.

Termin: 03.- 05. Juli 2015 (Beginn Fr. 17:30, Ende So. 15:30)
Leitung: Thekla Kolbeck, Dipl.-Ing. Landschaftsökologin und Geomantin
Kosten: 190 € (zuzüglich Unterkunft/Verpf.), max. 12 Teilnehmer/innen

(Bei Buchung von Seminar + Hotel bis zum 30. Jan. ist Ihre Zimmerreservierung auf dem Odilienberg gesichert)

Anmeldung und nähere Infos: info@thekla-kolbeck.de

Mona Soreia Löbig: Landschaftsgärtnermeisterin, Bioenergie-Therapeutin, Fortbildung in den Wäldern Neuseelands“. Preis: nach eigenem Ermessen
Ort: Fr, Nägeleseest. 8, Praxis M. Mayer
Mitbringen: eine Decke und/oder Sitz-Liegeunterlage für Dich

Weitere Infos & Anmeldung:

RUA NUI

Mona Soreia Löbig

Raum für Mensch und Erde,

Brunnenstr.11a, 79285 Ebringen,

Tel. +49 7664 / 40 35 874

Mobil. +49 163 / 88 67 233

Email: info@soreia-mensch-und-erde.de

www.Soreia-Mensch-und-Erde.de



Joachim Henke, Heilpraktiker

Experte für Pulsdiagnostik und Naturheilverfahren

Trauma-Therapie

Vortrag: 9.2.2015 in der Naturheil-Praxis Henke

In der Lebenslinie der Innenhand sind alle Lebensjahre und Ereignisse räumlich

abgebildet. Das dort gespeicherte Trauma wird mithilfe des Pulstests geortet und führt zu einer bewegenden Konfrontation mit dem, was uns blockiert. Sie erfahren, wie Mentalfeldtherapie und Hochpotenzhomöopathie die Aufarbei-

tung eines Traumas unterstützen können.

Joachim Henke, Heilpraktiker

Günterstalstr. 49, 79102 Freiburg

Tel.: 0761 – 2 49 68

info@naturheilpraxis-henke.de

www.naturheilpraxis-henke.de

Die Experten des Naturheilvereins Baden e.V. stehen Ihnen mit Ihrem Wissen gerne zur Verfügung.



ANDREAS BENDER, Heilpraktiker:
Experte für Komplementäre Tumor- und Krebsbehandlung

Tumor- und Krebsbehandlung

Der Schwerpunkt seiner Arbeit liegt auf der Behandlung von Krebs und vorausgehenden Stoffwechselstörungen, das, was Sie als chronische oder Zivilisationskrankheiten kennen. Daneben bin ich auf Erkrankungen des Bewegungsapparates spezialisiert. Zum Thema Ernährung und orthomolekulare Medizin hat er ein computergestütztes Programm zur Stoffwechselregulation, Gewichtsreduktion, Ernährungslenkung und Versorgung mit Mikro- und Makronährstoffen mitentwickelt.

Ausbildung in Homöopathie, Chelattherapie, Ozontherapie, div. Sauerstoff-Therapien, Wirbelsäulentherapie nach Dorn, Wirbelsäulentherapie nach Akkermann, Craniosakrale Therapie, Hochdosis-Antioxidantientherapien, Aminosäurebehandlung, Behandlung mit Thymus- und Organfrischextrakten, Enderlein-Therapie, Labor-Stoffwechselfeldtest, dunkelfeldmikroskopische Lebendblutuntersuchungen, Biofeldtest nach Dr. Schweitzer, Zellredifferenzierungstherapie nach Dr. Kremer, Infusionstherapien, therapeutische Hypnose.

Seine Krebs-Behandlung stützt sich unter anderem auf die Behandlung mit galvanischem Strom (ECT-Therapie) zur nebenwirkungsfreien Entfernung von Tumoren, die Regulation des Hormonhaushaltes und die mitochondriale Therapie nach Dr. Kremer.

ANDREAS BENDER, Heilpraktiker Komplementäre Tumor- und Krebsbehandlung, Wallstr. 15, 79098 Freiburg, 0761 88795670, e-mail: a.bender@behandlungs.info, www.behandlungs.info

Dorothea Schütz,
Expertin für Azidosetherapie

Chronische Gewebe- übersäuerung (Latente Azidose)

Den meisten Zivilisationserkrankungen liegt eine Chronische Gewebeübersäuerung zugrunde. Zunehmend werden Entgiftungsversuche des Körpers unterdrückt. So ähnelt unser Bindegewebe (Mesenchym) einem Abfalleimer, der sich durch täglichen Gebrauch langsam füllt und eines Tages überläuft. Eine gezielte Verbesserung bzw. Wiederherstellung der Stoffwechsellaage unterstütze ich gern mit:

- einer ganzheitlichen Regulations-therapie nach alten Heilverfahren
- wöchentlichen Azidosemassagen
- Psychotherapie
- Blutuntersuchung (Dunkelfeld)
- Chinesischer Medizin
- Fußreflexzonen-therapie

Dorothea Schütz
Azidosetherapeutin, Psychotherapeutin,
Heilpraktikerin,
Sandfangweg 1 b, 79102 Freiburg
Tel. 0761.48927576

Psychologie – die Erforschung der Seele

Eine psychische Störung kann sein eine Depression, eine Angst oder Zwangserkrankung, eine Persönlichkeitsstörung, eine Psychose oder gar eine Schizophrenie. Manch eine psychische Störung drückt sich über den Körper aus, in Form von Schmerzen, die keinen pathologischen Befund haben. Je nach Schwere wird therapiert mit Medikamenten, einem Klinikaufenthalt, oder einer Psychotherapie. Wie kommt es zu psychischen Störungen? Oft sind es traumatische Erlebnisse aus der Kindheit, die aufgearbeitet werden müssen. Das Unbewusste lenkt und leitet uns in die falschen Richtungen. Wir sind am falschen Platz mit den falschen Menschen zusammen. Die narzisstische Wunde bringt uns in Situationen, die wir so nicht wollten.

Psychotherapie

Psychotherapie kann durchgeführt werden von einem Psychologischen Psychotherapeuten, einem Psychiater, einem Arzt mit Zusatzklassifikation oder einem Heilpraktiker für Psychotherapie. Dazu wird meistens eine Gesprächstherapie von 25 Sitzungen angeboten, in denen

der psychopathologische Befund erhoben wird und eine therapeutische Beziehung zu dem Klienten aufgebaut wird. Oft bemerken wir die Befindlichkeitsstörungen nicht rechtzeitig. Hier ein wenig zu viel Alkohol, dort zu wenig Schlaf, der Druck in der Arbeit, Mobbing von den Kollegen und die ewigen Geld- und Existenzsorgen. Wir verdrängen unsere existentiellen Bedürfnisse und Wünsche. Die Aufarbeitung von unbewussten Blockaden und Sabotageprogrammen ist Ziel der Therapie.

Neue Denkansätze für private und berufliche Lebensstrategien. Hilfe bei existentiellen Entscheidungen. Förderung zum glücklichen, selbstbestimmten Leben.
www.psychologischeberatung-freiburg.de

Greta Hessel Phil. M.A., Heilpraktikerin für Psychotherapie
Praxis: Günterstalstraße 5,
79102 Freiburg-Wiehre
Tel. 07 61.55 77 40 80
Mobil: 0173-6571589
greta.hessel@t-online.de

Christine Huber, Expertin für den Freien Atem und Yoga

Die Heilkraft des Freien Atems

Die Heilkraft des Freien Atems wirkt auf das Nervensystem, auf die Wirbelsäule und auf die inneren Organe und auf die psychische Gesundheit neubelebend. Der Atem wird in seinem Rhythmus, in seiner Bewegung, Intensität und Tiefe freizugelassen und wenn er geführt wird, dann mit bestimmten Vorstellungen und Bildern. Diese Art der Atemschulung fördert eine langfristige heilsame Wirkung auf die Gesundheit und ein gesundes Beziehungsleben zu sich selbst, zu seinem Mitmenschen und zum Umfeld. Sie ist gekennzeichnet durch Leichtigkeit, Weite, Ästhetik und einem Aufbau von Lebenskräften und sie unterscheidet sich vom „sich auftanken“.

Die Heilwirkung des Freien Atems hat tiefgehende Wirkungen auf den ganzen Menschen und so kann man auch sagen: „Ist das Atemsystem geheilt, ist der ganze Mensch geheilt.“ Doch ist es allein der physische Atem, mit seinen 20 % Sauerstoff und 80 % Stickstoff?

Geht man von den physischen Gegebenheiten aus, liegt die Lunge und das Herz in der Mitte und von dieser Mitte geht der Atem nach oben in dem Kopfbereich und bewegt das Gehirnwasser, was wiederum die Phantasie und die Vorstellungskraft des Menschen fördert und der Atem geht nach unten und belebt den Stoffwechselbereich und die damit verbundenen Organe. Wesentliches ist damit für das Seelenleben und für die Gesundheit durch die Qualität des Atemstroms gegeben. Je nachdem, wie der Atemstrom dem unteren und oberen Bereich entgegenkommt, mehr rau oder fein, mehr tief oder flach, mehr eng oder weit entsteht eine Aufbau oder eine Abbau. Diese Qualität der Atembewegung hängt mit der feinen Bindung zwischen dem Denken des Menschen und dem Atem zusammen.

Um diese feine Bindung zu lösen, übt man sich als erstes darin, den Atem in seiner eigenständigen Bewegung die von außen kommt, zu beobachten, ihm wie ein Gegenüber erleben zu lernen. Als zweiten Schritt werden Vorstellungen zu Bildern geschaffen, die heilsam auf das

Bewusstsein des Menschen durch dessen Neubelebung wirken.

Ohne Neubelebung des Bewusstseins stirbt der Mensch in sich ab, so wie ein See, der keinen Zufluss erfährt. Beispiele für Bilder sind das Bild der Weite bei der sog. Flankenatmung oder das Bild der Mitte bei der sog. Herzatmung. Durch diese sog. Imaginationen – kosmischen Bilder- baut der Übende direkt neue Kräfte in seinem Bewusstsein durch die Vorstellungstätigkeit auf, diese wirkt heilsam auf den Körper und auf das Seelenleben.

Körperübungen werden auch noch dieser Art und Weise praktiziert. Die Körperübung das Dreieck (trikonasana) wird als Sinnbild der Weite beschrieben und wird entsprechend aufgebaut, so dass Weite sich auch in der Übung ausdrückt. Damit ist der Künstlerische Aspekt betont, nicht der körperliche. Der Körper weicht zurück und die Idee kommt zum Ausdruck. Dieser Ansatz ist auf allen Ebenen gesundheitsfördernd und der Atem kann sich frei entfalten, dieser Grundsatz gilt dann auch in den menschlichen Begegnungen und Tätigkeiten. Diese Art der Auseinandersetzung bedarf des Übens und der eigenen Hinwendung und schenkt dem Menschen ein gesundes Selbstgefühl.

Christine Huber
Dipl. Religionspädagogin,
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Freie Atem- und Yogalehrerin
Günterstalstr. 5
79104 Freiburg
Tel. 07661/3889119
Mobil 0151/40721644
www.heilpraxis-c-huber.de
praxis.c.huber@web.de



Gute Nachricht für Kinder!

Anstatt quälende Zahnschmerzen helfen kleine bunte Apparate, die nicht wehtun, aber rasche Behandlungserfolge zeigen und zum Weitermachen ermutigen.

Dr. Herbert Schnurr:

„Informativ fasse ich an meine innovative Behandlungsmethode des SME + MFR Konzeptes zusammen: Wenn Andere mit der Behandlung erst anfangen, haben wir die wichtigste Arbeit schon geleistet. Denn wir beeinflussen mit unserer präventiven Methode das Wachstum frühzeitig im Kindesalter und stellen die Weichen für eine günstige Entwicklung. So werden Spieltrieb ausgenutzt und die „schwierigen Jahre“ umgangen. Ein Zahnziehen ist nicht mehr notwendig. Die bio-logisch, ganzheitliche Behandlung vom 6. Lebensjahr an, ermöglicht schöne Zahnstellung und gutes Kauvermögen.

Früher Behandlungsbeginn mit befestigten oder losen Zahnschienen. Schmerzlos, spielerisch als Heimgeräte (Hometrainer) ohne Behinderung Tagsüber. Bio – logisch, ganzheitlich, nachhaltig, alternativ. Ohne Zahnziehen. Keine totale Langzeitbehandlung. Angenehme Nachbetreuung.
www.kieferorthopaediealternativ.de

**Dr. Zimmermann,
Experte für Gesundheits- und Entgiftungs-Therapie nach Dr. F. X. Mayr**

Ein Gesunder Darm als Basis der Therapie

Seitdem Prominente öffentlich für die Darmspiegelung werben und Forscher erkannt haben, dass im Darm das „zweite Gehirn“ sitzt, ist unser zentrales Verdauungsorgan aus seinem Schattendasein herausgetreten. Das Interesse ist groß, denn Verdauungsprobleme sind weit verbreitet. Mayr-Ärzte vertreten die Ansicht, dass eine gestörte Verdauung zu einer Selbstvergiftung aus dem Darm führen und immer diverse Krankheiten wie z.B. Migräne, Rheuma, Neurodermitis, Allergien und Bluthochdruck hervorrufen kann. Vortrag auf Anfrage oder www.klinik-zimmermann.de
www.naturheilverein-baden.de

Veranstaltungsort: Freiburg
Seminarraum des Naturheilvereins,
Günterstalstraße 5 – Praxis für ganz-
heitliche Körper- und Psychotherapie
in 79102 Freiburg

Leitung: 1. Vorsitzende: Greta Hessel
greta.hessel@t-online.de
Tel. 0761 55774080
www.naturheilverein-baden.de

Vorträge: Jeden 4. Montag im Monat um
19 Uhr. Alle Veranstaltungen 5 € Eintritt,
Mitglieder kostenlos, ohne Anmeldung!

Montag 15. Dezember 2014

Die 12 Heiligen Nächte und die Kunst sich Ziele zu setzen

Die Tage „zwischen den Jahren“, vom
25.12. bis 6.1., sind eine von Geheimnis-
sen und vielen Sagen und Geschichten
umwobene Zeit. Man kann die besonders
kraftvollen und lichtreichen Tage nutzen,
um sich Ziele für das kommende Jahr zu
setzen. Denn dies ist die günstigste Zeit,
um die Saat in Form von neuen Gedan-
ken, Ideen und Zielen für das neue Jahr
zu legen und das alte Jahr abzuschließen.
Referentin: Christine Huber, Dipl. Religi-
onspädagogin, Atem - und Yogalehrerin,
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Montag 26. Januar 2015

Die Heilkraft des Freien Atems

Der Freie Atem ist das Ergebnis verschie-
dener Schritte. Das Nervensystem, die
Wirbelsäule und die inneren Organe als
auch die psychische Verfassung erfahren
eine Neubelebungen. Es wird der Unter-
schied zwischen dem geführten Atem
und dessen Wirkungsweise auf die Ge-
sundheit und die psychische Verfassung
des Menschen aufgezeigt und durch
konkrete Atem- und Körperübungen ver-
deutlicht.

Christine Huber, Dipl. Religionspädago-
gin, Atem - und Yogalehrerin, Heilprakti-
kerin für Psychotherapie

Montag 23. Februar 2015

Geisteswissenschaftliche Psychosomatik

In diesem Vortrag möchten die feinen Zu-
sammenhänge zwischen Seele, Psyche
und Leib dargestellt werden. Wesentlich
ist die Verfassung unsere Psyche für die

Entstehung von vielen Erkrankungen der
Moderne und ihre leiblichen Manifestati-
onen. Die gegenwärtige Zeit fordert uns
heraus unsere Psyche und die unserer
Kinder nach den seelischen Gesetzmä-
ßigkeiten zu ordnen, zu führen und da-
durch zu fördern.

Die Psychosomatik kann uns ein wich-
tiges Spiegelbild der Art und Weise sein,
wie unsere Seele in die Führung oder
Nichtführung gegenüber unseren leibli-
chen und psychischen Verhältnissen ge-
langt. Wir wollen aus diesem Spiegel an
diesem Abend lesen.

Der Vortragende, Michael Hille, leitet als
Neurobiologe und Heilpraktiker die Praxis
und Kureinrichtung für Psychosomatik
und Wärmeordnungstherapie in Hinterz-
arten bei Freiburg und wird praktische
Gesichtspunkte aus einer geisteswissen-
schaftlichen Psychosomatik darstellen.

Montag 23. März 2015

Mit Galvanostrom den Krebs besiegen

Seine Krebs-Behandlung stützt sich auf
die Behandlung mit galvanischem Strom
(ECT-Therapie) zur nebenwirkungsfreien
Entfernung von Tumoren, die Regulation
des Hormonhaushaltes und die mitochon-
drale Therapie nach Dr. Kremer. Die alt-
bewährte und ganzheitlich wirkende Gal-
vanische Feinstromtherapie rückt wieder
mehr in den Fokus von Therapeuten und
Patienten aufgrund ihrer Zuverlässigkeit,
nachweislichen Heilwirkung und breiten
Anwendungsspektrums. Erläutert wird:
Hauptprobleme der Tumortherapie, kurze
Gegenüberstellung gängiger, alternativer
Therapieverfahren und Behandlungsfor-
men mit Fallvorstellungen.

Andreas Bender, ist Heilpraktiker seit
1987, heute mit eigener Praxis in Frei-
burg.

Montag 27. April 2015

Orte, die heilsam wirken – Kraftorte in der Region

Es muss nicht unbedingt Stonehenge,
Mont Saint Michele oder Machu Picchu
sein. Geheimnisvolle und faszinierende
Kraftorte gibt es auch in unserer Regi-
on. Die heilsame Kraft mancher Orte er-
schließt sich dem Wanderer erst, wenn
man weiß wie. Die Geomantie-Expertin

Thekla Kolbeck gibt eine Einführung in
die uralte Wissenschaft der Geomantie,
informiert über Geschichte und Hinter-
gründe ausgewählter Orte und wie man
Zugang findet zu den unsichtbaren Wirk-
kräften in der Natur.

Referentin: Thekla Kolbeck, Dipl.-Ing.
Landschaftsökologin und Geomantin

Mitgliedsantrag

Werden Sie Fördermitglied für nur 3.– €
monatlich.

Meine Vorteile:

- ↳ Kostenfreier Besuch aller Veranstaltun-
gen des Naturheilvereins.
- ↳ Regelmäßige Vorträge und Seminare in
Bühl und Freiburg.
- ↳ Sie erhalten 4 x im Jahr kostenlos das
Magazin Grünes Leben per Post.
- ↳ Wir sind spendenabzugsfähig!

Anschrift und Einzugsermächtigung:

Bitte deutlich ausfüllen und senden, faxen
oder mailen an: NHV Greta Hessel
Vordere Poche 13a, 79104 Freiburg
Telefon: 0761-55774080
Fax 0761-55774081
E-Mail: greta.hessel@t-online.de
Weitere Infos unter:
www.naturheilverein-baden.de

Bitte überweisen Sie 36,00 EUR auf das
Konto: Naturheilverein Baden e.V.
bei der Sparkasse Freiburg
IBAN DE17 6805 0101 0013 1923 21
BIC FRSPDE66
oder füllen Sie die unten stehende Last-
schriftermächtigung aus.

Vorname Nachname

PLZ Wohnort

Straße Telefon

Fax E-Mail

Hiermit ermächtige ich Sie widerruflich,
die von mir zu entrichtenden Mitglieds-
beiträge einmal jährlich bei Fälligkeit zu
Lasten meines nachstehenden Kontos ein-
zuziehen.

Bankverbindung

Ko. Nr. BLZ

bei Datum/Ort

Unterschrift des Antragstellers

Widerrufsrecht: Ich habe das Recht, innerhalb von 14 Tagen von dieser
Bestellung zurückzutreten.

GRÜNES LEBEN Buchempfehlungen:

Heinz Grill – Ernährung und die gebende Kraft des Menschen

Die geistige Bedeutung der Nahrungsmittel



Mit vielen Bildern, anschaulichen Beschreibungen und praktischen Übungen führt der Autor den Leser an die verborgenen kosmischen-geistigen Bildekräfte, die beispielsweise in Form von Licht- und Wärmekräf-

te in den Nahrungsmitteln enthalten sind, heran und zeigt, wie der Mensch selbst an ihnen aufbauend mitwirken und mitgestalten kann. Der Autor Heinz Grill, Heilpraktiker und Yogalehrer hat einen Übungsweg entwickelt, der den heutigen Menschen nicht wie so häufig vom sozialen Leben entfremdet, sondern ihn in seinem Empfindungsvermögen und seiner Beziehungsfähigkeit stärkt. Weitere Infos unter www.stw-verlag.com

Stephan Wunderlich Verlag, Sigmaringen

ISBN 978-3-9815855-0-6

Gitta Flor Schmidt: Sonnenwirbel für den König

Mit elf poetischen Märchen entführt Flor die Leser in die Welt der Heilkräuter, zum Beispiel vom Löwenzahn, der es versteht, mit seinen Heilkräften den übellaunigen König aufzumuntern. Oder vom Johanniskraut, das den höchsten Berg bezwingt um seine Farbe und damit seine Seele zu finden.

So lernt man schnell die vielfältigen Wirkungen der heimischen Kräuter kennen. Ein Steckbrief zu jeder vorgestellten Pflanze untermauert die Geschichten mit den wissenswerten Fakten. So werden nicht nur Kinder, sondern vor allem wir Erwachsenen aufgefordert, der eigenen Fantasie Raum zu geben und die Pflanzen, die uns umgeben, wieder zu sehen, zu hören, und in die Hand zu nehmen.

2. Auflage.

Mit Illustrationen von Bettina Buresch.

www.stadelmann.de

ISBN 978-3-943793-27-



Zurück zur Natur – Schön mit gefrorenen Gutedeltrauben

nach der Methode von Marija Maretic mit Anleitungen für die Heimbehandlung.

Außerdem mit Rezepten, Land und Leute aus dem Markgräflerland. Erhältlich im regionalen Buchhandel oder über www.marija-m.de.



Stadelmann, Prof. Dr. Dr. h.c. mult. Schilcher, Herb

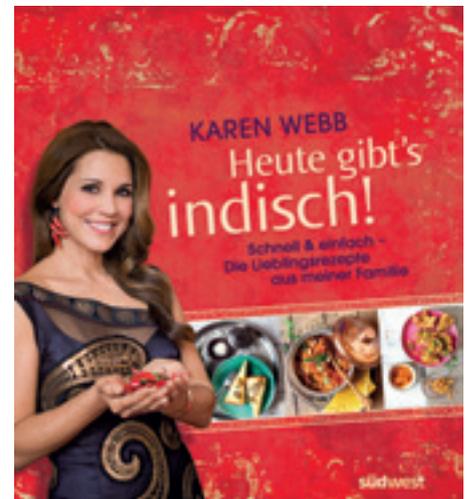
Duft- und Heilpflanzen sehen, verstehen und anwenden

Von Arnika über Teebaum bis Zwiebel ...

- 100 Duft- und Heilpflanzen mit Foto und Steckbrief
- die wichtigsten Eigenschaften und Anwendungen in Kräuterheilkunde, Aromatherapie und Homöopathie
- wissenschaftliches und traditionelles Wissen nebeneinander in übersichtlicher Darstellung

www.stadelmann-verlag.de

ISBN: 978-3-943793-03-1



HEUTE GIBT'S INDISCH!

Schnell & einfach - Die Lieblingsrezepte aus meiner Familie
Einfach indisch kochen!

Exotisch, aromatisch, vielfältig – so schmeckt Indien! Karen Webbs umfangreiche Rezeptsammlung ist inspiriert von vielen Verwandten, die über die ganze Welt verstreut leben. Gekocht wird mit wenigen Zutaten und die Gerichte sind schnell zubereitet – die Authentizität, der originäre Geschmack, bleibt aber erhalten. Atmosphärische Bilder und persönliche Reiseerlebnisse machen dieses Buch einzigartig.

www.suedwest-verlag.de

ISBN 978 3-517-08941-6



Ein Event der Spitzenklasse, im Ringhotel Sonnenhof, in Lautenbach im Renchtal

„Walking Dinner“

Bei strahlendem Sonnenschein wanderten über 300 Feinschmeckergäste durch die verschiedenen Etablissements des Ringhotel Sonnenhof, von Kochstation zu Kochstation, um die feinen Genuss-Häppchen, der sechs Spitzen-Köche aus der Ortenau, zu testen und zu genießen. Die Weingüter, Winzer und die Brauerei der Region, kredenzt zu den erlesenen Speisen ihre besten Weine, Sekte, Biere und Edelbrände. Eingeladen hatten das Geschäftsführerehepaar Gabi und Fabian Kopf. Im November 2012, war die „Bordeaux-Stube“ des Hotels, mit der Gesamtnote 8,5 von 10 Punkten, in der Kategorie „Gehobene-kreative Küche“, durch Dr. Christian Hodeige, dem Herausgeber „Der neue Restaurantführer“, ausgezeichnet worden.

Beim Wettbewerb um die Weinkarte mit der besten Bordeaux-Auswahl in Deutschland, haben „DER FEINSCHMECKER“ – „DAS INTERNATIONALE GOURMET-JOURNAL“ und „TEINACHER“ den 9. Platz für die „Bordeaux-Stube“ des Hotels vergeben. Die exquisite Küche der „Bordeaux Stube“ von Chefkoch Sven Kürschner, wurde weiterhin, mehrfach, durch das Gourmet-Portal „Restaurant-Ranglisten.de“, das Portal für Restaurants mit Rang und Namen, mit der Bewertung „Gut“ ausgezeichnet und zählt damit zu den 2.500 besten Restaurants weltweit.

Auch sonst lädt der „Sonnenhof“ mit seinen luxuriösen Zimmern, seiner internationalen Spitzenküche, seinem Weinkeller mit Bordeaux-Spitzenweinen sowie seiner zentralen Lage und dem vielfältigen Freizeitangebot in der näheren Umgebung, zu einem Besuch ein. Das „Walking Dinner“ wurde von den Gästen bestens angenommen und war eine Empfehlung, für die ausgezeichnete Küche in der Ortenau.



Es kochten: Sven Kürschner, (Hotel Sonnenhof), Lautenbach; Michael Harr, (Restaurant Harr), Sasbach; Andrea Alesi, (Gude Stub Casa Antica), Bühl; Peter Leppert, (Hotel Jägersteig), Kappelwindeck; Andreas Piehlig, (Restaurant am Yachthafen), Kehl; aus Zell-Weierbach Joachim Busam, (Zur Sonne), Zell-Weierbach. Für den Weingenuß der regionalen Spitzenwinzer standen zur Verfügung: Siegbert Bimmerle aus Renchen-Erlach, Martin Waßmer aus Bad Krozingen-Schlatt und das Weingut Schloss Ortenberg. Von Familienbrauerei Bauhöfer aus Renchen-Ulm, das edle Gourmetbier „Mauritius Eisbock“, Edition 2013. Gastgeber: Die Ortenau-Köche, regionale Köche mit traditionellem Handwerk und Lebensmittel aus der Ortenau. Eingeladen hatte Sven Kürschner, Küchenchef vom Hotel Sonnenhof in Lautenbach. Infos unter: www.sonnenhof-lautenbach.de

Feinschmeckerabende sind Veranstaltungen der „Südland Köche“ und finden regelmäßig in den verschiedenen Regionen statt. Infos unter www.suedland.net





Fotos
linke Seite oben: Winzer Siegbert Bimmerle mit Chefredakteurin Greta Hessel, Grünes Leben.

linke Seite Mitte: Sonnenhof Geschäftsführer Fabian Kopf, Günter Bimmerle und Greta Hessel.

linke Seite unten v. l. n. r.:
Michael Harr, Andreas Piehlig, Peter Leppert

rechte Seite oben v. l. n. r.:
Joachim Busam, Matthias Wolf, Geschäftsführer Weingut Schloss-Ortenberg, Südland-Köche-Herausgeber Erich Schütz, Greta Hessel und Njoschi Weber, Hotel Sonnenhof, Sven Kürschner und Andrea Alesi.



Es fotografierte VOLKER WESSBECHER,
Fotoagentur (Appenweier-Urloffen)
exklusiv für Grünes-Leben – fein genießen.
www.foto-wessbecher.de
Fotos © Volker Weißbecher

Ihnen fehlen die Worte? Uns nicht!

WIR texten und photographieren für Sie!

Für Ihre Homepage, Newsletter, Mailings, Hotelzeitung, Mitglieder und Gästemagazin, Image- und Firmenbroschüren, Advertorials u.v.m.!

WIR nehmen jede Hürde, für IHRE innovative Zukunft!
WIR, die Unternehmensgestalter in Wort und Bild!
UNSER Ziel ist IHR Erfolg! – WIR polieren IHR Image!



Bleiben Sie auf dem Laufenden! Nur aktuell ist heute! Lassen Sie sich von Profis begleiten! Legen Sie IHRE Werbung in UNSERE kompetenten Hände!

Referenzen:
Grünes Leben, Feine Adressen „finest“, REGIOTRENDS.de, Die Redaktion, Lifestyle Exklusiv u.a.

Professionalität in Beratung & Vermarktung für Ihr Unternehmen! **Fordern Sie unverbindlich ein Angebot an!**
GH Public Relations 0761-55774080
www.die-textgestalterin.de

00 a | finest rubrik

Platz 2 Samantha Striegel, Miss Germany 2011 Anne-Kathrin Kosch und Platz 2 Tiffany Sachs

Miss Germany 2011

Bereits im neunten Jahr wetteiferten 24 hübsche, junge Damen, in drei Wertungsdurchgängen, um den Titel der »Miss Germany«. Dieser wird im Rahmen einer Galaveranstaltung in Kooperation von »Miss Germany» und »Grünes Leben» vergeben.

Unter Tränen ließ sich die 23-jährige »Miss Thüringen« zur »Miss Germany 2011« krönen.

Fernsehmoderator und Jury-Mitglied Fabian Kopf und Greta Hessel, Chefredakteurin Grünes Leben – In der Bildredaktion: Greta Hessel

Roland Rauschmayer, Präsident von Roland Rauschmayer GmbH (GR) und Ehemann von Greta Hessel

JUWELIER KAMPHUES schreibt Unternehmensgeschichte!

Riesigen Zuspruch seitens der Freunde, Kunden und Geschäftspartner des Juwelen- und Uhrengeschäfts „Kamphues“, mit seiner über 100-jährigen Tradition, fand die Eröffnung der neuen Geschäftsräume, in der Kaiserstraße 201 in Karlsruhe, Mitte Oktober 2014.

Die neuen Räumlichkeiten dienen dem Ausbau des Uhrenbereichs, u. a. um die Repräsentanten von Uhrenweltmarken, wie ROLEX, CARTIER und A. LANGE & SÖHNE.

Dass „Kamphues“ sich mehr als ein Juweliergeschäft versteht, wird durch die neue Gestaltung unterstrichen, die der Umset-

zung der Philosophie der Inhaber, der Cousins Harry und Lars Liedke, gebührend Platz einräumt, nämlich der individuellen Beratung für Liebhaber des Außergewöhnlichen, bei der Wahl persönlicher bedeutender Stücke.

Qualität, Beständigkeit und das Gespür für Menschen und besondere Augenblicke, die in einem Schmuckstück verewigt die Zeit festhalten, das sind die Werte, die das Unternehmen „Kamphues“ begründen und gleichzeitig die Vision zeichnen, mit der sich das Haus identifiziert – als Partner des Vertrauens, der besondere Moment begleitet.

Text und Fotos © Volker Weißbecher



Bild 1 v.l.n.r.: Harry Liedke, Ehefrau Victoria, Thorsten Fink, Ex KSC-Profi, Edgar Schmitt, Ex KSC-Profi, Barbara Liedke und Lars Liedke - Bild 2 v.l.n.r.: Ina Lohr-Nehmer, Jens Hilbert, Geschäftsführender Gesellschafter der hairfree GmbH seit 2005 Erfolgscoach, Buchautor „Den mutigen gehört die Welt“, Barbara Liedke - Bild 3: Dieter Walde - Bild 4: Wolfgang Schmid, Jaqueline Frank, Bernhard Zepf, Inhaber Hotel Restaurant spa ERBPRINZ, Ettlingen



VOLKER WESSBECHER



Fotoagentur mit Pfiff
Kunst und Photodesign, Journalismus und
Bildjournalismus, Fotomarketing

Königlicher Hoffotograf Seiner Hoheit
Togbui Ngoryifia Olatidoye Kosi Céphas
Bansah

König von Hohoe Gbi Traditional Ghana

– PHOTOGRAPHIE IST VERTRAUENSACHE –

Hainbuchenweg 8
77767 Appenweier-Urloffen
Telefon: 07805/ 918 59 54
Fax: 07805/ 918 59 52
E-Mail: foto-wessbecher@t-online.de

Internet: www.foto-wessbecher.de
www.hufgetrappel.de
www.fawpress.eu
www.heupresse.net
www.lifestyle-exklusiv.net

Klassische Photographie:
Portrait (Mensch und Tier), Akt, Hochzeiten, Architektur, Sport
(Pferderennsport u.a.), Events u.v.m.
Eventphotographie für Agenturen, TV, Zeitungen, Zeitschriften
Magazine, yellow press
Fotos für Homepages, Werbung, Prospekte, Flyer u.v.m. (viele
Themenbereiche)
Texte und Fotos für Magazine, Zeitungen, Online Dienste
Fotokunst und Photodesign (künstlerische Fotos auf diversen
Materialien, Fototapeten u.v.m. – Photodesign für Teppichbö-
den, Teppiche, Läufer, Tapeten, Textilien (Tischdecken, Beklei-
dung, Stoffe u.v.m.)

Die Textgestalterin

Anzeigen waren gestern – Advertorials sind die Zukunft

Advertorials, sind besondere Werbeformen, die immer beliebter und populärer werden. In einer Zeit der Überflutung von Werbeanzeigen ist das Advertorial ein interessanter Bericht, der die Einzigartigkeit eines Unternehmens aufzeigt, in Wort und Bild. Der Leser ist aufnahmebereiter neue Informationen aufzunehmen.

Hochwertige Kundenwerbung fängt da an, wo banale, einfältige und billige Werbung aufhört. Setzen Sie auf Advertorials! Advertorial ist ein zusammengesetztes Wort aus dem englischen advertisement („Anzeige“) und editorial („Leitartikel“). So ist Advertorial, Werbung in einem redaktionell aufbereiteten Bericht, mit Fotos im Stil des Magazins aufbereitet. Advertorials müssen nach Presserecht und Presskodex deutlich erkennbar mit WERBUNG gekennzeichnet werden. Advertorials werden von professionellen Journalisten erstellt. Im Vordergrund steht die Recherche und das Interview. Zum Vorteil des Lesers muss das journalistische Reinheitsgebot eingehalten werden.

Für das Internet können Advertorials erstellt werden, auf Grund eines Keywordes (Schlüsselwörter werden in Suchmaschinen eingegeben, um besser gefunden zu werden).

Der Unternehmer lässt sich von professionellen Journalisten ein Advertorial erstellen für seine Werbung in print oder online. Diese werden veröffentlicht in Magazinen oder Presseportale.

www.die-textgestalterin.de
Tel. 0761-55774080



Die Webseite im Nirwana

Ihre Internetpräsenz: Sie werden nicht gefunden?

Domain-Namen die keiner findet, kompliziert und unaussprechbar. Überalterte und nicht gepflegte Webseiten mit schlechten Fotos weisen auf Erfolgslosigkeit hin. Auch überteuerte Flash-Webseiten lässt der Google Crawler unbeachtet. Eine Webseite muss klar strukturiert und übersichtlich sein. Gute journalistische Texte mit eingebundenen Keywordern. Der Suchende will nicht viel Zeit verlieren und schnell zum Ziel kommen. Statische Webseiten, die einmal erstellt und nicht aktualisiert werden – waren gestern. Blogs und aktuelle Texte auf Webseiten sind heute!

Ihre Webseite ist irgendwo auf der Strecke geblieben? Meist gemacht von einem Verwandten oder Bekannten. Sie haben keine Zugangsdaten. Sie können keine aktuellen Neuheiten selbst einstellen. Ihre Webseite ist nicht google optimiert. Kurz gesagt, ihre Webseite befindet sich im Nirwana. Aber schlimmer noch, Sie haben sich nicht um Ihr Impressum gekümmert? Oder gar fremde Fotos eingesetzt, Texte kopiert? Dann wird's gefährlich: Sie können sehr viel Geld verlieren, Abmahnanwälte sind darauf spezialisiert Webseiten auf ihre Fehler zu durchsuchen, dann bekommen eine Abmahnung. Das kann sehr teuer werden.



© agentur athoc

Wir übernehmen Ihre alte Webseite, Sie bekommen eigene Zugangsdaten, einen eigenen Server, wir modifizieren Ihre Texte und Fotos, wir pflegen die SEO-Suchmaschinenoptimierung ein, und bringen Ihnen bei, wie Sie Ihre Webseite selbst bearbeiten können. Damit sind Sie unabhängig und können jederzeit ihre Kunden informieren. Weitere Informationen unter www.die-textgestalterin.de, Tel. 0761-55774080

Schloss Bürgeln - meisterliche Bautradition!



Schlosswirtschaft Bürgeln – immer eine Reise wert!

Edition Sonnenstück Schloss Bürgeln –
Gewächse mit großer Eleganz und
unvergleichlichem Charakter!

Schliengerer Sonnenstück: Gutedel
- Gutedel Eiswein – Gewürztraminer
trocken - Weißer Burgunder - Spät-
burgunder Weißherbst - Blauer Spät-
burgunder Rotwein –

Mauchener Sonnenstück: Blauer
Spätburgunder Rotwein

Winzersekt b.A.: Pinot Rosé trocken,
Cuvée Classic brut, Pinot Blanc de
Noirs brut, Chardonnay brut

Alle Weine erhältlich im
www.schlossrestaurant-buergeln.de

