

viaWALA

Nr. 9, Ausgabe für die Schweiz, Dezember 2008

Gestatten – Ihre Haut!

Bemerkenswert ist sie, unsere Haut. Auf der einen Seite bildet sie eine Grenze nach außen, die schützt und gestaltet. Auf der anderen Seite ist die Haut das Organ, durch das der Mensch mit seiner Umwelt in Kontakt tritt und durch das inneres Geschehen nach außen sichtbar wird.



Ein Magazin der WALA Heilmittel GmbH



„Der Mensch hat in sich diejenigen Stoffe und Kräfte, welche als kurze Rekapitulation der ganzen übrigen Natur erscheinen, so dass, wenn wir die Natur um uns sehen, wir sagen können, was draußen in der Natur ist, ist im großen das Urbild von dem, was in uns allen als Nachbild erscheint.“

RUDOLF STEINER

IN: DIE ERKENNTNIS DES ÜBERSINNLICHEN IN UNSERER ZEIT UND DEREN BEDEUTUNG FÜR DAS HEUTIGE LEBEN. XI. VORTRAG, BERLIN, 14. MÄRZ 1907. GA 55. DORNACH: RUDOLF STEINER VERLAG 1983; SEITE 201.
ABBILDUNG TITELSEITE: FRUCHT UND HÜLLE DER KAPSTACHELBEERE (PHYSALIS PERUVIANA).
ABBILDUNG DIESE SEITE: RIESENSCHIRMPILZ, AUCH PARASOL (MACROLEPIOTA PROCERA) GENANNT.

Liebe Leserinnen und Leser,

wir denken in der Regel nicht weiter über sie nach – und doch umhüllt sie uns, was immer wir auch tun: unsere Haut. „Ich kann nicht aus meiner Haut“, sagt man gerne, um das eigene Verhalten, die eigene Persönlichkeit zu erklären. Ich bin, wie ich bin. Mit unserer Haut grenzen wir uns nicht nur gegenüber der Umwelt ab: Wir setzen auch uns selbst die Grenzen, die wir brauchen, um zu wissen, wer wir sind, und uns nicht zu verlieren. Wer hingegen „aus der Haut fährt“, der vergisst sich selbst.



Unsere Haut ist in vielerlei Hinsicht ein faszinierendes Organ, auf das wir in dieser Ausgabe der viaWALA einen näheren Blick werfen: Wie funktioniert die Haut und welchen Einflüssen unterliegt sie? Was bringt sie aus dem Gleichgewicht und wie regeneriert sie sich? Und nicht zuletzt: Welche Bedeutung hat die Haut für uns als Individuum und soziales Wesen?

Berührungen, die die Haut als Kontakt- und Sinnesorgan ansprechen, stehen im Zentrum der neuen Dr.Hauschka Rückenbehandlung. Unsere Autorin Elke Schwarzer hat die Behandlung mit den neuen Dr.Hauschka Pflegeölen für uns ausprobiert – und war danach ganz entspannt. Wie Verspannungen überhaupt entstehen und was Sie dagegen tun können, erfahren Sie in unserem Artikel „Bloß nicht den Kopf einziehen“.

Diesmal führt uns die viaWALA in die Nähe von Bremen. Genauer: ins norddeutsche Verlüßmoor am Teufelsmoor. Hier gewinnt die WALA den Hochmoortorf, der – als Extrakt – wesentlicher Bestandteil der WALA Solum Präparate ist. Ähnlich einer zweiten Haut legt sich das Moor wie eine unsichtbare, aber spürbare Schutzhülle um den Körper und durchwärmt ihn sanft. Noch weiter in den Norden bringt uns das Länderportrait: Kommen Sie mit uns zu unserem Importeur nach Finnland!

Zurück in der Heimat besuchen wir den biologisch-dynamisch bewirtschafteten Sonnenhof. Als habe auch er eine Art Haut, funktioniert der Betrieb wie ein in sich geschlossener Organismus: eine Besonderheit der Demeter-Landwirtschaft, die die viaWALA näher beleuchtet.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

Herzliche Grüße aus der viaWALA Redaktion sendet Ihnen

SILKE RÖTTGERS
PRESSE- UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Inhalt

1_4

GESTATTEN – IHRE HAUT!

5_6

DIE DR.HAUSCHKA
RÜCKENBEHANDLUNG

7_10

EIN MOOREXTRAKT NAMENS
SOLUM ULIGINOSUM

11_12

PFLANZENPORTRÄT:
DER SCHACHTELHALM

13_14

BLOSS NICHT DEN KOPF
EINZIEHEN:
VERSPANNUNGEN

15_16

INTERNATIONAL:
PORTRÄT FINNLAND

17_20

DER SONNENHOF:
DEMETERANBAU FÜR DIE
WALA HEILMITTEL GMBH

21

PRODUKTNEUHEITEN

GESTATTEN – IHRE HAUT!

Das Multitalent unter den Organen hat es in sich

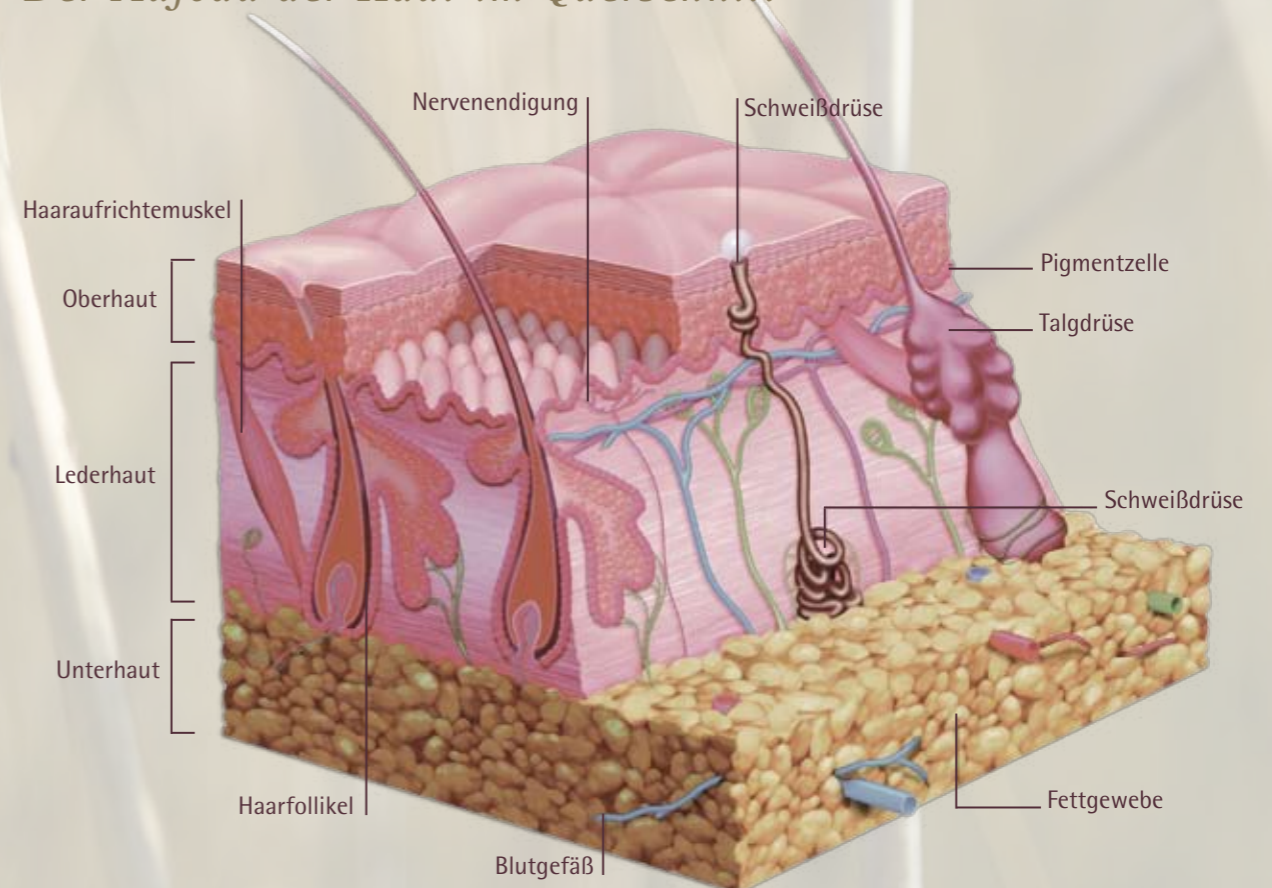
TEXT: ANTAL ADAM, CELIA SCHÖNSTEDT

— Bemerkenswert ist sie in der Tat – die Haut, die ein breites Spektrum verschiedenster Funktionen für den Menschen übernimmt. Wer beim Sport so richtig ins Schwitzen gerät, der weiß in der Regel, dass der Körper gerade über die Haut seinen Wärmehaushalt reguliert; doch gleichzeitig kann die Haut auch das Eindringen von Krankheitserregern oder anderen Fremdstoffen in den Körper verhindern und vor Belastung aus der Umwelt schützen.

Die Haut (lateinisch cutis) ist mit 1,5 bis 2 Quadratmetern flächenmäßig das größte und mit bis zu 10 Kilogramm (Haut mit Unterhaut) das schwerste Organ des menschlichen Organismus – aber auch das funktionell vielseitigste. So übernimmt sie neben der Wärmeregulierung und Schutzfunktion viele weitere Aufgaben: vom Tast-, Schmerz- und Temperaturempfinden über Teilhabe am Stoffwechsel bis hin zum Mitwirken an der so genannten Homöostase, der Schaffung des natürlichen inneren Gleichgewichts des Menschen. Auf der einen Seite bildet die Haut eine Grenze nach außen, die schützt und gestaltet. Und auf der anderen Seite ist sie das Organ, durch das jeder mit der Umwelt in Kontakt tritt und durch das inneres Geschehen nach außen sichtbar wird. „Dass die Haut ein Spiegel seelischer Empfindungen ist, haben wir alle schon erlebt, wenn wir blass werden vor Schreck, erröten vor Scham oder schwitzen vor Aufregung“, ergänzt Doris Mühlherr, die bei der WALA die Fachberatung Kosmetik leitet. Offensichtlich spielt die Haut für das psychische Wohlbefinden eine Rolle, dies zeigt sich auch an den rund 64 Milliarden Euro, die jedes Jahr in der Europäischen Union für Körperpflegeprodukte ausgegeben werden ...

Entsprechend ihrer Aufgabenvielfalt ist der Aufbau der Haut sehr komplex, anatomisch wird sie in drei Hautschichten eingegliedert: die durch die Hornzellen abgeschirmte und somit Schutz bildende Oberhaut (Epidermis), die von Blut und Lymphe durchströmte Lederhaut (Dermis) und die Unterhaut (Subcutis), die vor allem Energie und Wärme in Form von Fett speichert. In diesen drei Schichten finden alle Prozesse statt, die die Hautfunktionen charakterisieren: die Schweiß- und Talgabsonderung beispielsweise, aber auch die Haarbildung oder die Fähigkeit, etwas zu ertasten. Innerhalb von 28 Tagen erneuert sich die Oberhaut vollständig.

Der Aufbau der Haut im Querschnitt





DR. MED. BRIGITTE ROESLER, ANTHROPOSOPHISCHE HAUTÄRZTIN MIT EIGENER PRAXIS IN BERLIN-GRÜNAU, ARBEITETE ACHT JAHRE LANG IN DER UNIVERSITÄTS-HAUTKLINIK DER FREIEN UNIVERSITÄT BERLIN. DORT FORSCHTE SIE VOR ALLEM ZUR OPTIMIERTE BEHANDLUNG VON AKNE- UND PSORIASIS-PATIENTEN

Wenn Gleichgewicht verloren geht

So vielseitig unsere Haut auch ist, so anfällig ist sie für Störungen: So leiden inzwischen nach Schätzungen von Experten bis zu 20 Prozent der Bevölkerung in den westlichen Industrienationen an so genannten atopischen, das heißt durch Überempfindlichkeit hervorgerufenen Hauterkrankungen wie zum Beispiel Neurodermitis.¹ Bei Kindern sind es sogar bis zu 25 Prozent.² „Neben erblichen Faktoren sind dafür vor allem Umwelteinflüsse und der Lebensstil des Patienten verantwortlich“, erläutert Dr. med. Brigitte Roesler aus Berlin. Die anthroposophische Hautärztin beschäftigt sich schon seit Jahren mit Therapiekonzepten, die eine ursächliche Behandlung solcher Erkrankungen anstreben. „Dabei zeigt sich immer wieder, dass man Hauterkrankungen nicht isoliert betrachten kann, sondern den Patienten als Gesamtorganismus anschauen muss, wenn eine nachhaltige Besserung eintreten soll.“ Für die Ärztin sind atopische Erkrankungen der Haut immer ein Anzeichen für ein vorhandenes Ungleichgewicht auf körperlicher oder auch auf seelisch-geistiger Ebene; dies können Störungen im Stoffwechselsystem sein (zum Beispiel Magen/Darm, Leber/Galle, Niere), aber auch nervöse Leiden (Stress, Schlafstörungen, Überlastung des Nervenkostüms). Dr. med. Lüder Jachens, ebenfalls anthroposophischer Hautarzt, schreibt in seinem Buch „Hautkrankheiten ganzheitlich heilen“³: „Der Anstieg der Neurodermitis besonders im Kindesalter charakterisiert die Einseitigkeiten unseres Lebensstils und unseres Denkens in der heutigen Zeit, sodass von einer echten Zeitkrankheit gesprochen werden kann.“

Was also tun, wenn die Haut ins Ungleichgewicht geraten ist? Am wichtigsten ist die Ergründung und nachfolgende Behandlung der Ursachen. Grundsätzlich empfiehlt es sich, die Ausscheidung anzuregen, entweder über die Nierenfunktion oder über den Magen-Darm-Trakt, um die Haut als „Ausscheidungsorgan“ zu entlasten. Außerdem kann an den betroffenen Stellen von außen mit einem Salbenverband Abhilfe geschaffen werden: Dabei empfiehlt sich die harmonisierende Kraft von Rosenpräparaten, die die Haut bei der Abgrenzung gegenüber äußeren Einwirkungen unterstützen.

Da Gleichgewicht auch immer etwas mit Rhythmus zu tun hat, ist es sinnvoll, eine etwaige Gabe von Arzneimitteln auf den Tag-Nacht-Rhythmus und die damit einhergehenden Gegensätze Wachen und Schlafen abzustimmen.

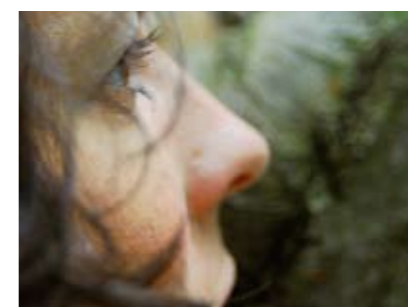
Das Kompetenzzentrum skintegral® der Universitäts-Hautklinik Freiburg, das eine eigene Neurodermitissprechstunde anbietet, hat gute Erfahrungen damit gemacht, am Morgen abgrenzungsfördernde und aktivierende Gerbstoffe zu geben, zum Beispiel aus Eichenrinde oder Blutwurz, und am Abend Bitterstoffe wie Enzian und Löwenzahn, die das Entspannen fördern, um den Organen Erholung und Regeneration während des Schlafens zu ermöglichen.

Offensichtlich birgt die Natur also noch viele Stoffe, die arzneilich wirksam zur Hautgesundheit beitragen können. Grundsätzlich ist jedoch Vorbeugung die beste Therapie. Wer auf sein körperliches und seelisches Gleichgewicht achtet, der leistet den wirkungsvollsten und nachhaltigsten Beitrag dazu, dass man sich wohl in seiner Haut fühlen kann. —

FOTOS: DPA PICTURE-ALLIANCE, SABINE BRAUN, FRANZISKA ROEMER, PLAINPICTURE, SHUTTERSTOCK

DAS KOMPETENZZENTRUM SKINTEGRAL® ERFORSCHT DIE WIRKUNG VON PFLANZEN AUF DIE HAUT

Pflanzen erfreuen nicht nur das Auge, sie enthalten auch eine Vielzahl interessanter Inhaltsstoffe wie Antioxidantien, entzündungshemmende und antimikrobielle Substanzen, die der Haut gut tun. Die Nutzbarkeit vieler Pflanzeninhaltsstoffe zur Behandlung von Hauterkrankungen ist bisher erst ansatzweise erforscht. Um bei dieser Forschungslücke anzusetzen und sowohl die heilsamen als auch die schädlichen Wirkungen von Pflanzen sowie die des Lichtes auf die Haut genau zu untersuchen, wurde das Kompetenzzentrum skintegral® an der Universitäts-Hautklinik Freiburg gegründet. Neben anderen fördern die WALA Heilmittel GmbH und die gemeinnützige Dr.Hauschka Stiftung dieses Projekt. Weiterführende Informationen zu skintegral® finden Sie im Internet unter www.uniklinik-freiburg.de/hautklinik/live/skintegral.html



¹WWW.HAUTSTADT.DE.

²ELLSÄSSER G, DIEPGEN TL. ATOPISCHE ERKRANKUNGEN UND SOZIALE LAGE BEI EINSCHULUNGSKINDERN IM LAND BRANDENBURG. MONATSSCHRIFT KINDERHEILKUNDE 2002; 150: 839-847.

³JACHENS L. HAUTKRANKHEITEN GANZHEITLICH HEILEN. AETHERA 2006; 71.



EIN GENUSS, IN DEN MAN NUR BEI DER DR.HAUSCHKA NATURKOSMETIKERIN KOMMT: DIE DR.HAUSCHKA RÜCKENBEHANDLUNG. ADRESSEN VON NATURKOSMETIKERINNEN IN IHRER NÄHE FINDEN SIE IM INTERNET UNTER WWW.DR.HAUSCHKA.CH/KOSMETIKBEHANDLUNG/ADRESSEN

EIN ECHTER KURZURLAUB FÜR KÖRPER UND GEIST

Arbeit kann so schön sein. Bis vor wenigen Minuten genoss ich die neue Dr.Hauschka Rückenbehandlung. Nun sitze ich mit Ute Iglisch an einem Tisch, um im Gespräch der besonderen Wirkung ihrer Grifftechnik nachzuspüren.

INTERVIEW: ELKE SCHWARZER, FOTOS: SILICYA ROTH

viaWALA: Frau Iglisch, ehrlich gesagt, hätte ich das nicht gedacht – aber Sie haben es doch tatsächlich geschafft, mich innerhalb weniger Minuten in einen entspannten Zustand zu versetzen. Ute Iglisch (lacht): Das freut mich sehr.

Überrascht war ich von der Fußbehandlung: zu Beginn das Fußbad und am Ende das erfrischende Ausstreichen der Füße.

Ja, das erwartet man nicht unbedingt bei einer Rückenbehandlung. Mit dem wärmenden Salbei Fußbad heiße ich die Kundin willkommen und lade sie ein, von Hektik auf Entspannung umzuschalten. Und zum Aufwachen am Ende der Behandlung bringt sie das Ausstreichen der Füße mit der belebenden Rosmarin Beinlotion wieder auf die Erde zurück.

Das ist Ihnen wirklich gelungen. Was ist denn neu an der Dr.Hauschka Rückenbehandlung?

Wir haben die Berührungsqualität weiter verfeinert. Die neue Dr.Hauschka Rückenbehandlung entspannt tiefgehend, stärkt die aufbauenden Lebenskräfte und fördert dadurch Regeneration und Gesundheit. Langfristig und bei regelmäßiger Anwendung bietet die Rückenbehandlung eine intensive Gesundheitsvorsorge.

Sie haben weder geknetet noch gezupft geschweige denn fest zugegriffen. Vielmehr streichen Sie mit nur leicht geölten Händen in geraden und runden Bewegungen über die Haut. Sehr schön fand ich, dass nach Rücken und Kopfbereich zusätzlich Arme und Hände bis in die Fingerspitzen behandelt wurden – einfach wunderbar.

Die geringe Menge des Öls ermöglicht einen guten, warmen Körperkontakt. Die Pflegeöle können so mit ihren Heilpflanzen einen Impuls setzen – sowohl über die gefühlte Wahrnehmung als auch über den Geruchssinn. Die Richtung der atmenden, rhythmischen Bewegung öffnet und führt in die Weite. Dazu gehören unbedingt auch die Arme und Hände. Sie geben das Gefühl der Ganzheit in der Behandlung.

Nach der Kopfbehandlung hatte ich das Gefühl, besser atmen zu können.

Die permanente visuelle Reizüberflutung im Alltag verfestigt den Kopf- und Nackenbereich. Das zeigt sich häufig in einer verkrampften festen Haltung und einer flachen Atmung. Indem ich vom Kopf weg behandle, wird der Kopf frei und das Durchatmen wird tiefer. Dadurch können sich Verspannungen lösen, und die Kundin wird aus der täglichen Einseitigkeit in ein harmonisches Gleichgewicht zurückgeführt.

Besonders ist mir das Einpacken des ganzen Körpers in weiche Tücher als sehr angenehm aufgefallen.

Ja, das Zudecken ist ein bewusster Vorgang. Dadurch, dass nur der zu behandelnde Körperteil aufgedeckt ist, bleibt die eigene Körperwärme erhalten. Und die neu angeregte, intensive Wärmewahrnehmung vermittelt ein Gefühl des Durchströmteins und der Leichtigkeit. Die Kundin fühlt sich seelisch berührt und hat den Eindruck, am ganzen Körper behandelt worden zu sein. Das hat eine unmittelbare Wirkung auf die Immunkräfte.

Was schätzen Ihre Kundinnen an der Rückenbehandlung?

Eine halbe Stunde Rückenbehandlung ist wie ein Kurzurlaub und bietet Raum, um loszulassen. Die Wirkung ist nachhaltig, die Entspannung lange spürbar.

UTE IGLISCH (BILD UNTEN) STUDIERT HEILPÄDAGOGIK, EURYTHMIE UND RHYTHMISCHE EINREIBUNGEN. SEIT 2002 IST SIE DR.HAUSCHKA NATURKOSMETIKERIN UND BILDET SELBST SEIT 2003 DR.HAUSCHKA NATURKOSMETIKERINNEN BEI DER WALA AUS

IMPULSE SETZEN – MIT DEN NEUEN DR.HAUSCHKA PFLEGEÖLEN

„Die Pflegeöle können mit ihren Heilpflanzen einen Impuls setzen – sowohl über die gefühlte Wahrnehmung als auch über den Geruchssinn“, beschreibt Ute Iglisch den Einsatz der Dr.Hauschka Pflegeöle im Rahmen der Rückenbehandlung. Seit November sind sechs neue, hochwertige Pflegeöle auf dem Markt: Sie basieren auf den bewährten Dr.Hauschka Körperölen, die Rezepturen wurden optimiert, die Namen für eine bessere Übersicht geändert. Jedes der Pflegeöle – ob Moor Lavendel, Citrone Lemongrass, Rosenblüten, Birke Arnika, Schlehenblüten oder Mandel Johanniskraut – gibt der Haut genau die Pflege, die sie benötigt. Und das natürlich auch daheim im eigenen Bad!





VON EINEM AGILEN LANDWIRT UND EINEM MOOREXTRAKT NAMENS SOLUM ULIGINOSUM

Seit mehr als 140 Jahren leben die Lütjens auf ihrem Hof im Verlüßmoor – einem Teil des Teufelsmoors nahe Bremen. Verlüßmoor, Teufelsmoor: Die Namen rufen ein klischeehaftes Bild einer unheimlichen Landschaft mit Moorleichen und Nebelschwaden vors innere Auge. Doch wenn man den in der Sonne liegenden Hof der Familie Lütjen betritt, lösen sich solche Assoziationen in Luft auf. Friedrich Lütjen und seine Frau Mariechen treten aus der Haustür: Sie sind beide mehr als 70 Jahre alt und haben den biologisch-dynamisch bewirtschafteten Betrieb mittlerweile ihrem Sohn übergeben. Was der hagere, agile Friedrich Lütjen jedoch noch immer selbst erledigt, ist das Stechen von Torf für den Moorauszug der WALA, der in den WALA Solum Präparaten Verwendung findet.

EINE WÄSSRIGE ANGELEGENHEIT

Wo die Birken und Kiefern langsam lichter werden und der Sandboden einer schweren, dunklen Erde weicht, dort beginnt das Moor. Schnellen Schrittes geht Friedrich Lütjen voran und erklärt, wie das Hochmoor, das wir vor uns sehen, entstanden ist: „Jahrhundertlang war unsere Gegend von einer hohen Luftfeuchtigkeit geprägt, es regnete viel. Vor allem in seiner obersten Schicht staute der Boden das Wasser an. Durch den ständigen Wasserüberschuss entstand ein Sauerstoffmangel im Boden, der die pflanzlichen Reste konservierte und sie als Torf ablagerte. Schicht um Schicht wuchs der Torf in die Höhe und entfernte sich immer weiter vom Grundwasser. Daher der Name Hochmoor.“ Schließlich wurde das Moor nur noch von Regenwasser gespeist und von Moosen bewachsen, die das Wasser in ihren Blättern speicherten. Wenn die Moose abstarben, bildete sich wieder eine neue Torfschicht. „Und so wuchs das Moor weiter und weiter“, schließt Friedrich Lütjen.

SORGSAME HANDARBEIT

Mit seinem vor Sauberkeit blitzenden Spaten beginnt Friedrich Lütjen, den Torf zu stechen. Mit wenigen, geübten Spatenstichen gelangt er bereits an die beinahe schwarze Torfschicht, die man als „saftig“ bezeichnen könnte, so innig verbindet sich in ihr das Wasser mit dem Torf. Es ist die so genannte Klipp-Schicht, die Friedrich Lütjen noch am selben Tag nach Bad Boll an die WALA verschickt und die Johann Kurz aus dem Essenzenbetrieb am nächsten Tag frisch weiterverarbeitet.

LICHT UND DUNKELHEIT, RUHE UND BEWEGUNG

Als Johann Kurz den Behälter öffnet, verbreitet sich der erdige Duft des Torfs in der Luft. Sorgsam füllt er den

Torf nach und nach in den glasierten Steinzeugtopf und lässt schließlich das keimfreie, so genannte Reinstwasser hineinlaufen. Mit einem großen Löffel rührt er den Ansatz kräftig um, bis das Wasser sich zu einer wirbelnden Spirale öffnet. Schon jetzt lässt sich erahnen, was Johann Kurz meint, wenn er sagt: „Das Verfahren der WALA, einen Moorauszug herzustellen, ist einzigartig.“ Es handelt sich um ein lichterhythmische Verfahren, bei dem der große Topf mit dem Ansatz im Dunkeln steht und nur um die Zeit des Sonnenaufgangs sowie des Sonnenuntergangs dem Tageslicht ausgesetzt und gerührt wird. Licht und Dunkelheit, Ruhe und Bewegung wechseln einander ab.

JETZT KOMMT LEBEN IN DIE SACHE

Nach sieben Tagen haben sich die Torfbrocken vollständig aufgelöst – die Flüssigkeit sieht jetzt aus wie dunkle Milch. Nun presst Johann Kurz die Flüssigkeit vorsichtig ab, füllt den übrig bleibenden Moorauszug in ein Fass und rührt ihn noch einmal gründlich um. Schließlich fügt er zwei Essenzen hinzu: Dabei handelt es sich um Auszüge aus der Rosskastanie und dem Ackerschachtelhalm – beides Pflanzen, die auf eine dynamische Art und Weise mit dem Wasser umgehen, es ansaugen (Rosskastanie) beziehungsweise es transportieren und nach außen abgeben (Ackerschachtelhalm, siehe Pflanzenporträt auf Seite 11). Mit diesen Eigenschaften unterscheiden sich die beiden Pflanzen erheblich vom Torf, der das Wasser bindet und ihm damit jegliche Beweglichkeit nimmt. Kaum hat Johann Kurz die Mischung durchgerührt, liegt ein neuer, aromatischer Duft in der Luft, der Moorextrakt erscheint in einer helleren Farbe, er wirkt leichter. Es ist zu spüren, dass die Starrheit des Moores sich auflöst und die beiden Pflanzenauszüge

eine Entwicklung in Gang bringen: Nach einigen Wochen, in denen dem Auszug seine Ruhe gelassen wird, hat eine Gärung stattgefunden. Der Ansatz ist nun ein anderer als zuvor. Jetzt hat Johann Kurz das wertvolle Resultat vor Augen: den WALA Moorextrakt, fachmännisch Solum uliginosum genannt (Solum = lat. für Boden, uliginosum = lat. für Moor). Doch gegen welche Beschwerden kommt der Moorextrakt in den WALA Arzneimitteln zum Einsatz?

WAS UNSEREN KÖRPER IM INNEREN ZUSAMMENHÄLT

Werfen wir zuerst einen Blick auf die elementare und zugleich hochkomplexe Substanz, die unseren Körper in einem lebendigen Zusammenhang hält: unser Bindegewebe. Das so genannte kollagene Bindegewebe verbindet überall im Körper Organe, Nerven, Sehnen, Gefäße und Muskeln, schützt und umhüllt jedes einzelne Organ und grenzt unseren Körper gegenüber der Außenwelt ab. Darüber hinaus ist es auch in der Lage, Körperflüssigkeit zu binden: Nicht zuletzt dank des Bindegewebes besteht der erwachsene Mensch – je nach Alter – zu etwa 60 bis 70 Prozent, das Neugeborene sogar bis zu 80 Prozent aus Wasser. Gerät der Flüssigkeitshaushalt des Bindegewebes in ein Ungleichgewicht, indem sich Substanzen ablagern, die nicht abgebaut werden, kann es zu einer Übersäuerung und Verschlackung des Gewebes kommen. Der Betroffene empfindet ein gewisses Gefühl der Starrheit und Schwere. Der Körper kann sich nicht mehr so gut gegen äußere Einflüsse abgrenzen, was zu einer erhöhten Sensibilität und Schmerzempfindlichkeit sowie zu Wetterfühligkeit führen kann.

HILFE AUS DEM MOOR

Eine gesunde Abgrenzung nach außen, Leichtigkeit und Wärme sind die

Stichworte, mit denen sich die Wirkung der WALA Solum Präparate am besten beschreiben lassen. In ihnen findet sich – schon der Name weist darauf hin – das Solum uliginosum wieder. Wie aber lässt sich die Wirkung des Moorextrakts auf das ins Ungleichgewicht geratene Bindegewebe erklären? Betrachtet man die Prozesse, die sich im Moor abspielen, genauer, so fallen Parallelen zu der beschriebenen Störung im Flüssigkeitshaushalt des menschlichen Bindegewebes auf: Das Moor wandelt abgestorbene Pflanzen nicht zu Kompost um, sondern konserviert sie und lagert sie ab. Im Moor staut sich die Flüssigkeit, es mangelt an Sauerstoff und Wärme. In der Anwendung des WALA Solum Öls ist zu beobachten, wie der Moorextrakt genau die gegenteiligen Prozesse im menschlichen Körper in Gang bringt: Die Flüssigkeit im Bindegewebe kommt wieder in Bewegung – auch mithilfe der beiden im Flüssigkeitsbereich wirksamen Auszüge aus Rosskastanie und Ackerschachtelhalm. Hierdurch wird das Gewebe zugleich entstaut und sanft durchwärmt: Das Öl bildet eine unsichtbare Schutzhülle um den Körper und grenzt ihn so nach außen gegen Umwelteinflüsse ab. Die Schwere verschwindet, ein Gefühl der Leichtigkeit stellt sich ein. Das gesunde Gleichgewicht ist wieder hergestellt. Auf diese Weise lindert das Solum Öl auch rheumatische Beschwerden, Muskelverspannungen und Rückenschmerzen. Gegen Wetterfühligkeit, Nervenschmerzen und Wirbelsäulenbeschwerden hilft die Einnahme der WALA Solum Globuli velati.

Und so schließt sich der Kreis zwischen den Lütjens im hohen Norden und den wohltuenden WALA Solum Präparaten, die durch das Moor in Verbindung stehen. Und wer weiß: Vielleicht ist Friedrich Lütjens lebenslange Nähe zum Moor der Grund dafür, dass er heute noch so agil ist ...



VON OBEN NACH UNTEN:
DAS VERLÜSSMOOR, MARIECHEN UND FRIEDRICH LÜTJEN AUF IHREM HOF, SPIRALFÖRMIG WIRBELNDER MOORANSATZ IM RAHMEN DER HERSTELLUNG DES WALA MOORAUZUGES



DER SCHACHTELHALM

SYNONYME: Fegekraut, Katzenwedel, Pfannebutzer, Pferdeschwanz, Scheuerkraut, Zinnkraut

WISSENSCHAFTLICHER NAME: *Equisetum arvense*

FAMILIE: Equisetaceae (Schachtelhalm-Gewächse)

HEIMAT: gemäßigte Zonen der nördlichen Erdhalbkugel

Der Ackerschachtelhalm gehört zu den urtümlichsten Pflanzen und bildete vor etwa 350 Millionen Jahren, im Erdzeitalter des Karbons, riesige Wälder. Würden die Schachtelhalme damals noch 30 Meter hoch, ist der heutige Ackerschachtelhalm ein bescheidener, 30 bis 40 Zentimeter großer Bewohner von feuchtem und lehmigem Boden. Die zum großen Teil unterirdisch wachsenden Stängel und die Seitentriebe sind in mehrere Segmente unterteilt, die wie ineinandergesteckt aussehen. Der zu den Sporengewächsen gehörende Schachtelhalm entwickelt keine Blüten, sondern Sporenähren, die im zeitigen Frühjahr auf separaten bräunlichen Stängeln noch vor den verzweigten, sterilen grünen Pflanzen aus der Erde wachsen.

VERWENDUNG

Schachtelhalm fördert die Wasserausscheidung, ohne dabei verstärkt Natrium- und Kaliumionen auszuspülen, und spielt deshalb eine wichtige Rolle bei ausscheidungsfördernden Therapien, zum Beispiel zur Blutreinigung oder bei Katarrhen der Niere und der ableitenden Harnwege. So hilft er unter anderem bei stoffwechselbedingt angeschwollenen Beinen.

Durch seinen hohen Gehalt an wasserlöslicher Kieselsäure besitzt Schachtelhalm eine strukturierende Kraft auf das Bindegewebe. Äußerlich angewendete Schachtelhalm-Zubereitungen unterstützen die Formkraft des Grenzorgans Haut und wirken festigend, stärkend und reinigend auf das Bindegewebe.



BLÜTENMYTHEN

Der wissenschaftliche Name *Equisetum* setzt sich aus lateinisch *equus* = Pferd und *saeta* = Tierhaar zusammen und beschreibt die steifen Stängel des Schachtelhalms. Der Zusatz *arvense* leitet sich vom lateinischen *arva* = Ackerland ab. Der deutsche Name Schachtelhalm bezieht sich auf die wie ineinandergeschachtelt aussehenden Stängelabschnitte.

Die gewaltigen Wälder des Schachtelhalm-Urahns im Karbon haben sich in den Jahrmillionen zu Steinkohle gewandelt und machen heute unsere Steinkohlevorkommen aus.

Im konventionellen Ackerbau gilt der Ackerschachtelhalm als Unkraut, das mit Herbiziden bekämpft wird, wenn er sich zu sehr ausbreitet. Dabei nehmen seine Bestände nur überhand, wenn der Boden durch schwere Maschinen oder zu wenig Bodenpflege verdichtet ist. Biologisch-dynamisch arbeitende Gärtner hingegen bereiten aus dem Ackerschachtelhalm wässrige Auszüge, mit denen sie ihre Kulturen behandeln. Die Kieselsäure festigt die Blattoberfläche und schützt so zum Beispiel vor Mehltau.

Mit den grünen Schachtelhalm-Pflanzen lassen sich Wolle und Eier gelbgrün färben. Die Kieselsäure der sterilen Sprosse macht die Oberfläche des Schachtelhalms so hart, dass man mit ihm Zinn, Aluminium, Kupfer und feine Hölzer aufpolieren kann.

ACKERSCHACHTELHALM ANDERS BETRACHTET

Schachtelhalm-Asche enthält die außergewöhnliche Menge von bis zu 67 Prozent Kieselsäure, die oxidierte Form von Silizium. Kieselsäure ist Hauptbestandteil vieler Minerale, zum Beispiel des Bergkristalls, und in Form von Glas wohl am bekanntesten. Kieselsäure ist Strukturgeber und hat einen starken Bezug zum Licht. Durch das ihn durchziehende Luftkanalsystem ist der Schachtelhalm gleichzeitig Luftpflanze und steht zusätzlich in enger Verbindung zum Element Wasser, auf das er als Zeigerpflanze hinweist. Schachtelhalm verleiht dem Wasser Struktur und kann diese Fähigkeit als Heilpflanze weitergeben, indem er die Wasserausscheidung des Menschen reguliert und die Nierenfunktion anregt.

Ackerschachtelhalm-Auszüge finden sich in Dr.Hauschka Pflegeöl Moor Lavendel, Pflegeöl Citrone Lemongrass, Regenerations Creme und im Shampoo Aprikose Sanddorn. Sie sind zudem Bestandteil verschiedener WALA Arzneimittel, zum Beispiel WALA Cantharis Blasen Globuli velati gegen Blasenentzündungen und Solum-Zubereitungen, die bei rheumatischen Erkrankungen, Wetterfühligkeit und Neuralgien helfen. [__](#)

TEXT: CATRIN COHNEN, ILLUSTRATION: DIANA LAWNICZAK

ILLUSTRATIONEN: PFLANZE UND SPORENÄHREN DES SCHACHTELHALMS



BLOSS NICHT DEN KOPF EINZIEHEN

Ein normal funktionierender Muskel spielt laufend zwischen Anspannung und Entspannung. Eine gewisse Grundspannung besitzt dabei jeder Muskel. Das hat allerdings noch nichts mit den Verspannungen zu tun, die wahrscheinlich jeder von sich selbst kennt und die verschiedenste Ursachen haben können.

TEXT: CATRIN COHNEN, FOTO: SHUTTERSTOCK

—Besonders die Nackenpartie und der Rücken sind in unserer Gesellschaft anfällig für schmerzhafte Anspannungen. Das hat nicht nur mit den mehr als 61 Prozent Computerarbeitsplätzen in Deutschland¹ zu tun. Vielmehr ist es Ausdruck einer Gesellschaft, in der sich jeder Einzelne immer mehr Verantwortung aufbürdet und immer mehr in immer weniger Zeit erreichen will. Man steht unter Strom, verfolgt verbissen sein Ziel und hat obendrein den Zeitdruck im Nacken.

Die Wechselwirkungen sind dabei vielseitig. Wie eine Neurologengruppe an der schwedischen Universität von Gävle herausfand, besteht ein Zusammenhang zwischen Sehstörungen und Verspannungen im Nackenbereich. Lässt die Muskelspannung im Auge nach, beeinflusst dies die Nervenimpulse im Nacken und in den Schultern. Denn für die Fokussierung der Linse müssen verschiedene Nerven und Muskelgruppen im Auge sowie in der Nacken- und Schulterregion aufeinander abgestimmt arbeiten. Ist das Ineinandergreifen dieser Prozesse gestört, können müde, trockene, gereizte Augen, Sehstörungen bis hin zu vorübergehender Kurzsichtigkeit, Kopfschmerzen sowie Nacken- und Schulterverspannungen die Folge sein.²

ZÄHNE ZUSAMMENBEISSEN

Viele holen sich Verspannungen im Schlaf. Nicht nur eine unpassende Matratze kann schuld daran sein, sondern auch der so genannte Bruxismus. Damit bezeichnen Ärzte das nächtliche Zähneknirschen. Wer im Schlaf die Probleme des Tages durchkaut, wacht am nächsten Morgen ganz zerknirscht auf. Abgenutzte Zähne sind die eine Folge, Verspannungen der Kaumuskeln und Nackenpartie sowie Kopfschmerzen die andere.

STRESSABBAU GEGEN VERSPANNUNGEN

Der enge Zusammenhang zwischen Verspannungen und Stress liegt klar auf der Hand. Möglichkeiten, hier Linderung zu verschaffen, sind muskelentspannende Körpertherapien, zum Beispiel die progressive Muskelrelaxation oder Heileurythmie³, die den Menschen wieder in seine Mitte bringt. Auf die Halswirbelsäule ausgerichtete Krankengymnastik und ein Augentraining können helfen, die sehbedingten Nackenverspannungen zu lösen. Bereits 1919 entwickelte der amerikanische Augenarzt William Bates (1860–1931) ein spezielles Training der Augenmuskulatur, das die zahlreichen heutigen Übungsbücher zu dem Thema aufgreifen.

Ein Waldspaziergang ist die einfachste Maßnahme gegen Verspannungen. Dabei kommt nicht nur der Körper in Bewegung, sondern gleichzeitig der kopfbetonte Mensch wieder in die Füße, die Seele kann sich ausdehnen und einmal tief durchatmen.

MAGNESIUM UND WÄRME

Magnesium spielt eine wichtige Rolle bei der Funktion der Muskeln, ein Mangel an diesem lebensnotwendigen Mineral kann Wadenkrämpfe zur Folge haben. Auch bei chronischen Verspannungen hilft Magnesium, zum Beispiel in Form einer potenzierten Zubereitung.

Wärme lindert die akuten Symptome, zum Beispiel in Form von Bädern, Wickeln oder Auflagen – eine Massage und Öleinreibungen mit homöopathisch verdünnten Zubereitungen aus dem schmerzlindernden Blauen Eisenhut (*Aconitum napellus*) und dem entspannenden Lavendel ebenso.

Bei der täglichen Pflege freuen sich verspannte Partien über das Dr.Hauschka Pflegeöl Birke Arnika, das die Durchblutung anregt. Unruhige und nervöse Menschen können sich durch Einreibungen mit Dr.Hauschka Pflegeöl Moor Lavendel schützen. —

¹QUELLE: BRANCHENVERBAND BITKOM 2007.

²RICHTER H, ET AL. NEUROANATOMICAL CORRELATES OF VOLUNTARY INHIBITION OF ACCOMMODATION/VERGENGE UNDER MONOCULAR OPEN-LOOP VIEWING CONDITIONS. EUROPEAN JOURNAL OF NEUROSCIENCE 2005; 21: 3077–3088.

³ADRESSEN VON HEILEURYTHMISTEN UNTER WWW.ANTHROSUISSE.CH

FROH GESINNT IN FINNLAND

Von einer wahrhaftigen Kulturkosmetik im Land der weiten Wälder

TEXT: SILKE RÖTTGERS, FOTOS: KIRSI KOSKINEN, SHUTTERSTOCK



DIE SCHAUSPIELERIN MERI NENONEN,
FINNISCHES „MÖKKI“ (FERIENHAUS)

__ Mehr als tausend Menschen drängen sich auf dem Set des Films „Hier unter dem Polarstern“. Sie sind Komparsen, die an der Verfilmung der Romantrilogie mit dem finnischen Originaltitel „Täällä Pohjantähden alla“ mitwirken – einem wahrlich monumentalen Epos des Autors Väinö Linnas, das durch die Höhen und Tiefen der neueren Geschichte Finnlands führt. Und mittendrin Merja Ekholm. Die Frau mit den kurzen braunen Haaren ist die Geschäftsführerin der Firma Itu Oy, die seit 1979 die Dr.Hauschka Kosmetik und seit 1985 die WALA Arzneimittel auf dem finnischen Markt vertreibt. Stolz deutet Merja Ekholm auf eine Gruppe von Komparsen: „All diese Menschen wurden mit unserer Kosmetik auf ihren Auftritt vorbereitet. Es ist unglaublich, was die Maskenbildner mit ihrer Kunst bewirken – vor meinen Augen wurde eine 20-Jährige zu einer 60-Jährigen Frau!“

MITTENDRIN IM KULTURELLEN LEBEN HELSINKIS

Merja Ekholm kennt sich in der Musik-, Film- und Theaterszene ihrer Heimatstadt Helsinki aus wie in ihrer Westentasche. Jahrelang spielte sie selbst Klarinette und Saxophon in dem Jazz-Orchester „Boston Promenade“. Heute arbeiten dank ihrer Kontakte die Maskenbildner des „Helsingin kaupunginteatteri“ – des Theaters der Stadt Helsinki – ebenso mit Dr.Hauschka Kosmetik wie die der Staatsoper „Kansallisooppera“. Auch die Schauspielerin Meri Nenonen vom finnischen Nationaltheater nutzt die Naturkosmetik für ihre Auftritte. „Unsere Produkte bringen die strapazierte Haut der Schauspieler und Sänger wieder ins Gleichgewicht – und sind daher bei den Künstlern sehr beliebt“, erklärt Merja.

FINNLANDS „KAUFHAUS DES WESTENS“

Bisher in Naturkostläden, Apotheken, bei Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen, Ökofriseuren und in den skandinavischen „Sokos“-Kaufhäusern erhältlich, präsentiert sich Dr.Hauschka Kosmetik seit August dieses Jahres auch in der traditionsreichen finnischen Warenhauskette „Stockmann“. Das Hauptgeschäft liegt direkt an Helsinkis Flaniermeile Aleksanterinkatu und ist das größte Warenhaus Skandinaviens. „Stockmann ist die finnische Version des Berliner ‚Kaufhauses des Westens‘“, erläutert Merja. „Dieser Schritt zeigt, welch hohes Ansehen Naturkosmetik mittlerweile in Finnland besitzt.“

DIE LIEBLINGE DER FINNEN: WALD, MÖKKI UND SAUNA

Obwohl Dr.Hauschka Kosmetik bereits seit Juli 2008 im Sortiment des Warenhauses gelistet war, hat man mit der offiziellen Lancierung der Serie bis August gewartet – bis die Finnen aus ihren Sommerhäusern nach Helsinki zurückgekehrt waren. Denn kaum etwas lieben die Finnen mehr als ihr – meist spartanisch eingerichtetes – Mökki (finn. Mökki = Hütte). Auch wenn die Urbanisierung in dem walddreichsten Land Europas heute weit fortgeschritten ist, spielen Landleben, Naturnähe und alte Traditionen – wie der alltägliche Gebrauch der Sauna – im kulturellen Selbstbewusstsein der Finnen weiterhin eine tragende Rolle. „Wir Finnen sind ein Waldvolk“, bestätigt Merja. „Und wir mögen es diskret: Je größer die Distanz zum nächsten Mökki, desto mehr Miete muss man zahlen.“ Mit 5,3 Millionen Einwohnern auf einer Fläche, die nur wenig kleiner ist als Deutschland, haben die Finnen auf jeden Fall genug Platz, um sich entsprechend ihren Vorstellungen auszubreiten.

Doch wenn die Finnen in die Städte zurückkehren, beginnt auch Helsinki wieder zu brummen vor Leben – und Merja freut sich auf neue Projekte und Kooperationen. „Wir haben es so ‚hauska‘ mit Hauschka“, lacht sie. „Hauska“ heißt auf finnisch „froh“, „lustig“ oder „fröhlich“ – das kann einfach kein Zufall sein! __

IM FRÜHTAU ZU FELDE ...

Es ist 5.30 Uhr, ein herrlicher Frühlingmorgen. Am Horizont schimmert die aufgehende Sonne, als die Frauen und Männer vom Sonnenhof sich auf den Weg zur Heilpflanzenkultur am Ortsrand von Bad Boll machen. Feuchter Tau liegt auf den Wiesen – und auf der Calendula, zu Deutsch Ringelblume. „Jetzt ist die beste Zeit, die Blüten zu ernten“, sagt der Diplom-Agraringenieur Bernhard Klett. Der Geschäftsführer des Sonnenhofs und seine Mitarbeiter müssen früh aufstehen. Und doch lieben sie ihre Aufgabe – weil sie genau wissen, was aus den von ihnen geernteten Heilpflanzen wird. „Wir liefern die Ringelblume bei der WALA an, das Unternehmen ist nur einige hundert Meter vom Sonnenhof entfernt.“ Hier wird sie frisch weiterverarbeitet, zum Beispiel für die WALA Calendula / Echinacea Crème und die Dr.Hauschka Gesichtswaschcreme.

TEXT: THOMAS WEILACHER, FOTOS: SABINE BRAUN



1987 hat die WALA Stiftung den Sonnenhof mit dem Ziel gekauft, dort nach biologisch-dynamischen Grundsätzen Heilpflanzenanbau und Landwirtschaft zu betreiben. Als zertifizierter Demeter-Betrieb wird der Aussiedlerhof nach den Richtlinien des Demeter-Verbandes bewirtschaftet. Der Diplom-Agraringenieur Christoph Seeger – neben Bernhard Klett seit 2002 Geschäftsführer auf dem Sonnenhof – veranschaulicht die Umsetzung der Richtlinien: „Unsere Kühe fressen Klee gras, das im Betrieb erzeugt wird. Den anfallenden Kuhmist verwenden wir zur Düngung unserer Felder. Auf jedem unserer Felder wechseln wir regelmäßig die Bepflanzung, damit die im Boden vorhandenen Nährstoffe dauerhaft erhalten bleiben. Auf Getreideanbau in dem einen Jahr folgt zum Beispiel der Anbau von Klee gras im nächsten Jahr: Klee gras bringt wieder Stickstoff und damit einen wichtigen Nährstoff in den Boden. So entsteht ein in sich geschlossener Kreislauf, der ohne chemisch-synthetische Dünge- und Pflanzenschutzmittel auskommt.“

Inzwischen ist es Tag geworden. Korb um Korb füllt sich mit den Blüten der Calendula. An dieser Heilpflanze besteht bei der WALA Heilmittel GmbH großer Bedarf: 6,5 Tonnen davon hat der Sonnenhof im vergangenen Jahr für Naturkosmetik-Präparate und Arzneimittel geliefert. „Eine gigantische Menge, wenn man bedenkt, dass eine Blüte nur ein paar Gramm wiegt“, sagt Bernhard Klett. Doch damit nicht genug, auf dem Sonnenhof werden ja noch weitere Heilpflanzen angebaut. So lag die Erntemenge an Wundklee kraut bei mehr als sieben Tonnen, an Kapuzinerkresse bei 2,5 Tonnen, an Eibischkraut bei 965 Kilogramm und an Spitzwegerich bei 800 Kilogramm.

„In Summe bauen wir mehr als ein Dutzend verschiedene Heilpflanzenarten an“, sagt Christoph Seeger. Daneben bezieht die WALA Heilmittel GmbH Rohstoffe aus dem 4,5 Hektar großen eigenen Heilpflanzengarten direkt neben dem Firmengebäude in Eckwälden. Dort wachsen sogar 150 unterschiedliche Heilpflanzen. Bei Aussaat und Ernte arbeiten die sieben Gärtner ebenfalls nach Demeter-Grundsätzen und mit den Rhythmen der Natur – das Ergebnis: kräftige, gesunde Pflanzen.

Der Sonnenhof ist mit 70 Hektar Fläche deutlich größer – dient aber auch nicht ausschließlich zum Heilpflanzenanbau. „Wir nutzen etwa fünf Hektar für unsere Heilpflanzen, zehn Hektar für Kartoffel- und Getreideanbau und sechs Hektar für Klee gras“, so Christoph Seeger. Der Rest ist Grünland zur Futtergewinnung für 36 Milchkühe und die Nachzucht.

Nach fünf Stunden Blütenernte machen sich die Helfer wieder auf den Weg zurück. Doch die acht Mitarbeiter des Demeter-Betriebes haben jetzt keineswegs Feierabend, denn auf dem Hof gibt es noch genügend zu tun. Ein langgezogenes „Muuh“ klingt durch den luftigen, lichtdurchfluteten Kuhstall. Hier leben die Tiere artgerecht, können sich frei bewegen. Ihre Zahl ist genau auf die landwirtschaftliche Fläche abgestimmt – so funktioniert der Demeter-Hof wie ein lebendiger, in sich geschlossener Organismus. Tiere werden nicht zugekauft, sondern ausschließlich selber gezüchtet. Und es gibt noch einen Unterschied zur konventionellen Landwirtschaft: „Unsere Kühe haben Hörner“, betont Bernhard Klett. Diese sind bei Wiederkäuern wichtig für den Aufbau der Lebenskräfte. In konventionellen Betrieben werden Tiere enthornt, um Verletzungen bei der engen

Stallhaltung zu verringern. „Aber Kühe ohne Hörner sehen immer traurig aus.“ Der Stall wurde – wie auch die Heubergehalle zur schonenden Trocknung des losen Heus, das Multifunktions-Gebäude, die Maschinenhalle und das Wohnhaus – in den vergangenen Jahren neu erbaut. „Wir haben die Demeter-Anforderungen 1:1 umgesetzt“, so Projektleiter Raffaele Costantini von der WALA. Vom Kuhstall aus führt ein Weg direkt auf die Weide mit ihrem frischen Gras – rund 400 Liter Milch geben die Tiere täglich. In der eigenen Käserei reifen wohlschmeckende Köstlichkeiten, die eine ausgebildete Käserin mit Sorgfalt zubereitet. Jeden Morgen wird in der modernen Bäckerei auf dem Sonnenhof frisch gebacken. Brot, Brötchen, Käse, Milch, Quark, Butter, Obst und viele weitere Bio- und Demeter-Produkte füllen die Regale im Hofladen. „Unsere Kunden kommen aus der ganzen Region“, freut sich Bernhard Klett. Sie schätzen die Qualität der Waren ebenso wie das ökologische Konzept. Einmal pro Woche bietet der Sonnenhof für die WALA-Mitarbeiter einen Brotverkauf direkt im Unternehmen an. Und auch in den Genuss der auf dem Hof produzierten Molkereiprodukte kommen die Mitarbeiter: Allein 400 bis 500 Liter Frischmilch nimmt die WALA dem Sonnenhof wöchentlich ab.

Der Sonnenhof – ein beispielhafter Lebensraum für Mensch und Tier. Die biologisch-dynamische Bewirtschaftung kommt den Kunden des Sonnenhofs ebenso zugute wie den Anwendern der WALA Arzneimittel sowie der Dr.Hauschka Kosmetik. Inhaltsstoffe von höchster Güte, sorgsam verarbeitet, sind eine Wohltat für Körper und Seele. Dafür stehen alle Mitarbeiter des Sonnenhofs gerne frühmorgens auf.



GROSSES BILD: BERNHARD KLETT IM RINGELBLUMEN-FELD DES SONNENHOFES
OBEN, VON LINKS NACH RECHTS: BACKWARENVERKAUF, INNENHOF DES SONNENHOFES, KÄSERIN JORINDE VELLENGA IN DER SONNENHOF-KÄSEREI
MITTE: CHRISTOPH SEEGER.
UNTEN: BÄCKER GEORG KLETT, KÜHE AUF DEM WEG ZUR WEIDE



MENSCH UND TIER IM EINKLANG MIT DER NATUR

Vater des Demeter-Gedankens ist der Philosoph Rudolf Steiner (1861–1925). An Pfingsten 1924 hielt er acht Vorträge zum Thema „Geisteswissenschaftliche Grundlagen zum Gedeihen der Landwirtschaft“, die der „Versuchsring anthroposophischer Landwirte“ umgehend in der Praxis erprobte. Drei Jahre später wurde die „Verwertungsgemeinschaft für Produkte der Biologisch-Dynamischen Wirtschaftsmethodik“ gegründet, 1928 formulierte man die ersten Standards für Demeter-Qualitäten. Im Fokus stand neben der Erzeugung hochwertiger Lebensmittel die Verantwortung des Menschen für Tiere und Natur. Heute wirtschaften in Deutschland 1.400 Landwirte auf rund 50.000 Hektar Fläche biologisch-dynamisch.

Das Demeter-Leitbild umfasst strenge Grundsätze als Basis für die Beurteilung von Lebensmitteln, ihre Verarbeitung sowie die Entwicklung neuer Produkte. Abgeleitet von Steiners Geisteswissenschaft werden neben der quantitativen Nährwertbetrachtung auch qualitative Dimensionen des Lebendigen, Seelischen und Geistigen einbezogen. Lebensmittel stellen nach dem Demeter-Leitbild nicht nur die Grundlage für die Ernährung des Körpers dar, sondern auch die für das seelische und geistige Leben.

Entsprechend dem Leitbild weisen Demeter-Höfe eine in sich geschlossene Hoforganisation auf: Demeter-Bauern halten so viele Kühe, wie es zu ihrem Land passt – diese bieten mit ihrem Mist genau den wertvollen Dünger, der gebraucht wird, um das Land fruchtbar zu halten. Die Tiere bekommen das auf dem Hof gewonnene Futter und liefern dafür wertvolle Lebensmittel. So gestaltet der Demeter-Landwirt seinen Hof als einen lebendigen Organismus ohne chemische Hilfsmittel. Dabei begreift er sich selbst als Teil der belebten Natur, die er verstehen und deren Kräfte er entwickeln will.



Pflegend

NEU!

DR.HAUSCHKA PFLEGEÖLE

Neue Namen und optimierte Rezepturen: Die bewährten Körperöle heißen jetzt Pflegeöle. Mit neuen Rezepturen sind sie nun optimal auf unterschiedliche Haut- und Pflegebedürfnisse abgestimmt. Basis der sechs neuen Pflegeöle sind Sonnenblumen-, Jojoba-, Mandel- und Olivenöl aus kontrolliert-biologischem Anbau.

ENTSPANNEND

Mit Auszügen aus Rosskastanien und Schachtelhalm sowie einem nach eigenem Verfahren aufbereiteten Moor-Extrakt ist das Pflegeöl Moor Lavendel eine Wohltat für wetterfühlige und schnell frierende Menschen. Der Duft des natürlichen ätherischen Lavendelöls beruhigt und fördert den Schlaf. 75 ml, CHF 24,--*.

KÖNIGLICH

Mit einem Auszug aus Damaszener Rosen, kostbarem ätherischem Rosenöl und Jojobaöl sorgt die ausgleichende und harmonisierende Komposition des Pflegeöls Rosenblüten für eine geschmeidige Haut und hilft bei Nervosität und seelischer Erschöpfung. Der zarte Rosenduft verwöhnt die Sinne – für Menschen, die sich einmal etwas Besonderes gönnen möchten. 75 ml, CHF 24,--*.

GEGEN CELLULITE

Das neue Pflegeöl Citrone Lemongrass enthält Auszüge aus Citronenschalen, Lemongrass, Ackerschachtelhalm und Mistel. Das Öl strafft die Haut bei Cellulite und stärkt das Bindegewebe. Mit dem Pflegeöl durchgeführte Massagen unterstützen die bessere Durchblutung der betroffenen Körperpartien. 75 ml, CHF 24,--*.

AKTIVIEREND

Das Fitness Körperöl heißt jetzt Pflegeöl Birke Arnika und duftet minzig-citronig. Hochwertige Substanzen aus Birkenblättern und Arnika, Klettenwurzel und Brennnessel aktivieren den Hautstoffwechsel und regen die Durchblutung an. Das neue Pflegeöl durchwärmt die nach dem Sport verspannte Muskulatur und die beanspruchten Gelenke. 75 ml, CHF 19,--*.

DEHNBAR

Mit Auszügen aus Schlehenblüten und Birkenblättern, Johanniskraut- und Jojobaöl unterstützt das Pflegeöl Schlehenblüten die Fähigkeit der Haut, sich auszudehnen, ohne dass Dehnungsstreifen entstehen – ideal also in der Schwangerschaft. 75 ml, CHF 22,--*.

BESÄNFTIGEND

Die komplett überarbeitete Gesamtkomposition des Pflegeöls Mandel Johanniskraut pflegt und schützt sensible und trockene Haut mit beruhigendem Mandelöl sowie Heilpflanzenauszügen aus Hopfen und Johanniskraut – auch bei Neurodermitis. 75 ml, CHF 22,--*.

Beruhigend

NEU! DR.HAUSCHKA HAUTBERUHIGUNGSMASKE

Mit ihrer feuchtigkeitsregulierenden Wirkung hilft die beruhigende und entspannende Hautberuhigungsmaske der empfindlichen und zu Rötungen neigenden Haut, zu ihrem natürlichen Gleichgewicht zurückzufinden. Das Ergebnis: ein erholter, ebenmäßiger Teint. 30 ml, CHF 37,--*.



*UNVERBINDLICHE PREISEMPFEHLUNG.

SERVICE

BEZUGSQUELLEN

WALA Arzneimittel sind in jeder Apotheke erhältlich. Dr.Hauschka Kosmetik und WalaVita Präparate sind erhältlich in ausgewählten Apotheken, Drogerien, Reformhäusern, Department Stores und bei unseren Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen.

WALA KUNDENSERVICE

Der WALA Kundenservice nennt Ihnen regionale Bezugsquellen und nimmt Ihre Fragen unter der Telefonnummer +41 (0)31 388 80 10 entgegen. Unter dieser Telefonnummer erhalten Sie auch Adressen von Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen in Ihrer Nähe. Oder schauen Sie ins Internet unter www.dr.hauschka.ch.

IMPRESSUM

viaWALA Ausgabe Nr. 9, Dezember 2008
Art.-Nr. 101372999/W806027
© 2008 WALA Heilmittel GmbH
73087 Bad Boll/Eckwälden, Deutschland
Telefon +49 (0) 7164 930-0, Telefax +49 (0) 7164 930-297
info@wala.de, www.wala.de, www.walaarzneimittel.de,
www.dr.hauschka.de
Verantwortlich für den Inhalt: Antal Adam
Redaktion: Antal Adam, Inka Bihler, Catrin Cohnen,
Silke Röttgers, Celia Schönstedt
Mitarbeiter dieser Ausgabe: Elke Schwarzer, Thomas Weilacher
Layout: Anna Perino, submedia, www.submedia.de
Druck: haka print und medien, Ostfildern-Ruit
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung
der WALA Heilmittel GmbH

Ausgabe für die Schweiz:

WALA Schweiz GmbH
Könizstrasse 25
3008 Bern
Tel.: 031 388 80-10
Fax: 031 388 80-11
info@wala.ch
www.dr.hauschka.ch

Bildnachweis:

Sabine Braun: Seite 4, 18, 20; dpa picture-alliance: Seite 2; Kirsj Koskinen: Seite 15; Diana Lawniczak: Seite 11, 12; Plainpicture: Seite 1, 2; Franziska Roemer: Seite 3; Shutterstock: Seite 4, 13, 15, U1, U4, Inhaltsverzeichnis; Silicya Roth: Editorial, Seite 5, 6, 7, 8, 10; Arne Schneider: U2, U3; Zuckerfabrik digital: Seite 21.

WALA®, WALA Logo®, viaWALA®, WalaVita®, Dr.Hauschka®, Dr.Hauschka CulturCosmetic®, CulturCosmetic® und Dr.Hauschka Design sind eingetragene Marken der Firma WALA Heilmittel GmbH.

Das Papier dieser Broschüre wurde aus Zellstoff auf der Basis zertifizierter nachhaltiger Waldbewirtschaftung nach dem FSC-System in Übereinstimmung mit dem aktuell gültigen Regelwerk zur Herkunftsprüfung von Holz und Holzprodukten in der Produktkette hergestellt. Die Regeln der Mengenbilanzierung werden eingehalten.



