



WELEDA

90 Jahre

Im Einklang
mit Mensch und
Natur

Weleda Nachrichten

Winter 2011

Weleda Herstellungsverfahren:
Brücke zwischen Mensch und Natur

Liebe Leserin, lieber Leser!

Ein intensives und bewegtes Jahr neigt sich in der Weleda dem Ende zu. Es war ein Jahr der Jubiläen und Feiern: 150. Geburtstag von Rudolf Steiner, dem großen österreichischen Naturwissenschaftler und Philosophen und Weleda-Mitbegründer; 90-jähriges Weleda-Bestehen und 85 Jahre Weleda in Österreich.

85 Jahre, die stets geprägt waren von Einem: Dem Vertrauen und der Solidarität unserer Kunden und Partner. Dies macht uns stolz und motiviert uns. Tag ein, Tag aus. Gerade die letzten Jahre haben uns gezeigt, dass der ganzheitliche Ansatz der Anthroposophischen Medizin immer mehr an

Aktualität gewinnt. Eines der zentralen Anliegen Rudolf Steiners war, den Menschen als das zu betrachten, was er ist: Als Individuum.

Einzigartig gestaltet sich bei Weleda auch der Weg vom Rohstoff bis zum Heilmittel. Bis etwa die im firmeneigenen Garten biologisch-dynamisch angebauten Pflanzen in unseren Heilmitteln wirksam werden können, legen sie einen sorgsam begleiteten Weg zurück. Dr. Jöran Moshuber, pharmazeutischer Leiter bei Weleda Österreich, erklärt in dieser Ausgabe einige der besonderen anthroposophischen Herstellungsverfahren.

Wir wünschen Ihnen anregende Einblicke sowie ein frohes und friedvolles Weihnachtsfest.

Mit herzlichen Grüßen,
Birgit Schedlbauer
und das Weleda Nachrichten Redaktionsteam



Das Weleda Nachrichten-Redaktionsteam (v.l.n.r.):
Birgit Schedlbauer, Daniela Sarafidis-Waiss,
Silvia Holzgruber-Riess und Romana Kapusta



6



12



11



10



16



20

Weleda einst und jetzt

6 Was 1921 als kleiner Laborbetrieb mit eigenem Heilpflanzengarten begann, ist heute der weltweit führende Hersteller ganzheitlicher Naturkosmetik und anthroposophischer Arzneimittel.

Geschenk an den Magen

10 Die Ernährung an den Festtagen ist für unsere Verdauung oftmals eine wahre Herausforderung. Bitterstoffe, wie sie in den Amara-Tropfen von Weleda zu finden sind, unterstützen Sie dabei.

Pflanzenlexikon: Gelber Enzian

11 Die Enzianwurzel enthält vor allem Eines: Bitterstoffe. Und genau diese machen den Enzian seit Jahrhunderten zur bewährten Heilpflanze bei sämtlichen Verdauungsproblemen.

Brücke zwischen Mensch und Natur

12 Die besondere Rohstoffqualität, eine enge Verbindung der Menschen mit ihrer Arbeit, ein anthroposophisches Menschenbild und einzigartige Herstellungsverfahren: Dafür steht Weleda.

Andere Umstände

16 Plötzlich ist alles anders: Mutter werden verändert das Leben einer Frau. Die Schwangerschafts- und Stillzeitserie von Weleda ist in dieser besonderen Zeit eine verlässliche Begleiterin.

SEKEM Österreich

20 Dr. Hermann Becke berichtet über SEKEM und darüber, wie Fördervereine, darunter auch SEKEM Österreich, die ägyptische Entwicklungsinitiative ideell und materiell unterstützen.

Weleda Kalender 2012

Wie entwickeln sich Pflanzen? Für Weleda ist dies ein zentrales Thema. Die Künstlerin Christiane Lesch geht dieser Frage auf zwölf Monatsblättern nach und beschreibt in farbstarken Bildern den Jahreslauf der Pflanzen. Bildtitel wie «Frühlingsahnung», «Erde und Sterne im Gespräch» oder «Zwiesprache der Pflanze mit dem Licht», sowie auf das Wesentliche reduzierte Texte deuten die Stimmungen an, aus

denen die Bilder gemalt wurden. Jedes Bild ist eine Suchbewegung, ein Prozess, ein Wagnis. Die Künstlerin versucht «was hinter den Dingen ist», sichtbar und erlebbar zu machen. Freuen Sie sich auf einen künstlerischen Gang durch das Jahr 2012 mit Christiane Lesch!

Format: DIN A3 Hochformat, Preis: 12,50 Euro.

Nähere Informationen im Weleda Kundenservice unter 01/256 60 60



Heilpflanzen: Faszination und sanfte Medizin

Dr. med. Frank Meyer, Experte auf dem Gebiet der Naturheilkunde und Michael Straub, Diplom-Agraringenieur und Leiter des Weleda-Heilpflanzengartens, schreiben eindrucksvoll über ihre langjährige Erfahrung mit den wichtigsten 11 Heilern unter den Pflanzen und deren Qualität. Sie

erklären traditionelle und moderne Anwendungen und geben Tipps zum Anbau im eigenen Garten. Ergänzt werden die Pflanzenportraits durch einzigartige Bilder, die den Geist der Pflanze plastisch werden lassen. Lassen Sie sich verzaubern!

**Die magischen 11
der heilenden Pflanzen**
Verlag Gräfe und Unzer
192 Seiten, 120 Farbfotos
und Zeichnungen
Format: 21,0 x 17,0 cm
ISBN: 978-3-8338-2326-8



Michael Straub,
Leiter des Weleda-
Heilpflanzengartens

APO-TIPP



Mag. pharm. Andrea Moshuber ist Apothekerin und widmet sich seit vielen Jahren der Homöopathie und der anthroposophisch erweiterten Medizin.

Natürlich bei Husten

Die häufigste Ursache von Husten ist eine Erkältung. Der Husten selbst dient dabei der Reinigung der Atemwege. Der Weleda HUSTENSAFT ist eine süß-aromatische Komposition aus neun Heilpflanzen. Er begleitet auf ideale Weise das Hustengeschehen. Der Hustensaft lindert den anfänglich trockenen Hustenreiz und wirkt einer Verkrampfung der Atemmuskulatur entgegen. Außerdem fördert er das Abhusten von zähem Schleim, der sich nach einiger Zeit bildet. Seit mittlerweile 60 Jahren ist der Weleda Hustensaft bei Kindern und Erwachsenen gleichermaßen beliebt. Diesen wohltuenden und wohlschmeckenden Sirup empfehle ich gerne entweder pur oder verdünnt in warmem Tee, wenn eine innerliche Erwärmung bei einer Erkältung erwünscht ist.



Schenken und Verwöhnen zur Weihnachtszeit

Granatapfel, Wildrose, Sanddorn oder das erfrischende Pflegeset für den Mann – mit Weleda Geschenksets liegen Sie bei Ihren Lieben garantiert richtig! Schenken Sie inspirierende Momente mit Granatapfel. Der sinnlich-feminine Duft echter ätherischer Öle aus Sandelholz, Davana und Blutorange verwöhnt die Sinne. Das Geschenkset für IHN mit der angenehm pflegenden Citrus Erfrischungsdusche und der Feuchtigkeitscreme für den Mann lässt nicht nur die Männerhaut aufleben, sondern zaubert so manchem gestressten Weihnachtsmann ein geschmeidiges Lächeln ins Gesicht. **Erhältlich in Drogerien, Drogeriemärkten, Apotheken, Biomärkten und Reformhäusern.**

MEIN FAVORIT

Silvia Krzalic ist seit sieben Jahren im Weleda Kundenservice für die Anliegen unserer Kundinnen da. Insbesondere ist sie für die Betreuung des Außendienstes, das Hebammenservice und die Ärztemusterung verantwortlich.



«Mein absolutes Lieblingsprodukt ist das Granatapfel-Regenerations-Öl. Täglich genieße ich die besondere Verwöhnpflege nach dem Duschen. Meistens verwende ich zum Duschen die Granatapfel Duschlotion. In dieser Kombination wird das Dufterlebnis noch intensiver. Ich liebe den lang anhaltenden, weichen Duft. Das Granatapfel Regenerations-Öl umhüllt mich angenehm wärmend. Meine Haut fühlt sich nach der Ölmassage gesättigt und wunderbar weich an. Es ist der Duft, der meine Sinne beflügelt und meine Seele berührt!»

Weleda von 1921 bis heute



1921 Die Anfänge. Die von Rudolf Steiner und Ita Wegman gegründete „Futurum AG“ übernimmt das von Oskar Schmiedel geleitete Versuchslaboratorium am Schweizer Goetheanum und vereint es mit dem von Apotheker Ernst Heim geleiteten Fabrikationslaboratorium.



1960 Nachwuchs in der Weleda-Produktwelt. Mit dem Calendula-Kinderöl wird 1960 der Grundstein für die erfolgreiche Baby- und Kinderpflegeserie gelegt. Der betriebseigene Anbau der Calendula ist bis heute eine der wichtigsten Kulturen bei Weleda.



1921 Die Geschichte der heutigen Weleda AG beginnt. Nach einem Umzug in den Nachbarort Arlesheim beginnt die Herstellung von Arzneimitteln und Naturkosmetika unter ganzheitlicher Betrachtung von Mensch und Natur.



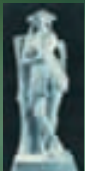
1976 Mitarbeit an den Arzneibuch-Monografien des Homöopathischen Arzneibuchs (HBA). Seit 1976 arbeiten Weleda Mitarbeiter an den HBA mit. Fast alle angeführten mineralischen, wärmebehandelten und rhythmisch behandelten Arzneimittel gehen auf Weleda zurück.



1926 Die Geburtsstunde der heutigen Weleda Österreich. Die Arzneimittel und Naturkosmetika finden weltweit grossen Zuspruch. Neben Auslandsniederlassungen in Frankreich (1924), den Niederlanden und Großbritannien (1925) entsteht 1926 auch die Niederlassung in Wien.



1988 Schonender Umgang mit den Ressourcen. Bereits ab Ende der 80er Jahre setzt Weleda auf Wassereinsparung und die Nutzung von Abwärme durch den Betrieb der Destillationsanlagen im geschlossenen Wasserkreislauf mit Kühlung durch Wärmepumpen.



1928 Umbenennung in Weleda. Am 10. Dezember 1928 wird der Name der keltischen Heilpriesterin Veleda, abgewandelt mit W am Anfang, als neuer Firmenname der Weleda AG ins Handelsregister eingetragen. Rudolf Steiner persönlich entwarf das Logo.



2000 Pionierleistung Nachhaltigkeitsbericht. Als eines der ersten Unternehmen veröffentlicht Weleda einen Nachhaltigkeitsbericht. Ausserdem ist Weleda Gründungsmitglied der vom „World Wildlife Fund“ (WWF) initiierten Arbeitsgruppe „Medizin und Artenschutz“.



1931 Produkte der ersten Stunde. Im ersten Firmenjahrzehnt wurden viele Produktklassiker entwickelt, wie etwa Rosmarin Haarwasser (1922), Aufbaukalk (1924), Birken Elixier (1924), Hautcreme (1926), Coldcream (1926) und Arnika Massageöl (1926).



2006 Eröffnung eines Erlebniszentrums für Besucher und der neuen Tinkturenherstellung. Direkt neben dem Heilpflanzen-garten werden ab sofort jährlich rund 450 verschiedene Tinkturen und Ölauszüge aus Frischpflanzen und getrockneten Kräutern hergestellt.



1950 Ein neues Erscheinungsbild. Jetzt entsteht das typische Erscheinungsbild von Weleda mit der charakteristischen Schrift und der besonderen Farbigkeit der Produkte, entwickelt von dem Künstler Walter Roggenkamp.



2007 NaTrue garantiert Natur- und Bio-Qualität. Weleda und weitere führende Naturkosmetikerhersteller gründen die Interessensgemeinschaft NaTrue mit Sitz in Brüssel, welche Richtlinien für den Gebrauch des Begriffs „Naturkosmetik“ definiert und für Transparenz sorgt.



1955 Aufbaujahre nach dem Krieg. Mit dem Aufschwung in den 50ern und 60ern wird das Sortiment erweitert. Spätere Produkt-Klassiker werden eingeführt, wie Sanddorn-Elixier (1955), Rasiercreme (1960), Lavendel-Bademilch (1961) oder Fußbalsam (1962).



2008 Weleda belegt ersten Platz bei ÖKO TEST. Unabhängige Tests bestätigen: Mit einer Durchschnittsnote von 1,22 schneidet Weleda bei ÖKO TEST am besten ab und belegt den ersten Platz beim Vergleich unterschiedlicher Kosmetikmarken.



1959 Der größte Heilpflanzengarten Europas entsteht. Heilpflanzengärten auf biologisch-dynamischer Grundlage gehören seit der Gründung zur Unternehmenskultur. 1959 entsteht in Schwäbisch Gmünd der neue Heilpflanzengarten, der mittlerweile 23 Hektar umfasst.



2011 Nachhaltigkeit seit 90 Jahren. Heute zählt Weleda zu den renommiertesten Anbietern von Anthroposophischen Arzneimitteln und ist der führende Naturkosmetikerhersteller. Weleda beschäftigt rund 2000 Mitarbeiter weltweit, hinzu kommen Partner in Forschung, Handel und Rohstoff-Anbau.

Weleda feiert Jubiläum

Seit 1921 ist es die Suche nach dem Wesen des Menschen, nach den Quellen seiner Gesundheit, die uns bei Weleda antreibt. Als die holländische Ärztin Ita Wegman (1876-1943) und der Naturwissenschaftler und Philosoph Rudolf Steiner (1861-1925) gemeinsam die Anthroposophische Medizin entwickeln, ist das die Wiege der heutigen Weleda AG.

Ita Wegman eröffnet 1921 im Schweizerischen Arlesheim ein Spital zur Behandlung erkrankter Menschen mit Anthroposophischer Medizin. Ab diesem Zeitpunkt entwickeln Chemiker, Pharmazeuten und Ärzte Arzneimittel und Naturkosmetika, die zum Teil heute noch das Sortiment von Weleda prägen.

Schonender Umgang mit den Ressourcen der Natur war immer Bestandteil der Entwicklung von Produkten. Die Unterstützung der Selbstheilungskräfte des Menschen ist ihr Wirkprinzip. Das gilt seit 90 Jahren.



Gut gepflegt bei Kälte, Eis und Schnee

Gerade erst war es noch sommerlich warm und unsere Haut hat sich wunderbar entspannt angefühlt. Jetzt steht der Winter vor der Türe. Und wir freuen uns auf alles, was er hoffentlich mit sich bringen wird: glitzernden Schnee, zugefrorene Seen, gemütliche Stunden im wohligen warmen Zimmer. Oft reichen schon ein bisschen tiefere Temperaturen und gut geheizte Räume und unsere Haut reagiert trocken und gereizt. Damit es gar nicht soweit kommt, hat Weleda die passenden Pflegeprodukte für die kalte Jahreszeit.

AUTORIN: Daniela Sarafidis-Waiss

Coldcream

Wenn im Winter die Haut ihre Fettproduktion vermindert, ist eine leichte Pflegecreme oft nicht genug. Die nach Rosen duftende Coldcream gehört zu den Klassikern im Weleda-Sortiment. Sie erfreut sich seit über 80 Jahren als tägliche Pflege für die trockene und sehr trockene Gesichtshaut größter Beliebtheit. Der kühlende Wasseranteil sowie reichhaltiges Mandelöl und Bienenwachs bringen den Feuchtigkeits- und Fetthaushalt der Haut wieder ins Lot.

Calendula Wind- und Wetterbalsam

Was Wolle für den Körper, ist der Calendula Wind- und Wetterbalsam für das Gesicht: eine schützende Hülle bei frostigen Temperaturen. Der wasserfreie Balsam mit Bienenwachs und hautverwandtem Wollwachs

wird als reiner Schutz gegen raue Witterung verwendet. Deshalb, am besten ein paar Minuten bevor man ins Freie geht, auftragen, damit der Balsam auch gut einwirken kann. Für kleine und erwachsene Outdoorfans!

Everon® Lippenpflege

Mit natürlichen Rohstoffen wie Jojobaöl, Sheabutter und zart duftendem Rosenwachs beugt Everon® Lippenpflege spröden und brennenden Lippen vor und unterstützt ihre Feuchtigkeitsbalance. Die zarte Haut wird vor dem Austrocknen bewahrt und glänzt samtig weich.

Weleda Citrus Hand- und Nagelcreme

Unsere Hände sind ständig beansprucht und meist sind sie ungeschützt: im Beruf, bei der Hausarbeit, in der Sonne. Jetzt im Winter setzt der Wechsel von Kälte, Wärme und trockener Luft unseren Händen besonders zu. Die erfrischend nach Zitronen duftende Citrus Hand- und Nagelcreme ist die reichhaltigste unter den Weleda Handcremen. Ausgewählte Heilpflanzen-





auszüge aus Stiefmütterchen- und Calendulablüten machen selbst rissige Haut wieder spürbar geschmeidig. Trockene Hände werden samtweich gepflegt, brüchige Nägel geschützt.

Arnika Massageöl

Winterzeit – Wintersportzeit! Aufwärmen vor dem Sport ist wichtig, erst recht wenn die Temperaturen in den Keller gehen. Eine wärmende Massage mit dem Arnika Massageöl mit Pflanzenauszügen aus Arnika-

blüten und Birkenblättern vor dem Sport oder körperlicher Anstrengung schützt vor Verkrampfungen. Nach dem Sport hilft es, die Muskulatur warm und locker zu halten. Damit der Muskelkater keine Chance hat!

Granatapfel Regenerations-Öl

Wenn es draußen stürmt und schneit, als verwöhnende Pflege nach der Dusche oder einem entspannenden Bad: das Granatapfel Regenerations-Öl pflegt die Haut geschmeidig schön. Es enthält wertvolles Granatapfelsamenöl, welches mit seiner antioxidativen Wirkung die Zellenerneuerung anregt und vorzeitiger Hautalterung entgegenwirkt. Die Haut wird intensiv gepflegt, wunderbar glatt und umhüllt mit einem exotisch-sinnlichen Duft. So lassen sich die schönsten Seiten der kalten Jahreszeit in vollen Zügen genießen.



Erste Hilfe bei Verdauungsproblemen

Der Duft von Lebkuchen und Vanillekipferl zieht durch die Stuben. Weihnachtsmärkte locken allorts mit verführerischen Köstlichkeiten. Ein Kekserl hier, ein Schmankerl da und dann zur Krönung der üppige Weihnachtsschmaus und die Silvesterparty.
AUTORIN: Romana Kapusta



Für Kleinkinder bereits ab 2 Jahren anzuwenden

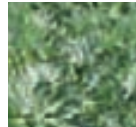


Zu all dem Überfluss an süßen, fettreichen und vitalstoffarmen Nahrungsmitteln gesellt sich in der «stillsten» Zeit des Jahres der vorweihnachtliche Stress. Die Arbeit türmt sich am Schreibtisch, die Weihnachtseinkäufe wollen erledigt werden und man möchte meinen, es ginge «danach» nicht mehr weiter. Wie aber sollen wir all das am besten verdauen?

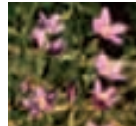
Die Anthroposophische Medizin kann hier helfen! Bei Völlegefühl, Sodbrennen und Übelkeit schaffen die regulierenden **Amara Tropfen** von Weleda Abhilfe. Die besonders ausgewogene Komposition aus 9 Heilpflanzen wie zum Beispiel Wermut, Tausendgüldenkraut und Enzian wirkt durch wertvolle Bitterstoffe anregend auf alle Abschnitte des Verdauungstraktes. Die bewährten Amara Tropfen sind gut verträglich und eignen sich daher ideal für die Selbstmedikation. Beschwerden werden meist schnell gelindert und der Verdauungsprozess harmonisiert.

Gönnen Sie sich Momente der Ruhe, Besinnung und Entspannung und Ihrem Wohlbefinden zur Weihnachtszeit steht nichts mehr im Wege.

Die 9 Heilpflanzen der Weleda Amara-Tropfen helfen der Verdauung auf natürlichem Wege.



Wermut (*Artemisia absinthium*) regt die Abgabe von Galle an die Leber an. Wirkt krampflösend und tonisierend.



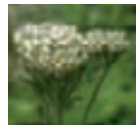
Tausendgüldenkraut (*Centaurium erythraea*) regt die Sekretion aller Verdauungssäfte und den Appetit an.



Wegwarte (*Cichorium intybus*) vermehrt den Gallenfluss und regt die Sekretion anderer Verdauungssäfte an.



Meisterwurz (*Peucedanum ostruthium*) wirkt appetitanregend. Veranlasst den Magen das richtige Maß an Magensaft abzugeben.



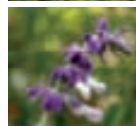
Schafgarbenkraut (*Achillea millefolium*) regt die Verdauungssäfte an, fördert den Appetit und wirkt krampflösend.



Gelber Enzian (*Gentiana lutea*) beschleunigt die Magenentleerung sowie die Motilität des Dünndarms.



Wacholderzweigspitzen (*Juniperus communis*) wirken krampflösend und lindern Blähungen.



Salbeiblätter (*Salvia officinalis*) hemmen entzündliche Vorgänge.



Löwenzahn (*Taraxacum*) regt Appetit und Stoffwechsel an. Er steigert Magensaftsekretion und Gallenfluss.

Gentiana lutea (Gelber Enzian)

Bittere Medizin

Der Gelbe Enzian ist eine typische Gebirgspflanze, die mittlerweile selten anzutreffen ist und daher unter Naturschutz steht. Die Pflanze kann bis zu sechzig Jahre alt werden. Allerdings wächst der Gelbe Enzian auch recht langsam und blüht meistens erst nach zehn Jahren. Er bildet bis zu 1,5 Meter hohe, kräftige und aufrechte Triebe mit großen Blättern.

An diesen Blättern sind die zahlreichen gelben Blüten in mehreren Etagen angeordnet. Die Blüten des Gelben Enzians sind im Vergleich zu anderen Enzian-Arten sehr schlicht. Die Blütezeit reicht von Juni bis August.

Sein botanischer Name *Gentiana lutea* geht auf den illyrischen König Gentis zurück, der heilkundig war und den Enzian gegen die Pest einsetzte.

Die Enzianwurzel, die vor allem Bitterstoffe enthält, wird seit vielen Jahrhunderten ausgegraben und als Heilmittel verwendet. Der Bitterwert beträgt 10.000, das bedeutet, dass selbst eine Verdünnung der Wirkstoffe von 1:10.000 noch bitter schmeckt. Der Gehalt an Gerbstoffen ist dagegen gering. Dies ist für die Anwendung wichtig, denn dadurch entfallen unerwünschte Reizwirkungen.

Die Extrakte aus der Wurzel des Gelben Enzians entfalten ihre Wirkstoffe als Appetitanreger, bei Verdauungsbeschwerden, Völlegefühl und Blähungen. In der Naturheilkunde wird die Enzianwurzel seit jeher bei Erkrankungen, die im Zusammenhang mit Magen-Darm-Beschwerden stehen, empfohlen. Sie ist aber auch

Bestandteil von Magentonika und Magentees oder wird in Kräuterlikören oder zu Schnaps («Enzianschnaps») verarbeitet.

Weleda kultiviert den Gelben Enzian im eigenen biologisch-dynamischen Heilpflanzengarten in Schwäbisch Gmünd (D) und verarbeitet die Enzianwurzel in der Heilmittelherstellung. Sein zuckerhaltiger Wurzelstock wird bis zu sieben Kilo schwer.

Im Weleda Heilmittel «Amara-Tropfen» regt der Gelbe Enzian die Abgabe von Mund- und Bauchspeichel, Magensaft und Galle an.



Die besonderen Herstellverfahren von Weleda

Vor 500 Jahren sagte schon Paracelsus, dass «ein Arzneimittel etwas sei, das die Natur veranlagt hat und der Mensch durch Einsicht zu Ende bringt». Er weist damit einerseits auf den Bezug zur Natur, andererseits auf die Bedeutung der Substanzverwandlung, auf den heutigen «Pharmazeutischen Prozess», hin.


AUTOR: Dr. Jöran Moshuber

Warum ein Arzneimittel überhaupt heilt, hängt mit der Verwandtschaft des Mittels mit dem Menschen zusammen. Charles Darwin hat in seiner Evolutionstheorie eindrücklich die laufende Entwicklung aus gemeinsamen Vorfahren beschrieben. Die uns umgebende Natur hat einen Bezug zu uns Menschen, auch wenn wir dies durch zunehmende Technologisierung immer mehr aus den Augen verlieren.

Aber die Verwandtschaft des Stoffes allein ist zu wenig, um ein Heilmittel zu sein: Um im Menschen als Heilmittel verstanden zu werden, muss der Stoff dem Menschen auch zugänglich gemacht werden, er muss verarbeitet werden. Und hier sind nicht nur klassische Verfahren, wie Lösen, Trocknen oder Zerkleinern gemeint, die den Eintritt des Stoffes in den Körper erleichtern, sondern Verfahren, die das Wesen der Substanz hervorbringen und dem Menschen näher bringen.

Hinter dem Begriff «Substanz» steht *sub* (lat: darunter) und *stare* (lat.: stehen). Es steht also hinter dem Stoff etwas, das durch den Verarbeitungsprozess dem Körper anschaulich oder lesbar gemacht wird, sodass der Körper sich selbst heilen kann. Das Arzneimittel ist das Medium, quasi der Katalysator für die Selbstheilung.

Welche Prozesse sind es nun, die in der Lage sind, im Sinne des oben beschriebenen Substanzbegriffes das Wesentliche aus der Substanz herauszuarbeiten? Es sind dies Prozesse, die keine Substanzänderung im herkömmlichen Sinne – also physikalisch-chemisch – hervorrufen, sondern zu einer Qualitätsänderung der Substanz führen. In der Weleda gehören dazu die Prozesse Potenzieren, Rh-Verfahren, die vegetabilisierten Metalle und die Metallspiegelbereitung.



Aurum naturale -
Gold in seiner natürlichen
Form. Bei Weleda wird
das Edelmetall in einem
speziellen pharmazeutischen
Verfahren für den Einsatz
in Arzneimitteln aufbereitet.

Destillieren, Extrahieren oder Potenzieren:
Erst durch den richtigen Verarbeitungsprozess
werden viele natürliche Rohstoffe, die Weleda
für ihre Produkte verarbeitet, dem Menschen
zugänglich gemacht.

Potenzieren

Potenzieren ist ein rhythmischer Bewegungsprozess, der in abnehmender Konzentration wiederholt durchgeführt wird.

Weleda hat dazu ein eigenes Potenzierverfahren entwickelt, das sich an das klassische Verfahren der Homöopathie anlehnt. In besonderen, nur für diesen Herstellprozess geeigneten Räumen, die ein ruhiges, ungestörtes pharmazeutisches Arbeiten ermöglichen, werden *flüssige Verdünnungen* von speziell geschulten MitarbeiterInnen per Hand rhythmisch zweieinhalb oder vier Minuten lang geschüttelt, um eine Potenz (Verdünnungsstufe) fertig zu stellen. Jede dieser pflanzlichen oder mineralischen Potenzen, sei es eine D1 oder D30, entsteht also durch die Tätigkeit eines Menschen. Die Potenzierarbeit erfordert Geschicklichkeit, Konzentration, innere Stille und Erfahrung. Dabei



Gold hilft heilen

Gold (Aurum) ist einer der ältesten Wirkstoffe in der Medizin. In der Anthroposophischen Medizin spielt Gold durch seinen Bezug zur Sonne und damit zum Licht eine besondere Rolle: Gold gilt als Herzmetall, das besonders gut auf die rhythmischen Prozesse im Körper wirkt. Das Herz schafft bei jedem Herzschlag den Ausgleich zwischen höchster Konzentration und größter Ausdehnung des Blutes.

Vegetabilisierte Metalle: Heilpflanzen wachsen in einer Erde, die mit speziellen Metallzubereitungen gedüngt wurde.

werden zusätzlich Potenzierpausen beachtet. Das bedeutet, potenziert wird nur zu bestimmten Tageszeiten. Und Präparate, die Metalle enthalten, dürfen bei bestimmten Planetenkonstellationen (z.B. Konjunktion) nicht hergestellt werden.

Soll eine *Verreibung* mit Milchzucker, also eine «feste Potenz» erzeugt werden, geschieht das in der Regel mit Hilfe speziell dafür entwickelter Verreibungsmaschinen, die eine manuelle Verreibung möglichst nachahmt. Eine Potenzstufe dauert immerhin eine Stunde, sodass eine D30 dreißig Stunden Verreibungsarbeit bedeutet. Die Verreibungsmaschine ist so konstruiert, dass sie die Pistill-Bewegungen des Pharmazeuten beim Verreiben in einer Reibschale imitiert. Weleda ist eines der wenigen Unternehmen weltweit, das Triturationen auf diese Weise herstellt und in seinem Arzneimittelsortiment anbietet.

Rh-Verfahren

Rh-Verfahren sind Rhythmus-Verfahren (Rh=Rhythmus), die zu einem stabilen nicht-alkoholischen pflanzlichen Arzneimittel führen. Rh-Präparate unterliegen dabei ebenfalls rhythmischen

Bewegungsimpulsen. Neben der Bewegung sind aber auch die Temperatur und die Tageszeit in den rhythmischen Prozess einbezogen.

Bei der Herstellung der Rh-Urtinkturen wird der ausgepresste Pflanzensaft am Morgen und Abend maschinell bewegt. Morgens wird der Presssaft auf 37 °C erwärmt, tagsüber bei dieser Temperatur gehalten, abends auf 4 °C abgekühlt. Auch während der Nacht bleibt der Ansatz bei 4 °C stehen. Dieser Prozess wird einige Wochen fortgeführt, wobei der Saft eine milchsäure Gärung durchläuft. Die Lagerung erfolgt anschließend bei 16 °C. Die während des Prozesses gebildete Milchsäure sorgt für einen haltbaren, wässrigen Heilpflanzenpresssaft. Daraus werden die Rh-Dilutionen mit Wasser für Injektionszwecke, also ohne die Zugabe von Alkohol hergestellt.

Die Präparate werden auch dort eingesetzt, wo es um die Regulierung rhythmischer Prozesse im Organismus geht, etwa bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die Idee dahinter: Der im Arzneimittel eingearbeitete rhythmische Prozess ist neben Inhaltsstoffen Teil des Wirkprinzips des Arzneimittels.



Metallspiegel («metallicum praeparatum»)

«Metallicum praeparatum» bedeutet, dass das Metall so präpariert wird, dass es einen ursprünglichen Zustand, wie es in frühen Entwicklungsstadien der Erde hatte, durchläuft. In der Praxis wird das Metall destilliert. Dazu sind sehr hohe Temperaturen und ein niedriger Druck erforderlich. Der Prozess ist ebenso einmalig, wie zeit- und arbeitsaufwändig.

Durch diesen Prozess wird eine außerordentliche Qualität erreicht: Bei der Bildung des Metallspiegels geht das jeweilige Metall durch einen dampfförmigen Zustand, verjüngt sich und strukturiert sich neu in hochreiner Form. Das anschließend gewonnene «junge Metall» wird mit Milchzucker verrieben und in vielen Fällen weiter potenziert.

Vegetabilisierte Metalle

Der Prozess der Vegetabilisierten Metalle führt dazu, dass Metalle, die in der Therapie der Anthroposophischen Medizin eine zentrale Rolle spielen, vegetabilisiert, d.h. «verlebendigt» werden.

Die Idee dazu stammt von Rudolf Steiner. Heilpflanzen wachsen in mit speziellen Metallzubereitungen gedüngter Erde. Pflanze und Mineral müssen dabei eine Verwandtschaft aufweisen. So nimmt die Pflanze (z.B. Hypericum, das Johanniskraut) das Metall (z.B. Gold) über die Wurzel auf. Das Metall durchläuft dabei quasi einen Homöopathisierungsprozess. Gleichzeitig wird es auf diese Weise lebendiger (vegetabilisiert) und bekommt eine noch spezifischere Metallwirkung.

Die dabei verwendeten Arzneipflanzen werden im biologisch-dynamisch bewirtschafteten Weleda Heilpflanzengarten in Metallsalz gedüngter Erde herangezogen, pikiert und ins Beet gesetzt. Nach der Ernte werden die Pflanzen mit neutralem Kompost vermischt und in einem abgedeckten Tongefäß über den Winter im Freien belassen. Die dabei entstandene Komposterde wird dann einer

nächsten Generation derselben Heilpflanzenart als Düngemittel zugesetzt. Die Pflanzen dieser zweiten Generation werden in gleicher Weise kompostiert und bilden das «Düngemittel» für die letzte und dritte Generation, die dann letztendlich zum eigentlichen Arzneimittel verarbeitet wird.

Erst nach drei Jahren ist das Arzneimittel fertig! Im vorher genannten Beispiel *Hypericum Auro cultum*, ein Präparat, das bei depressiven Verstimmungen Einsatz findet. Gold ist in diesem Präparat durch das Johanniskraut homöopathisiert worden.

.....
Dr. Jöran Moshuber ist seit 2001 Pharmazeutischer Leiter in der Weleda Österreich. Als Mitglied der Geschäftsführung ist er verantwortlich für den Bereich Arzneimittel und fungiert als Schnittstelle zur Anthroposophischen Medizin in Österreich.
.....



Natürlich von Anfang an

Mutter zu werden verändert das Leben einer Frau. Eine ganz besondere Zeit steht bevor: Eigentlich geht das Leben normal weiter und ist doch ganz anders. Viele Empfindungen werden neu und intensiver erlebt, egal ob Freude, Gelassenheit oder Besorgnis. Gerade jetzt sollten auch Kosmetikprodukte höchste Ansprüche erfüllen – und sowohl die Mutter als auch das Baby natürlich pflegen.

AUTORIN: Birgit Schedlbauer

Die Pflegeprodukte der Weleda Schwangerschafts- und Stillzeitserie sind speziell auf die Bedürfnisse in der Schwangerschaft, zur Vorbereitung auf die Geburt und auf die Stillzeit abgestimmt. Die streng kontrollierten und rein natürlichen Inhaltsstoffe sind besonders gut verträglich.

Schwangerschafts-Pflegeöl beugt Dehnungsstreifen vor

Für Haut und Bindegewebe bedeutet die Schwangerschaft eine große Herausforderung. Das Bindegewebe beginnt sich zu lockern, um dem wachsenden Kind genügend Raum zu geben. Mandel-, Jojoba-, Weizenkeimöl und ein Arnikablüten-Ölauszug im Weleda Schwangerschafts-Pflegeöl helfen, die Elastizität der Haut zu verbessern und Dehnungsstreifen vorzubeugen. Das zart nach Rose, Orangenblüten und Myrrhe duftende Öl ist auf den sensiblen Geruchssinn der Schwangeren abgestimmt und verleiht ein wohligh warm einhüllendes Hautgefühl. Die Wirkung ist durch eine derma-

tologische Langzeitstudie bestätigt, die signifikante Verbesserungen der Hautflächen- und Gewebestruktur belegt.

Damm-Massageöl bereitet auf die Geburt vor

Ein Thema, das die meisten Schwangeren beschäftigt, ist ein Dammriss. Regelmäßige Massagen mit dem Weleda Damm-Massageöl, durchgeführt ab der 34. Schwangerschaftswoche, lockern gezielt das Dammgewebe und erhöhen seine Elastizität. Neben mildem Mandelöl und Vitamin E-reichem Weizenkeimöl enthält das Damm-Massageöl ätherisches Muskatellersalbeiöl, welches antiseptisch und entkrampfend wirkt.

Stillöl pflegt und entspannt die Brust

Bereits gegen Ende der Schwangerschaft und mit Beginn der Stillzeit können in der Brust Spannungsgefühle auftreten. Das



Weleda Stillöl pflegt, entspannt und fördert die Durchblutung des Gewebes und die Durchwärmung der Brust. Echte ätherische Öle aus Fenchel, Majoran und Kümmel unterstützen den Milchbildungsprozess.

Stilltee fördert eine harmonische Stillbeziehung

Neben der einzigartigen Zusammensetzung aller Nährstoffe, die das Neugeborene benötigt, macht das Stillen auch die Beziehung von Mutter und Kind intensiv erlebbar. Der Weleda Stilltee ist eine Mischung von Früchten aus kontrolliert biologischem Anbau. Anis,

DERMATOLOGISCHE WIRKUNG BESTÄTIGT

HAUTGLÄTTE

2 MONATE +21 %

4 MONATE +77 %

HAUTELASTIZITÄT

2 MONATE +6 %

4 MONATE +17 %

Beruhigend: Eine dermatologische Langzeitstudie hat die ausgezeichnete Wirksamkeit von Schwangerschafts-Pflegeöl zur Vorbeugung von Dehnungsstreifen und auch bei bestehenden Schwangerschaftsstreifen bestätigt.



Fenchel, Bockshornklee und Kümmel sind seit jeher für ihre milchbildende Wirkung bekannt. Durch die Zitronenverbene schmeckt der Weleda Stilltee angenehm mild und wirkt zudem harmonisierend.

Baby-Bäuchleinöl pflegt und entspannt

Die Verdauungsorgane des Neugeborenen passen sich erst allmählich an die Lebensbedingun-

gen außerhalb des Mutterleibes an. Sanfte Bauchmassagen mit dem Weleda Baby-Bäuchleinöl können Blähungen vorbeugen. Durch die fein abgestimmte Rezeptur von mildem Mandelöl und natürlichen ätherischen Ölen von Majoran, römischer Kamille und Kardamon ist das Öl bestens geeignet, Babys vor unangenehmen Winden zu bewahren.

Weniger ist mehr – gerade in der Schwangerschaft

Die in der Schwangerschaft oftmals sensible Haut sollte mit möglichst wenigen, dafür aber umso hochwertigeren Inhaltsstoffen in Berührung kommen. Die **Mandel Gesichtspflegeserie** von Weleda ist unparfümiert und basiert auf zwei sanften Wirkkomponenten:

- Bio-Mandelöl pflegt und besänftigt die sensible Haut
- Pflaumenkernöl hat rückfettende und heilungsfördernde Eigenschaften – und zudem einen angenehmen Eigenduft nach Marzipan und Mandeln.



Besuchen Sie unser Gewinnspiel auf www.weleda.at und gewinnen Sie im Dezember 2011 und im Jänner 2012 mit etwas Glück eines von 20 Mandel-Gesichtspflegesets für sensible Haut!

Pflanzenöle: Von Natur aus gut

Die pflegende und nährnde Basis aller Öle der Schwangerschafts- und Stillzeitserie bilden reine Pflanzenöle. Gewonnen aus sonnengereiften Samen und Früchten enthalten sie wertvolle Substanzen und versorgen die Haut auch mit «flüssigem Sonnenlicht». Die Pflanzenöle sind reich an essenziellen Fettsäuren und wertvollen Vitaminen. Ein weiterer, vor allem spürbarer Vorteil von Pflanzenölen besteht darin, dass sie die Haut atmen lassen und diese sich dadurch ganz natürlich regenerieren kann. Sie wirken glättend, ergänzen den Fettgehalt trockener und strapazierter Haut und verhindern einen Feuchtigkeitsverlust. Reine Pflanzenöle sind also wie geschaffen für sensible Haut, die sich in «anderen Umständen» befindet.





Just enjoy...

Nienke Kerstholt hat in Holland die Ausbildung zur Weleda Kosmetikerin absolviert und der Zufall führte sie nach Wien. Seit einem Jahr gibt es damit erstmals eine zertifizierte Weleda Kosmetikerin in Österreich. Neben klassischen Weleda-Behandlungen bietet sie auch «Weleda Mami Behandlungen» an.

Weleda Mami Behandlungen

In den 4 Sitzungen der «Weleda Mami Behandlungen» geht Nienke Kerstholt auf die spezifischen Bedürfnisse von werdenden Müttern während der unterschiedlichen Phasen der Schwangerschaft ein. Diese wirken einerseits entspannend für die werdende Mutter und das Baby und andererseits entkrampfend und abschwellend. Alle Behandlungen werden auf einem warmen Wasserkissen durchgeführt und individuell an die aktuellen Bedürfnisse der Schwangeren angepasst.

Session 1 | 1. bis 3. Monat: Im Zentrum der Behandlung stehen die Veränderung der Haut und die ungewohnt neue Spannung im Körper.

Session 2 | 3. bis 6. Monat: In dieser Phase fühlt sich die werdende Mutter meistens herrlich. Erfahrungsgemäß konzentriert sich Nienke Kerstholt auf die Massage von Füßen, Beinen und den nun auch sichtbar wachsenden Bauch und schließt mit einer entspannenden Gesichts- und Kopfmassage ab.

Session 3 | ab dem 6. Monat bis zur Geburt: Der Bauch ist jetzt schon wirklich groß, die werdende Mutter ist eventuell schon sehr angespannt und aufgeregt, weil die Geburt bald bevorsteht. Die «Weleda

Mami Behandlung» konzentriert sich meist auf die Massage der Bauch- und Rückenmuskeln mit Rosenquarzsteinen. Wer bei der Geburt für die ersten Fotos richtig schön sein möchte, gönnt sich zudem eine Kosmetikbehandlung.

Session 4 | ab der 6. Woche bis 3 Monate nach der Geburt: Die Behandlung variiert je nach Ablauf der Geburt. Da die frisch gebackene Mutter oftmals das erste Mal ohne Baby unterwegs ist, kann sowohl die Nervosität als auch die Freude, sich etwas Schönes zu gönnen, überwiegen. Der Fokus der Behandlung liegt auf der Massage vom unteren Rücken, Schultern und Nacken. Diese Bereiche sind durch das Stillen oftmals sehr angespannt. Eine verwöhnende Gesichtsbehandlung darf natürlich nicht fehlen.



SAINT CHARLES
HIDEAWAY
1060 WIEN, GUMPENDORFERSTRASSE 33

Die «Weleda Mami-Behandlungen» sind einzeln oder als «Mamis Quartett» und als Geschenkgutscheine erhältlich. Die Einzelbehandlungen dauern je 90 Minuten.
SAINT CHARLES Hideaway, Gumpendorferstraße 33, 1060 Wien,
Tel.: +43 676 586 13 67, hideaway@saintcharles.at, www.saint.info



Zufahrt zur SEKEM-Farm
auf dem Sinai

SEKEM Österreich: Begegnung von Orient und Okzident

Im Jahre 1977 erwirbt Dr. Ibrahim Abouleish nordöstlich von Kairo siebzig Hektar Wüstenboden, auf dem er fernab festgefahrener Traditionen etwas ganz Neues schafft. Sekem Österreich unterstützt seit 2004 das mit dem Alternativen Nobelpreis ausgezeichnete ägyptische Entwicklungsprojekt. AUTOR: Dr. Hermann Becke

Ibrahim Abouleish nennt seine Initiative «SEKEM», was altägyptisch «Lebenskraft» bedeutet, und er beginnt, die Wüste nach dem Prinzip der biologisch-dynamischen Landwirtschaft in Kulturlandschaft zu verwandeln. Seit den frühen Anfängen wurde SEKEM dabei von europäischen Freunden unterstützt, vor allem von den deutschen SEKEM-Freunden. Inzwischen gibt es außer in Deutschland SEKEM-Fördervereine auch in Skandinavien, in den Niederlanden, in der Schweiz und seit 2004 in Österreich. Sie alle unterstützen ideell und materiell die grundlegenden Ziele SEKEMs, die in der gemeinsamen Vereinsbroschüre so zusammengefasst sind:

- biodynamische Landwirtschaft in Ägypten einführen und weiterentwickeln
- Gesundheit und Entwicklung der Erde und ihrer Bewohner fördern



SEKEM ist eine ganzheitliche Entwicklungsinitiative, in der wirtschaftliche, kulturelle und soziale Prozesse sich gegenseitig durchdringen, um eine gesunde gesellschaftliche Entwicklung zu fördern. SEKEM ist ein Modell für eine sozial- und kulturfördernde Initiative, in der Ökologie und kommerzieller Erfolg mit sozialer und kultureller Entwicklung Hand in Hand gehen. Rund 2000 MitarbeiterInnen produzieren, verarbeiten und vermarkten derzeit biodynamische Lebensmittel, Textilien und pflanzliche Arzneimittel in Ägypten. Aus den Umsätzen wird die SEKEM-Stiftung finanziert. Weltweite Anerkennung fand SEKEM als ein Gesellschaftsmodell des 21. Jahrhunderts durch die Verleihung des Right Livelihood Award 2003 / Alternativer Nobelpreis. www.sekem.com

- wirtschaftliche, soziale und kulturelle Aktivitäten kooperativ verbinden
- zuverlässiges, faires und ethisches Wirtschaften garantieren
- traditionelle Weisheit mit einem modernen Menschenbild kombinieren
- Entwicklung aller Mitarbeiter zum Heil des Ganzen fördern
- mit Bildung und Fortbildung innere und berufliche Entwicklung initiieren
- das friedliche Zusammenleben aller Kulturen und Religionen vorleben

Die Vision Ibrahim Abouleishs, in die Wüste zu gehen, um etwas Neues zu erschaffen, kann auch in Mitteleuropa als kraftvolle Metapher dienen. Innere Leere, Orientierungslosigkeit, Fremdenfeindlichkeit sind die Merkmale der seelischen Wüste, die es im «modernen Westen» zu begrünen gilt.

Der österreichische gemeinnützige «Verein zur Förderung des SEKEM-Impulses in Ägypten und Österreich» unterstützt deshalb nicht nur SEKEM mit Spenden, Spezialisten (z.B. Ärzten und Musikern) und Öffentlichkeitsarbeit, sondern will darüber hinaus ein «Stück SEKEM» nach Österreich bringen. Beispiele der letzten Zeit sind ein jährliches Wirtschaftsprjekt mit SchülerInnen der Grazer Waldorfschule mit dem Namen OASE oder die Unterstützung der Gemeinwohlökonomie – hier wissen wir uns übrigens auch mit Weleda Österreich verbunden.

Zum besseren Verständnis von SEKEMs entscheidendem Gründungsimpuls folgende Information: SEKEM produziert und verarbeitet mit seinen rund 2000 MitarbeiterInnen biologische und biodynamische Lebensmittel, Textilien und pflanzliche Arzneimittel. Mit einem Mindestanteil von 10% ihrer Gewinne finanzieren die SEKEM-Firmen die Aktivitäten der SEKEM-Stiftung für Entwicklung (SDF), die Kindergarten, Schulen, ein medizinisches Zentrum und eine Forschungsakademie betreibt.

Der politische Umbruch in Ägypten bedeutet nicht nur die Hoffnung auf eine neue und positive Entwicklung, sondern derzeit auch große wirtschaftliche Schwierigkeiten. Die SEKEM-Firmen haben markante Umsatzeinbußen und damit Schwierigkeiten, in dieser Übergangsphase die notwendigen Mittel für die pädagogischen, kulturellen und medizinischen Einrichtungen aufzubringen.

Und hier wollen die europäischen SEKEM-Vereine helfen. Sie haben ihr Vorgehen koordiniert und sammeln Spenden, um SEKEM in dieser schwierigen Übergangszeit materiell zu unterstützen. SEKEM-Österreich hat nicht nur



Am 26. Sept. 2011 sprach Dr. Ibrahim Abouleish bei einer Veranstaltung von Bio-Austria im Wiener Museumsquartier zum Thema «SEKEM-Nachhaltige Entwicklung in Ägypten». v.l.n.r.: Gerald Kaufmann (Weleda Österreich), Dr. Hermann Becke (SEKEM Österreich) und Dr. Ibrahim Abouleish. (Foto: BIO AUSTRIA/Jan Gott)



Spatenstich Feier für die Sinaifarm im März 2008



Eurythmie zu einem Rumi-Text im Rahmen einer Donnerstagfeier für die SEKEM-MitarbeiterInnen, April 2011

seine allgemeinen Spendenziele auf www.sekemoesterreich.at

publiziert, sondern will in den Jahren 2011 und 2012 speziell die SEKEM-School finanziell unterstützen.

Wir sind allen sehr dankbar, die bereits großzügig Spenden an uns überwiesen haben, und freuen uns auch, dass WELEDA-Österreich unsere Arbeit als förderndes Vereinsmitglied unterstützt. Dennoch fehlen uns noch knapp € 50.000,-, damit wir die gesamten Personalkosten der SEKEM-School für ein Jahr aufbringen können. Daher unsere Einladung und Bitte: Unterstützen Sie uns und damit SEKEM – sei es durch Vereinsbeitritt (derzeit haben wir über 300 Mitglieder und Interessenten in ganz Österreich) oder durch eine einmalige Spende – alle Informationen finden sich auf der Homepage. Gerne stehen wir auch für Auskünfte und für Anregungen zur Verfügung – helfen wir gemeinsam einer wunderbaren Initiative und tragen wir damit Wichtiges zum Ost-West-Verständnis bei!



**Kontakt: SEKEM Österreich
Gemeinnütziger Verein zur
Förderung des SEKEM-Impulses
in Ägypten und Österreich
Katzianergasse 12, A-8010 Graz
Tel./Fax: +43(0)316 83 76 56
Mobil: +43(0)664 461 80 83
www.sekemoesterreich.at**

**Spendenkonto:
Bank für Kärnten und Steiermark
BLZ: 17 000, Kto.: 181 000 341
IBAN: AT171700000181000341
BIC: BFKKAT2K**

Spenden an den österreichischen Verein sind steuerlich absetzbar.

**Dr. Hermann Becke,
geb.1944, Mitbegründer und
derzeitiger Obmann von
SEKEM-Österreich**

BUCHHANDLUNG
ANTHROPOLOGIE
 „zum gläsernen Dach“
 TEL. 523 83 97
 1070, BURGSTRASSE 40

Frau Iwin's Buchtipps

aus der Buchhandlung für Anthroposophie
 «zum gläsernen Dach»

Felix Nadelfein - Erzählt von Cordelia Böttcher, Bilder von Peer Rugland. Verlag Urachhaus, Neuauflage 2011, 32 Seiten, ab 5 Jahren, € 16,-, ISBN 978-3-87838-180-8. Der Schneidergeselle Felix Nadelfein, Sohn von Schneidermeister Melchior Nadelfein, begibt sich auf eine weite Reise in ferne Länder und lernt so fremde Gebräuche und Sitten kennen. Ein Bilderbuch-Klassiker, der eine einfühlsame Geschichte mit wunderbaren Bildern verbindet (Peer Rugland ist das Pseudonym des bekannten Malers Walter Roggenkamp, der auch viele Weleda-Kalender illustriert hat).



Weihnachtsrosen - Geschichten im Advent. ÅSNANS Förlag, 128 Seiten, ab 7 Jahren, € 18,40, ISBN

91-971692-4-2. In dunkelblauer Schrift, auf zart grau-blauem Papier erwartet uns ein Schatz von Märchen und Legenden, zusammengetragen von den Brüdern Grimm, Georg

Dreißig, Selma Lagerlöf, Jakob Streit u.v.a ... Auch die berührende Geschichte von dem Troll, der Mensch werden wollte (als Bilderbuch leider vergriffen) findet sich in diesem wunderschön gestalteten Buch. Eine Freude für Jung und Alt!



Rudolf Steiner - Anweisungen für eine esoterische Schulung. Rudolf Steiner Verlag, 176 Seiten, € 18,50, ISBN 978-3-7274-5515-5. Dieser Band enthält nicht nur Anregungen zum Meditieren - wie der Titel vermuten lässt - sondern auch eine Reihe von praktischen Übungen, die helfen, unser Denken, Fühlen und Wollen ins Gleichgewicht zu bringen.

klein und gesund! ...

weil es kl.u.g ist, Gesundheit von Anfang an zu leben.

Gitti Köstlich, Gustav Cool und Felix Fit sind kl.u.g.e Köpfcchen und haben eine wichtige Nachricht für alle Kleinen,

Die neue Kindergesundheitsinitiative von Weleda Partner GGF

die groß und gesund werden möchten: Gesundheit und gesunder Genuss lässt sich schon von klein auf erleben und prägt sich ein. Macht mit euren Eltern mit im klein

und gesund!-Club und kehren wir gemeinsam die alarmierenden Zahlen über die Entwicklung der Kindergesundheit in Österreich um. Kl.u.g.es Wissen und Tun für die ganze Familie in den Bereichen Ernährung, Bewegung und seelische Gesundheit erwartet euch.

Informationen über kl.u.g.e Angebote und Vorteile im kl.u.g.en Club: GGF Österreichische Gesellschaft für Gesundheitsförderung Tel.: 01/967 66 50, www.kleinandgesund.at



Äußere Anwendungen der Anthroposophisch erweiterten Therapie und Pflege

- Weiterbildung nach GuKG § 64
- anerkannt durch GuK-WV
- ab September 2012
- mehr unter: www.4sanum.at



- Dr. Christian Kellner
- Margit Klemmer DGKS
- Norbert Reininger LbHM
- Ulrike Schreiner DGKS

Flower Power

Die 1968er-Hippiebewegung ist auch die Geburtsstunde der Weleda Calendula Baby- und Kinderpflegelinie. Das Calendula-Kinderöl (heute: Calendula Pflegeöl mit zartem Duft) kam zwar bereits 1960 auf den Markt, viele Produkte der heute umfassenden Babylinie wurden aber Ende der 1960er und Anfang der 1970er-Jahre entwickelt.

Gut geschützt bei Regen, Wind und Schnee

Eines der beliebtesten Produkte der Baby- und Kinderpflegelinie ist der Calendula Wind- und Weterbalsam. Er ist ein unverzichtbarer Begleiter bei Kälte und rauer Witterung, da er wasserfrei ist und somit keine Bestandteile, die auf der Haut kühlen oder gar gefrieren könnten, enthält. Reines Bie-

nenwachs und hautverwandtes Wollwachs bilden eine natürliche Schutzbarriere vor Regen, Wind und Schnee, ohne die Hautatmung zu beeinträchtigen. Kostbares Mandelöl pflegt auch trockene Haut und macht sie spürbar geschmeidiger. **BS**



Idealer Schutz
für die ganze
Familie

Warum ausgerechnet Calendula?

Warum in den Weleda Baby- und Kinderpflegeprodukten ein Calendula-Heilpflanzenauszug enthalten ist? Die Eigenschaften der Calendula sind wie geschaffen für sich entwickelnde Kinderhaut. Calendulablüten, frühmorgens geerntet, beinhalten ein Höchstmaß an vitalen, wertvollen Substanzen, die der Haut besonders während intensiver Entwicklungsphasen zugute kommen. Die Calendula besitzt ordnende Kräfte und ist für ihre hautberuhigende Wirkung bekannt. Sie ist daher ideal geeignet für zarte Babyhaut und Menschen mit empfindlicher Haut.



IMPRESSUM

Weleda Nachrichten, Winter 2011

Herausgeber:

Weleda Ges.m.b.H. & Co.KG,
Hosnedlgasse 27, 1220 Wien,
Tel: 01 256 60 60, Fax: 01 259 42 04.

Adressänderungen:

redaktion@weleda.at, www.weleda.at.

Redaktion: Birgit Schedlbauer
(Leitung), Silvia Holzgruber-Riess,
Romana Kapusta, Daniela Sarafidis-
Waiss.

Gestaltung: Ad-Ventures Werbe-
agentur GmbH, 8051 Graz.

Druck: Stiepan & Partner Druck GmbH,
2544 Leobersdorf.

Für den Inhalt der Artikel sind die
AutorInnen verantwortlich.
Die Weleda Nachrichten werden auf
Recyclingpapier gedruckt. Dieses ist zu
100 Prozent aus Altpapier hergestellt.

Gratis-Abonnement (drei- bis viermal jährlich kostenlos)

Sie oder Ihre Freunde
möchten WELEDA
NACHRICHTEN regel-
mäßig lesen?
Dann ist es höchste
Zeit für ein Gratis-
Abonnement! Ganz
einfach bestellen unter
www.weleda.at

Ich möchte ab sofort ein Gratis-Abonnement der
WELEDA NACHRICHTEN zugeschickt bekommen.

Bitte senden Sie mir kostenlos den monatlich
erscheinenden WELEDA E-Mail-NEWSLETTER.
Der Newsletter kann jederzeit wieder abbestellt werden.

E-Mail:

Frau Herr

Vorname:

Name:

Straße, Hausnummer:

Postleitzahl, Ort:

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen und einsenden an: WELEDA Ges.m.b.H & Co.KG, Hosnedlgasse 27, 1220 Wien. Wir speichern und nutzen Ihre Daten nur für eigene Werbezwecke. Wir werden Ihre Daten gemäß dem Datenschutzgesetz vertraulich behandeln und nicht an Dritte weiterleiten. Sie können jederzeit telefonisch oder per Post Ihr Abonnement kündigen und der Verwendung Ihrer Daten widersprechen.





WELEDA

90 Jahre

Im Einklang
mit Mensch und
Natur



**Zeitlose Schönheit
für Gesicht und Körper.**