Heilpflanzen Rezepte Erfahrungen

Die Kraft der Kräuter

KRÄUTER SCHULTE®
QUALITÄT SEIT 50 JAHREN

Magazin
2026

alpha GEM

VOM BAUM
IN DIE FLASCHE

DIE GRÖSSTE AUSWAHL AN GEMMOTHERAPIE

59 Einzelknospen und 42 sorgfältig formulierte Komplexmittel.

FRISCHE UND VON HAND GEERNTETE KNOSPEN

für beste Wirksamkeit und Qualität.

REINE GEMMOTHERAPIE-MUTTERMAZERATE

keine Verdünnungen, für maximale Pflanzenheilkraft.

MIT GEMMOTHERAPIE ANGEREICHERTE PRODUKTE

von entgiftenden Birkensäften über natürliche Kosmetik bis zu wohltuen den Sirupe.

TRANSPARENZ DER SIE VERTRAUEN KÖNNEN

unabhängige Laborresultate und vollständige Rückverfolgbarkeit jedes Produktes.

WIR ERNTEN FÜR IHR WOHLBEFINDEN

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

mit diesem Magazin möchten wir Sie einladen, mehr über unsere Kräuter der Welt zu erfahren – mit all ihren Düften, Farben, Aromen, Anwendungen, Wirkungen, Geschichten und auch manchen Herausforderungen. Es ist eine Welt, die uns seit unserer Kindheit fasziniert und bis heute unser Leben beruflich wie privat ausmacht.

Unsere Tausende von Kräutern, Wurzeln, Blüten, Knospen, Tinkturen, Ölen und Tees sind für uns weit mehr als nur Produkte. Gemeinsam mit unserem großartigen Team ist es heute unsere Mission, den Menschen auch in Zukunft den Zugang zu wertvollen und oft kaum kommerziell genutzten Pflanzen zu sichern. Respekt und Leidenschaft für Qualität, Achtsamkeit mit den natürlichen Ressourcen und das Verknüpfen von altem Wissen mit moderner seriöser Wissenschaft, sind dabei Grundlage unseres unternehmerischen Handelns.

In dieser ersten Ausgabe erwarten Sie verschiedene Facetten dieser Kräuterwelt: Wir stellen zum Beispiel altbewährte Heilkräuter wie Schafgarbe und Johanniskraut vor, geben Ihnen ein paar Tipps zum Tinkturen selbst herstellen und erklären, was Gemmotherapie so besonders macht. Sie finden Tipps aus der Naturheilpraxis, Rezepte für die gesunde Küche und auch Impulse für mehr Achtsamkeit im Alltag.

Uns war es ein Anliegen, ein kurzweiliges Magazin zu gestalten, das ein wenig über unser Unternehmen erzählt, ein bisschen informiert und hoffentlich auch zum Vertiefen, Nachlesen und Ausprobieren inspiriert.

Da wir auch nur „ein Teil vom Ganzen" sind und uns eine Vielzahl von unglaublich engagierten, passionierten und tolle Arbeit leistenden Menschen umgibt, freuen wir uns sehr, dass ein paar unserer Partner sich und ihre herausragenden Produkte in diesem Magazin vorstellen und präsentieren.

Ein herzlicher Dank gilt allen, die dieses Heft möglich gemacht haben – ob im Team, als Geschäftspartner oder als treue Kundin und Kunde. Ihre Begeisterung und Ihr Vertrauen sind für uns täglicher Antrieb.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen.

Herzliche Grüße

Ralf und Till Loeper

Kräuter Schulte GmbH

Jubiläum

50 Jahre Kräuter Schulte: Eine Erfolgsgeschichte zwischen Tradition und neuen Impulsen.. 6

Heilpflanzen & Naturapotheke

Steckbrief: Das Johanniskraut 10

Steckbrief: Die Schafgarbe 11

7 Top-Tipps bei Alltagsbeschwerden von Heilpraktikerin Melanie Jehnes 12

Was bedeutet eigentlich „Novel Food“? 14

Kräutererkundung: Natur und Kräuter erleben 16

Heilpflanzen aus christlicher Sicht 27

auranutrition: Natürliche Hilfe inspiriert aus der Tradionellen Chinesischen Medizin 31

Wildkräuter und Heilpflanzen online kennenlernen – geht das? 33

Natürliche Heilung für Tierhaut – Wie eine Forscherin die Tiergesundheit revolutioniert 36

Anwendung & Praxis

Oshadhi: Seit über 35 Jahren Begeisterung für die Natur 15

Tinkturenherstellung: Wertvolle Kräuter in Tropfenform 18

Interview mit Manuel Hita Cortes – Gründer von alphaGEM 20

Wellness-Massagen und ätherische Öle – Für tiefes Wohlbefinden und innere Balance 22

Echte Naturkosmetik von Maienfelser 23

Die richtige Zubereitung von Tees – Temperatur, Ziehzeit & Abdecken 24

Hautwohl: Aus einer Idee auf einem Biobauernhof wurde eine Bewegung 31

Ernährung & Gesundheit

´s Fachl Karlsruhe: ein Marktplatz für Kreatives, Regionales und Handgemachtes 17

Rotherma Gaggenau: Alles, was Körper und Seele gut tut 26

Rezept: Rauchsalz-Blumenkohl aus dem Ofen 28

Vorbeugen statt behandeln – Die Kraft der Gewürze 30

Ballaststoffe – Das unterschätzte Multitalent für unser Wohlbefinden 32

Für Sie unsere Highlights – Wärmende Genussmomente mit der Kraft der Natur 34

Aimilios Organics – Bio-Produkte aus einer Familie zwischen Prespa & Deutschland 38

Mitmachen & Gewinnen

Kreuzworträtsel mit Gewinnspiel – Fachfragen rund um Kräuter 39

Impressum

Herausgeber
Ralf Loeper, Till Loeper
Kräuter Schulte Aktiv Kräuter Drogerie GmbH

Redaktion und Produktion
Verlag für Technik und Handwerk
neue Medien GmbH
Bertha-Benz-Straße 7, D-76532 Baden-Baden
magazin@vth.de
Eric Scharfenort (V.i.S.d.P.), Nameera Nazeer
Gestaltung: Marat Abdulmanov,
Rahel Gajete Gonzalez

Anzeigen
Susanne Peter, Gabriele Preis, Sidney Wollensack
07221/508751, magazin@vth.de

Druck
www.wir-machen-druck.de

©2025 Alle Rechte für Idee, Gestaltung, Texte, Fotos bei Verlag für Technik und Handwerk neue Medien GmbH. Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit Genehmigung der Redaktion.

50 Jahre Kräuter Schulte

Eine Erfolgeschichte zwischen Tradition und neuen Impulsen

Seit 1975 steht Kräuter Schulte für höchste Qualität, wenn es um naturreine Heilkräuter, Gewürze und Naturprodukte geht. Was als klassische, kleine Drogerie im Herzen der Gernsbacher Altstadt begann, hat sich inzwischen zu einem Kräuter-Fachhändler mit über 3.000 Produkten und einem deutschland- und europaweiten Kundenkreis entwickelt – darunter Apotheken, Heilpraktiker und Kräuterliebhaber.

Doch hinter diesem Erfolg steckt weit mehr als nur Tradition. Mit der Übernahme durch die Brüder Ralf und Till Loeper im Jahr 2022 kamen neue Impulse in den Kräuterhandel: Die Qualitätskontrolle, Rückverfolgbarkeit, sorgfältige Handarbeit und das breite Sortiment wurde weiter verstärkt. Neue Kräutertees und Gewürzmischungen wurden kreiert und neu präsentiert. Auch in das Ladengeschäft vor Ort wurde mehr Aufmerksamkeit gesteckt und zeigt sich seitdem in neuem Licht.

Hinter den Kulissen ist seitdem auch viel passiert, das der Besucher nicht umgehend bemerkt. Immer mehr rechtliche Anforderungen müssen formell und praktisch umgesetzt werden, neue qualifizierte Produzenten und Bezugsquellen müssen gefunden werden, da es durch veränderte Wetterbedingungen in den Anbaugebieten und Turbulenzen in den Lieferketten zu immer mehr Ausfällen kommt. Auch die Qualifikation unserer Mit-

arbeiter ist uns sehr wichtig, um den Kunden eine professionelle Beratung zu bieten. Mittlerweile umfasst unser Team ausgebildete Drogist:innen, PTAs, Kräuterkundige der heimischen Kräuterwelt sowie der TCM, einen Diplom-Biologen und Geoökologen.

Ein komplettes Qualitätsmanagementsystem wurde von den Brüdern eingeführt, das eine lückenlose Raumklima- und Befallskontrolle einschließt. Auch wurde die komplette Betriebssoftware, nahezu alle Betriebsprozesse, sowie der Webshop erneuert und den aktuellen Anforderungen angepasst.

Hier wurde also trotz der schwierigen Zeiten kräftig investiert. Wohl auch ein wichtiger Grund, warum der Betrieb die vielen Herausforderungen der letzten Jahre erfolgreich gemeistert hat.

Der Generationswechsel: Bewahren und behutsam erneuern

Der Übergang eines Traditionsunternehmens in neue Hände ist immer eine Herausforderung – emotional und unternehmerisch. Die Brüder Loeper berichten: „Der Generationswechsel war eine sehr intensive Phase. Wichtig war uns, die bewährte Qualität und das vertraute Team zu bewahren und gleichzeitig behutsam zu erneuern." Transparenz, Vertrauen und Offenheit prägten diesen Prozess.

Alle Mitarbeitenden wurden übernommen und ihre individuellen Stärken gezielt gefördert. Das Team gilt als das Fundament für den Erfolg und die langjährige Qualität von Kräuter Schulte. In einer Zeit großer Herausforderungen, wie Lieferengpässen, extremen Preissteigerungen im Einkauf und einer sich generell wandelnden Einkaufssituation, bewies sich eine hohe Flexibilität und dennoch auf hohe Qualität ausgerichtete Haltung als richtig. Erleichtert und auch stolz ist das gesamte Team, zusammen diese schwierige Zeit, inmitten Corona-Pandemie und Inflation, gemeistert zu haben.

Ein Sortiment, das seinesgleichen sucht

Heute ist das Unternehmen mit dem tausende Kräuterprodukte umfassenden und umfangreichen Kundenkreis eine feste Größe der Branche.

Das Sortiment reicht von hochwertigen Kräutertinkturen, über naturreine und getrocknete Kräuter, Wurzeln, Blüten, Samen und Blättern – soweit verfügbar in BIO Qualität, für unterschiedlichste Anwendungen – Naturkosmetik, Räucherwerk, ätherische Öle und vieles mehr.

Gewürzmischungen, Teemischungen, Tinkturen werden direkt im Gernsbacher Betrieb von Hand in kleinen Chargen aus den geprüften Rohstoffen und streng nach Rezeptur hergestellt und abgefüllt. Hier wird also tatsächlich noch alles vor Ort gefertigt – vom eigenen Personal. Nur die Zutaten kommen teilweise aus den entferntesten Orten der Welt – je nach ihren klimatischen Erfordernissen. Doch soweit möglich, wird auf regionale Herkunft zurückgegriffen.

Foto: Wirtschaftsförderung Gernsbach

Apotheker, Heilpraktiker oder Bezug für den eigenen Gebrauch – für alle Kunden ist das Vertrauen in die geprüfte Qualität, für viele die persönlich fundierte Beratung das, was sie bei Kräuter Schulte schätzen. Viele, sehr besondere und seltene Kräuter sind sonst auch einfach gar nicht zu finden, jedenfalls nicht in geprüfter Qualität.

Auch gerade Hersteller von Kosmetik und Kräuterprodukten erfreuen sich über die Dienstleistung der Gernsbacher Firma, besondere Kräuter auch individuell auf Anfrage zu beschaffen. Ihr riesiges weltweites Netzwerk an Produzenten und Lieferanten führt hier oft zum Erfolg.

Aktuell sorgen 20 Teammitglieder in Gernsbach und im Onlinebereich für einen persönlichen und kompetenten Service.

Ein Ort mit Duft, Tiefe und Geschichte

Das Ladengeschäft in Gernsbach verzaubert mit einer Atmosphäre voller Aromen und Farben. Der größte Teil des Sortiments, der anderswo in dieser Vielfalt kaum zu finden ist, lagert jedoch hinter der Verkaufsfläche in den ca. 300 m^2 großen Lagerräumen. Wenn ein Kunde den Laden betritt und nach einem etwas ausgefalleneren Kraut verlangt, wird dies vom Personal oft direkt für ihn vor Ort und in gewünschter Menge abgefüllt.

Blick in die Zukunft: Regional, nachhaltig, menschlich

Kräuter Schulte hat eine klare Vision: Das Unternehmen nachhaltig sichern, die Qualität der Produkte und der Beratung und Dienstleistung bewahren. Dabei geht es nicht nur um wirtschaftlichen Erfolg, sondern ebenso darum, den Kunden den Bezug auch seltener Kräuter weiterhin zu ermöglichen, sowie die Lebensqualität der Mitarbeitenden und die natürlichen Ressourcen zu erhalten.

Der Betrieb setzt daher auf langfristige Geschäftsbeziehungen, ehrliche Produkte und eine nachhaltige Unternehmensführung. Ihr Ziel ist, die Kraft und Vielfalt der Kräuter für möglichst viele Menschen zugänglich und erlebbar zu machen.

Steckbrief Das Johanniskraut

Name und Zugehörigkeit:

Synonyme: *Tüpfelhartheu, Walpurgiskraut, Sonnwendkraut, Herrgottsblut, Hexenkraut*
Botanischer Name: *Hypericum perforatum L.*
Familie: *Hypericaceae*

Pflanzenporträt:

Charakteristisch für das Johanniskraut sind die gelben Blüten mit den dunklen Hypericin-Speicherzellen und durchscheinenden Öldrüsen, sowie der blutrote Pflanzensaft, der ihm den Namen „Herrgottsblut" einbrachte. Es hat seinen Namen vom Johannistag, um den herum es traditionell seine größte Heilkraft entfaltet. Das Kraut ist zwar als pflanzliches Arzneimittel zugelassen, sollte jedoch mit Vorsicht und nach ärztlicher Absprache verwendet werden, da Interaktionen mit anderen Medikamenten möglich sind. Das Kraut wirkt entzündungshemmend, antiviral und stimmungsaufhellend.

Vorkommen: Europa, Westasien und Nordafrika

Verwendeter Pflanzenteil: zur Blüte geerntete Zweigspitzen

Inhaltsstoffe: Hypericine, Hyperforine, ätherische Öle, Flavonoide (Hyperosid und Rutin), Gerbstoffe und antibiotisch wirksame Stoffe

Anwendung nach Standardzulassung:

- Innerlich: Bei leichten Depressionen, nervöser Unruhe, Erschöpfungszustände, leichte Magen-Darm-Beschwerden
- Äußerlich: Zur Wundheilung und bei Hautreizungen
- Verwendung auch als antimikrobielles Mittel

Zubereitung:

- Innerlich als Tee (je nach Dosierung apothekenpflichtig)
- Äußerlich als Öl Mazerat (in Olivenöl/Weizenkeimöl)

Hinweis:

Achtung bei Lichtempfindlichkeit! Fachliche Beratung empfohlen bei Schwangerschaft, Stillzeit, Kindern oder bekannten Allergien.

Steckbrief Die Schafgarbe

Name und Zugehörigkeit:

Synonyme: *Achilleskraut, Feldgarbenkraut, Jungfrauenkraut, Bauchwehkraut*
Botanischer Name: *Achillea millefolium L.*
Familie: *Asteraceae*

Pflanzenporträt:

Die gemeine Schafgarbe ist ein traditionelles Heilkraut, deren heilende Wirkung mittlerweile auch in vielen Studien wissenschaftlich belegt wurde. Für dieses Kraut gibt es daher auch eine Standardzulassung für freiverkäufliche Arzneimittel. Sie hat laut Standardzulassung eine entzündungshemmende, krampflösende und verdauungsfördernde Wirkung. Ein sehr wichtiges Kraut in der Frauenheilkunde.

Vorkommen: Europa, Nordasien und Nordamerika

Verwendeter Pflanzenteil: Blüte mit Kraut

Inhaltsstoffe: >1 % ätherisches Öl, Flavonoide, phenolische Säuren, Gerbstoffe, Triterpene und weitere sekundäre Pflanzenstoffe

Anwendung nach Standardzulassung:

- Leichte, krampfartige Magen-Darm-Beschwerden
- Appetitlosigkeit (zur Anregung des Appetits)
- Zur Anregung der Gallenfunktion
- Unterleibskrämpfen bei der Frau (symptomatische Behandlung leichter Krämpfe während der Menstruation)

Zubereitung:

- Innerlich als Tee
- Äußerlich als Sitzbad (bei Unterleibsbeschwerden)

Hinweis:

Nicht ohne Rücksprache anwenden bei Schwangerschaft, Stillzeit, Kindern oder bekannter Allergieneigung.

Quellen: Frauenheilpflanzen (Heide Fischer, Herbig Verlag), Gesund durch Kräutertee (P. A. Zizmann), Lehrbuch Heilpflanzenkunde, (U.Bühring, Haug), Heilpflanzen für Kopf und Seele (N. & E. Perry; Haupt Verlag), Heilpflanzen Praxis heute (S. Bäumler, Elsevier Urban Fischer)

7 Top-Tipps bei Alltagsbeschwerden von Heilpraktikerin Melanie Jehnes

Melanie Jehnes, Heilpraktikerin und Sporttherapeutin mit über zehn Jahren Berufserfahrung im Murgtal, vereint in ihrer Arbeit fundiertes Fachwissen mit einem ganzheitlichen Ansatz für Gesundheit und Wohlbefinden. Ihre Schwerpunkte liegen in der Frauenheilkunde, Akupunktur, Naturheilkunde nach den Prinzipien der Traditionellen Europäischen und Chinesischen Medizin (TEM und TCM), Apitherapie sowie der Biochemie nach Dr. Schüßler. Aus ihrer langjährigen Praxis teilt sie sieben bewährte Tipps gegen häufige Alltagsbeschwerden:

1. Thymian – die natürliche Hilfe bei Erkältung

Wenn die Erkältungssaison beginnt, empfiehlt sie besonders die altbewährte Heilpflanze: Thymian. Seine ätherischen Öle wirken antibakteriell, entzündungshemmend und schleimlösend – ideal bei Husten, Bronchitis oder einem kratzenden Hals. Besonders wirksam ist Thymiantee mit Honig – am besten mit einem Holzlöffel eingerührt und langsam getrunken. Auch Inhalationen oder Waschungen mit Thymiantee auf Brust und Rücken, danach warm einpacken, lindern Beschwerden und beruhigen die Atemwege. Ein besonderer Tipp: selbstgemachter Thymian-Honig. Dafür 4–6 TL frischen oder getrockneten Thymian in Honig einlegen, 4–6 Wochen dunkel ziehen lassen, täglich umrühren und anschließend löffelweise genießen – pur oder im Tee.

2. Bewegung & Dehnung gegen Müdigkeit

Bei Müdigkeit und Trägheit hilft es, den Körper mit kleinen Impulsen zu aktivieren. Bereits am Morgen kann ein Glas lauwarmes Wasser mit frischer Zitrone den Stoffwechsel in Schwung bringen. Spaziergänge an der frischen Luft fördern die Sauerstoffaufnahme und stärken das Immunsystem. Besonders geeignet für jedes Alter sind wundervolle sanfte Yogaübungen wie „Katze-Kuh“, der „Walking Dog“ oder die „Position des Kindes“. Sie helfen, Verspannungen zu lösen und bringen wohltuende Bewegung in den Tag.

3. Achtsame Atempausen gegen Stress und Kopfschmerzen

Im hektischen Alltag reichen oft schon wenige Minuten bewusster Auszeit, um Körper und Geist zu entspannen. Melanie Jehnes empfiehlt, sich täglich 5 bis 10 Minuten nur für sich zu nehmen – etwa mit einer Tasse Tee an der frischen Luft. Dabei hilft es, sich auf den Atem zu konzentrieren und bewusst länger auszuatmen als einzuatmen. Verspannte Körperregionen wie Schultern oder Kiefer lassen sich so gezielt lockern. Wenn sich erste Beschwerden an-

kündigen, greift sie gerne zur „Heißen 7“ – 10 Tabletten Schüßler-Salz Nr. 7 in 250 ml heißem Wasser – oder massiert Lavendelöl sanft an Schläfen und Handgelenken ein.

4. Bauchschmerzen ganzheitlich behandeln – TCM-Tipps für eine starke Mitte

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) gelten Magen und Milz als Zentrum der Energie. Ist diese Mitte durch falsche Ernährung, Stress oder emotionale Belastung geschwächt, kann es zu Verdauungsproblemen, Müdigkeit oder innerer Unruhe kommen. Melanie Jehnes rät, auf kalte Getränke, Rohkost am Abend sowie fettige oder stark gewürzte Speisen zu verzichten. Stattdessen helfen warme, gekochte Mahlzeiten wie Haferflocken, Hirse oder Suppe, das Wohlbefinden zu stabilisieren. Zusätzlich empfiehlt sie, Akupressurpunkte wie Di4 (zwischen Daumen und Zeigefinger) und Ma44 (zwischen zweitem und drittem Zeh) sanft zu massieren. Bei starken Schmerzen gilt jedoch immer: ärztlich abklären lassen.

5. Hausmittel für Hals und Mandeln – was wirklich hilft

Wenn der Hals kratzt oder die Mandeln schmerzen, helfen altbewährte Anwendungen aus der Naturheilkunde. Salbeitee mit Zitrone und Honig beruhigt die Schleimhäute und wirkt entzündungshemmend. Auch Gurgeln mit Salbeitee kann Erleichterung bringen. Bei Fieber empfehlen sich kühle Zitronen- oder Salzwickel, bei geschwollenen Lymphknoten ein Magerquarkwickel im Halsbereich. Kolloidales Silberspray kann zusätzlich antiseptisch wirken und wird mehrmals täglich direkt in den Rachen gesprüht. Wichtig ist auch die Erholungsphase nach der Erkrankung: mindestens drei Wochen kein Sport, um das Herz zu schützen.

6. Prämenstruelle Beschwerden natürlich lindern

In ihrer Praxis spricht Melanie Jehnes bewusst nicht vom „prämenstruellen Syndrom“, sondern von „prämenstrueller Sensibilität“. Diese Tage vor der Menstruation seien eine Phase erhöhter Wahrnehmung, in der vieles, was im Alltag unterdrückt wird, an die Oberfläche kommt. Eine basenreiche Ernährung in der zweiten Zyklushälfte kann helfen, körperliche Beschwerden wie Krämpfe, Brustspannen oder Kopfschmerzen zu mindern. Unterstützend wirkt ein Schafgarbenwickel auf die Leber – dreimal pro Woche für 20 Minuten. Kräuter wie Frauenmantel, Mönchspfeffer, Brennnessel, Melisse und Johanniskraut können als Tee getrunken werden, am besten ab dem Eisprung. Bei Brustschmerzen empfiehlt sie ein abschwellendes Öl aus Mandelöl und ätherischem Rosengeranienöl.

7. Persönlicher Immun-Booster von Melanie Jehnes

Für ihre eigene Gesundheit im Winter setzt sie auf tägliche Bewegung an der frischen Luft – ihr Hund sorgt dafür, dass sie bei jedem Wetter rauskommt. Wichtig sind ihr außerdem warme Füße sowie eine geschützte Hüft- und Nierenregion. Hier helfen ein Hüftwärmer, ein Wollschal oder Omas Wollsocken. Ihr persönlicher Favorit in der kalten Jahreszeit ist ein ayurvedischer Immuntee aus frischem Ingwer, Zitrone und Honig. Dieser wärmt nicht nur von innen, sondern sorgt auch für gute Laune an grauen Tagen.

Anzeige

Was bedeutet eigentlich „Novel Food“?

Kräuter im Zwiespalt zwischen Tradition und EU-Recht

Frische Minze im Tee, Basilikum auf der Pasta oder exotische Pflanzen als Superfood im Smoothie – Kräuter gehören mitunter zu unseren liebsten Zutaten. Doch warum tauchen bei manchen Kräutern plötzlich rechtliche Hürden auf, die ihren Verkauf als Lebensmittel verbieten? Die Antwort liegt in der rechtlichen Einordnung als „Novel Food“ durch die Verordnung (EU) 2015/2283.

Neuartige Lebensmittel: Wenn Altbekanntes neu wird

Als „Novel Food“, auf Deutsch „neuartiges Lebensmittel“, bezeichnet man in der EU alle Lebensmittel, die vor dem 15. Mai 1997 bei uns in der EU nicht in nennenswertem Umfang für den menschlichen Verzehr im Handel waren. Dabei kann es sich um ganz neu entdeckte Pflanzen, innovative Herstellungsmethoden von Extrakten oder um Zutaten aus Mikroorganismen, aber eben auch z.B. um uralte, traditionell verwendete Heilkräuter aus anderen Nicht-EU Ländern handeln. Sogenannte „neuartige Lebensmittel“ dürfen erst nach gründlicher Sicherheitsprüfung und einem EU-Zulassungsverfahren als Lebensmittel in den Handel kommen – die Unbedenklichkeit für Verbraucher muss nachgewiesen sein. Die Verordnung unterscheidet zwischen Nahrungsmittel und Nahrungsergänzungsmittel. Manche Pflanzen sind als Lebensmittel verboten, aber die Verwendung in Nahrungsergänzungsmitteln ist erlaubt, da die Pflanze schon davor in Nahrungsergänzungsmitteln in der EU nachweislich verwendet wurde.

Warum sind viele Kräuter keine Lebensmittel?

Der Verzehr von Novel-Food an sich ist nicht verboten, aber sie dürfen im Handel nicht als Lebensmittel deklariert angeboten werden. Ob, wann und wie streng dagegen vorgegangen wird, entscheidet die zuständige regionale Behörde. Auch Hinweise wie „Aus rechtlichen Gründen dürfen wir dieses Kraut nicht als Lebensmittel verkaufen“ sind rechtlich unzulässig.

Viele seit Jahrtausenden genutzte Heilkräuter fallen in der EU unter das Novel-Food-Gesetz. Kräuter wie Cistrose, Jiaogulan oder Einjähriger Beifuß dürfen nur angeboten werden, wenn sie klar als Nicht-Lebensmittel – etwa als Deko oder Räucherware – gekennzeichnet sind.

Oshadhi – seit über 35 Jahren

in Begeisterung für die Natur

Anfang der Siebziger Jahre hielt Dr. Malte Hozzel erstmals ein Fläschchen Lavendelöl in den Händen. Der frisch-lebendige Duft faszinierte ihn so sehr, dass er sich auf die Suche nach weiteren ätherischen Ölen machte. Aus der Neugier wurde Leidenschaft – für Pflanzen, Düfte und ihre Wirkung auf Körper und Geist.

Zwanzig Jahre später gründete er die Firma Ayus und die Marke Oshadhi – inspiriert von Reisen zu Anbauern, Destillateuren und Produzenten in aller Welt. Mit seinem wachsenden Netzwerk entstand ein einzigartiges Sortiment naturreiner Essenzen.

Der Name Oshadhi geht auf ein Sanskrit-Wort zurück, das „Träger des Lichts" bedeutet. Bereits die alten indischen Rishis ehrten damit die Heilpflanzen, die durch Photosynthese Sonnenlicht in Leben verwandeln. Diese uralte Weisheit spiegelt sich bis heute im Selbstverständnis der Marke: die Essenz und Kraft der Natur in ihrer reinsten Form zu bewahren.

Heute umfasst das Sortiment über 450 ätherische Öle, 80 Pflanzenwässer, 70 Basisöle und zahlreiche Duftmischungen und Pflegeprodukte. Seit den Anfängen steht Qualität an erster Stelle – bevorzugt aus biologischem Anbau oder Wildsammlung. In enger Zusammenarbeit mit Produzenten weltweit fördert Oshadhi faire Preise und nachhaltige Beziehungen – aus Respekt vor der Natur und den Menschen, die sie hüten.

Anzeige

www.oshadhi.de

Oshadhi

- Mehr als 35 Jahre Erfahrung und Expertise
- Über 500 natürliche, exklusive und seltene Öle und Hydrolate
- Hochwertige Körperpflege- und Wellnessprodukte
- Verbindet Menschen mit der Energie der Natur
- 100 % naturreine Öle, wenn möglich aus Bio-Anbau
- Ayurveda Philosophie

Kräutererkundung

Natur und Kräuter erleben

Du wolltest schon immer wissen, wie du die heimischen Wild- und Heilpflanzen in der Natur erkennen und nutzen kannst? Dann komm mit auf eine Kräutererkundung. Wildkräuter gibt es zu jeder Jahreszeit zu entdecken. Wir erkunden auf Wiesen, Waldrändern und Feldwegen oder direkt vor der Haustür.

Dass ein Unkraut auch eine Heilpflanze sein kann, viele Blüten essbar sind und einige Baumblätter ziemlich lecker schmecken, wird dich zum Staunen bringen. Hier erfährst du auch welche Rolle sekundäre Pflanzenstoffe in Ernährung und Gesundheit spielen können. Es wird traditionelles Wissen weitergegeben, von Erfahrungen erzählt und moderne Anwendungsmöglichkeiten erklärt. Pflanzen sicher erkennen, achtsam sammeln und verarbeiten ist ein zentraler Teil der Kräutererkundung; wir nutzen alle Sinne, schärfen unsere Wahrnehmung, lassen die Heilpflanzen erzählen und runden den Tag mit wilden Kräutersnacks, Tee und gemeinsamen Gesprächen köstlich ab.

Eine Kräutererkundung in der Natur kann eine Auszeit vom Alltag bieten, Wissen und Erfahrung erweitern, Begegnungen mit Gleichgesinnten und bleibende Kräutererlebnisse, schaffen.

Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du auf der Website der Mitarbeiterin von Kräuter Schulte, Sabine Schiff: www.tausendmalschoener.info/kurse.htm

Anzeige

Anzeige

's Fachl Karlsruhe

Ein Marktplatz für Kreatives, Regionales und Handgemachtes

In der Ritterstraße, nahe dem Karlsruher Schloss, lädt das 's Fachl zum Stöbern und Entdecken ein. Der besondere Laden vereint regionale Feinkost, kunsthandwerkliche Produkte, handgemachte Kosmetik und liebevoll gestaltete Accessoires – alles mit viel Herzblut gefertigt.

Das Konzept stammt aus Österreich und wird in Karlsruhe von Inhaber und „Fachlmeister" Sebastian Metz geführt. Die Idee dahinter: Kreative Köpfe, Manufakturen und kleine Produzenten können statt eines eigenen Geschäfts einzelne Verkaufsflächen mieten – sogenannte „Fachl", rustikale Holzkisten als Mini-Regale. Ergänzend gibt es Tisch-, Hänge- und Kühlflächen für besondere oder frische Produkte.

Das Angebot wechselt regelmäßig, da viele Anbieter nur für kurze Zeit einziehen. So bleibt das Sortiment vielfältig und überraschend – jeder Besuch fühlt sich wie eine kleine Schatzsuche an. Für lokale Hersteller ist das 's Fachl eine unkomplizierte Möglichkeit, ihre Produkte im Einzelhandel zu zeigen, während Kundinnen und Kunden eine breite Auswahl an regionalen, nachhaltigen und handgemachten **Geschenkideen** finden.

's Fachl ist mehr als nur ein Laden – es ist eine Bühne für kreative Macherinnen und Macher, ein Schaufenster regionaler Vielfalt und ein Ort, an dem man mit jedem Kauf ein Stück lokales Unternehmertum unterstützt. Wer auf der Suche nach dem Besonderen ist, wird hier garantiert fündig.

Tinkturenherstellung

Wertvolle Kräuter in Tropfenform

Eine jahrhundertealte Tradition

Die Herstellung von alkoholischen Kräuterauszügen (Tinkturen) begann bereits im Mittelalter. Klöster und frühe Apotheken nutzten alkoholische Auszüge, um Pflanzenwirkstoffe über lange Zeit haltbar zu machen. Mit handverlesenen **frischen oder getrockneten Kräutern**, reinem Trinkalkohol (Ethanol), Trinkwasser und ausreichend Zeit wurden hochkonzentrierte, lang haltbare und wirksame Heilmittel geschaffen – ganzjährig verfügbar, leicht zu transportieren und einfach anzuwenden.

Was sind Tinkturen?

Tinkturen sind alkoholisch-wässrige Auszüge, meist aus getrockneten Pflanzenteilen. Aus diesen werden lösliche Pflanzenstoffe wie ätherische Öle, Flavonoide, Polyphenole und viele weitere sekundäre Pflanzenstoffe extrahiert und gehen in die Flüssigkeit über.

Der größte Vorteil von Ethanol gegenüber Auszügen mit Wasser, Glycerin, Essig oder Öl ist seine Fähigkeit, wasser- sowie fettlösliche Stoffe sehr gut zu extrahieren. Somit besitzen Tinkturen oft ein sehr breites Wirkstoffspektrum. Zudem benötigen sie keinerlei weitere Zusatz- oder Konservierungsstoffe.

Gut zu wissen: Es gibt auch alkoholische Auszüge aus tierischen und mineralischen Substanzen, wie zum Beispiel:

- Die **Propolis-Tinktur** oder die Formica rufa (Rote Waldameise) Urtinktur (tierisch).
- Die **Jod-Tinktur** (Tinctura Iodi) (mineralisch).

Auch aus bestimmten Algen (z. B. Blasentang), Flechten und Pilzen (Vitalpilzen) werden alkoholische Auszüge hergestellt.

Herstellung und Qualität

Die Herstellungsverfahren von Tinkturen haben sich seit Jahrhunderten kaum verändert. Während früher vor allem überlieferte Rezepturen verwendet wurden, gelten heute klare Vorschriften: Das Europäische Arzneibuch legt genaue Standards für Rohstoffqualität, Herstellungsweise und Reinheit fest – moderne Tinkturen sind somit traditionell und gleichzeitig wissenschaftlich kontrolliert. Es gibt zwei Hauptverfahren: Bei der Mazeration werden Pflanzen in einem Alkohol-Wasser-Gemisch über Wochen kalt ausgezogen. Die Perkolation hingegen nutzt einen speziellen Extraktionsapparat, bei dem das Lösungsmittel kontinuierlich durch das gequollene Pflanzenmaterial fließt.

Die Perkolation hat den Vorteil, dass die Wirkstoffkonzentration etwas höher und das Wirkstoffspektrum etwas breiter ist als bei der Mazeration.

Was ist eine Urtinktur?

Die Urtinktur (Tinctura materna) ist ein unverdünnter alkoholischer Pflanzenauszug, der vor allem als Ausgangsstoff für homöopathische Arzneimittel dient. Sie enthält die höchste Konzentration löslicher Wirkstoffe.

Im Gegensatz zur klassischen Tinktur, die direkt in der Pflanzenheilkunde angewendet wird und häufig auf getrocknetem Pflanzenmaterial basiert, folgt die Urtinktur strengen Vorgaben des Homöopathischen Arzneibuchs (HAB). Die klassische Tinktur hingegen wird nach den Standards des Deutschen Arzneibuchs (DAB) oder der Europäischen Pharmakopöe (Ph. Eur.) hergestellt.

Anwendung und Praxis im Alltag

Tinkturen werden meist tropfenweise eingenommen und individuell dosiert – z. B. zur Stärkung, Beruhigung oder Verdauungsförderung. Die Einnahme erfolgt je nach Pflanze in Wasser, Tee, auf Zucker oder direkt auf der Zunge. Die genaue Dosierung orientiert sich an Pflanzenart und Konzentration; hierbei ist ein Austausch mit Heilpraktikern oder Experten ratsam.

Wussten Sie, dass...

20 Tropfen einer 45%-igen Tinktur nur etwa **ein Drittel so viel Alkohol** enthalten wie ein Glas Apfelsaft?

Anzeige

Herzlichen Glückwunsch zum Jubiläum

✓ Premium-Qualität, laborgeprüft in Deutschland

Die sanfte Alternative zu Flohsamenschalen

Seite an Seite
Kräuter Schulte & Sanatur
- Ihre Partner für Gesundheit!

Ihr Garant für erstklassige, natürliche Nahrungsergänzungen seit über 40 Jahren!

Interview mit Manuel Hita Cortes, Gründer von alphaGEM

VOM BAUM IN DIE FLASCHE

Manuel Hita Cortes ist Gründer und Geschäftsführer von AlphaGEM, einer Manufaktur für hochwertige Gemmotherapie-Produkte. Der studierte Physiotherapeut ist seit 25 Jahren in der Akupunktur und Traditionellen Chinesischen Medizin tätig und leitet zwei Ausbildungsinstitute in Luxemburg und Belgien. Im Gespräch erklärt er, was ihn an der Heilkraft der Knospen fasziniert – und warum Qualität bei AlphaGEM oberste Priorität hat.

Herr Hita Cortes, was war Ihre Motivation zur Gründung von AlphaGEM – und wie entstand der Leitsatz „Vom Baum in die Flasche“?

Schon früh war mir klar: Gesundheit bedeutet mehr als Symptombehandlung – sie basiert auf einem ganzheitlichen Verständnis des Körpers und seiner Selbstheilungskräfte. Die Gemmo-Therapie vereint für mich naturheilkundliche Tiefe mit wissenschaftlicher Präzision.

Mit AlphaGEM wollte ich diese Therapieform für alle zugänglich machen – in reiner, sicherer und qualitativ hochwertiger Form. Die Knospe symbolisiert für mich Lebensenergie pur – sie trägt das gesamte Potenzial der Pflanze in sich.

Unser Leitsatz „Vom Baum in die Flasche“ steht für diese Philosophie und unseren Anspruch, den gesamten Herstellungsprozess selbst zu kontrollieren: von der biologisch zertifizierten Ernte bis zur Abfüllung. Jede Charge wird chromatographisch analysiert, unsere Kundinnen und Kunden können die Ergebnisse jederzeit einsehen. So garantieren wir Qualität, Transparenz und Nachhaltigkeit – im Einklang mit der Natur.

Was macht die Gemmotherapie aus Ihrer Sicht so besonders – und worin liegt die therapeutische Kraft der Knospen?

Die Gemmotherapie ist einzigartig, weil sie auf das embryonale Gewebe der Pflanze zurückgreift – die Knospe. Die Knospe ist der lebendigste und reichste Teil der Pflanze, sie trägt die gesamte Lebenskraft, sowie alle genetischen Informationen des Baumes.

Bei AlphaGEM berücksichtigen wir auch die energetische Dimension der Pflanzen. Unsere Knospen werden direkt am Ernteort stabilisiert – nicht tiefgefroren oder dehydriert –, um diese feinstoffliche Schwingung einzufangen. Das macht unsere Produkte besonders wirkungsvoll – sie sprechen nicht nur den Körper, sondern auch das emotionale Gleichgewicht an. Mir ist es wichtig, eine Methode anzubieten, die sicher, natürlich und für alle zugänglich ist.

Welche Produkte empfehlen Sie für die jeweilige Jahreszeit – und wie lassen sie sich gezielt zur Stärkung des Wohlbefindens einsetzen?

Bei AlphaGEM ist jedes Komplexmittel eine Synergie aus Knospen, die einen lebendigen und ganzheitlichen Ansatz bieten und das ganze Jahr über genutzt werden können. Einige unserer Komplexmittel sind jedoch besonders gut auf bestimmte Jahreszeiten abgestimmt:

Frühling: Hier geht es darum, die Lebensenergie zu aktivieren und den Körper zu entgiften. *GEM-Depur* unterstützt die Leberfunktion, *GEM-Tonic* fördert Vitalität und Energie.

Sommer: Bei Hitze ist das Kreislauf- und Nervensystem besonders gefordert. *GEM-Circu* stärkt die Durchblutung, *GEM-Relax* wirkt beruhigend und ausgleichend.

Herbst: Jetzt ist es wichtig, das Immunsystem auf den Winter vorzubereiten. *GEM-Immu* und *GEM-Sana* stärken die Abwehrkräfte, *GEM-Respi* unterstützt eine freie Atmung.

Winter: Um gut durch die kalte Jahreszeit zu kommen und bereits den Frühling im Blick zu behalten, empfehlen wir *Gem-All* und Schwarze Johannisbeere – zur Regulation des Immunsystems und zur Allergieprävention.

Unsere Mazerate sind hochkonzentriert – meist genügen 5 bis 15 Tropfen täglich, je nach Bedarf.

Für wen eignet sich die Gemmotherapie – und in welchen therapeutischen Bereichen kommt sie zum Einsatz?

Die Gemmotherapie ist für Menschen jeden Alters geeignet – vom Kleinkind bis ins hohe Alter. Sie ist sanft, natürlich, aber zugleich sehr wirksam. Ob zur Vorbeugung oder zur gezielten Unterstützung: Sie hilft, den Körper zu stärken, das innere Gleichgewicht zu bewahren und sich besser an äußere Einflüsse – wie Stress oder Jahreszeitenwechsel – anzupassen.

Sie wird vielseitig eingesetzt – zur Förderung des Immunsystems, des Hormonhaushalts oder der allgemeinen Vitalität. Viele Heilpraktiker, Ärzte und Therapeuten nutzen sie als ergänzenden Baustein ihrer Behandlung. Bei spezifischen Beschwerden empfehlen wir, sich fachkundig beraten zu lassen.

Was hat Sie persönlich an der Gemmotherapie fasziniert – und welchen Rat geben Sie Menschen, die sich erstmals mit dieser Heilmethode beschäftigen?

Mich hat von Anfang an die Verbindung zwischen Biologie und der Symbolik des Lebendigen fasziniert. Der Baum ist nicht nur ein Lebewesen – er ist Teil unserer Kultur, unserer Mythen und sogar unserer Sprache: Denken Sie an den „Stammbaum". Und wenn wir genau hinschauen, entdecken wir viele Analogien zwischen Bäumen und Menschen. Ist es nicht erstaunlich, wie sehr eine Walnuss dem menschlichen Gehirn ähnelt?

Diese Parallelen zeigen, wie tief verwurzelt unsere Beziehung zur Natur ist – auch auf therapeutischer Ebene. Wer sich für Gemmotherapie interessiert, dem empfehle ich zwei lesenswerte Werke: den „Leitfaden der Gemmotherapie" der AIG sowie das Buch „Gemmotherapie" von Cornelia Stern. Und natürlich finden Sie viele weitere Informationen auf unserer Website: www.alphagem.eu

Wellness-Massagen und ätherische Öle

Für tiefes Wohlbefinden und innere Balance

Wellness-Massagen mit ätherischen Ölen vereinen die wohltuende Kraft achtsamer Berührung mit der Wirksamkeit kostbarer Pflanzenessenzen und schaffen Momente der tiefen Entspannung. Während die Massage Verspannungen löst und die Durchblutung fördert, entfalten ätherische Öle wie Lavendel, Rose oder Zitrus ihren ganz eigenen Einfluss auf Körper und Geist: Sie können Stress lindern, die Stimmung aufhellen und das emotionale Gleichgewicht stärken. Die sanfte Kombination von Berührung und Duft stimuliert die Sinne, unterstützt das allgemeine Wohlbefinden und verleiht jeder Massage eine ganz besondere Qualität – für eine kleine Auszeit im Alltag, die Körper und Seele gleichermaßen verwöhnt.

Anzeige

Aromasa Impuls –
Wellness für Frauen, die mit allen Sinnen genießen möchten

Berührung ist meine Sprache – und Duft der stille Kontakt nach innen. Oft verlieren wir uns selbst im ständigen Geben und Tun aus dem Blick. Bei Aromasa Impuls begleite ich Frauen mit ganzheitlichen, intuitiven Wellnessmassagen und naturreinen ätherischen Ölen zurück ins Spüren – raus aus dem Müssen, hinein ins Ankommen. Jede Auszeit wird individuell auf deine Bedürfnisse abgestimmt – ein geschützter Raum für Frauen, die viel geben und wieder bei sich selbst ankommen möchten.

Ein Willkommensnachlass wartet auf dich – in meinem Raum in Kuppenheim.

Hier findest du mich

– Sandra Klemm

AROMASA Impuls

Echte Naturkosmetik von Maienfelser

Seit über 45 Jahren steht Maienfelser Naturkosmetik als familiengeführte Manufaktur für ehrliche Naturkosmetik, handgemachte Qualität und eine tiefe Verbundenheit zu Pflanzen und der Umwelt. Wir verzichten konsequent auf synthetische Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe und setzen stattdessen auf echte Pflanzenkraft und Natur in ihrer reinsten Form!

Neben der 100 % natürlichen Kosmetik bieten wir mit Naturparfüms, Hydrolaten, fetten Ölen und fast 1.000 verschiedenen ätherischen Ölen eine große Vielfalt an Düften an. Viele der ätherischen Öle und Hydrolate werden dabei in unserer eigenen Destille hergestellt. Ob Wildsammlung oder biologischer Anbau: Prozesse, wie das Sammeln und Trocknen bis hin zur Destillation, erfolgen bei uns in sorgfältiger Handarbeit, oft vor Ort. Entdecken Sie die Produkte der Natur!

Anzeige

Maienfelser Naturkosmetik

SCAN ME
maienfelser-naturkosmetik.de

...Seit über 45 Jahren echte Naturkosmetik!
In reiner Handarbeit und viel Liebe für Sie hergestellt

Die richtige Zubereitung

Temperatur, Ziehzeit & Abdecken

Ein Genuss-Kräutertee soll geschmackvoll und wohltuend sein, ein Arzneitee vor allem eine Heilwirkung erzielen. Damit sich Geschmack, Duft und die Wirkstoffe voll entfalten können, kommt es auf die richtige Zubereitung an. Entscheidend sind dabei Wassertemperatur, Zieh- oder Kochzeit, Wassermenge, Kräuterbeschaffenheit, Menge und Zerkleinerungsgrad.

Die richtige Menge an Teedroge und Wasser

Normalerweise werden auf 150-200 ml (1 Tasse) 1 TL Teedroge verwendet. Bei Blüten oder Blätter liegt dies meist nahe 1 g, bei Wurzeln und Samen eher bei 3,5 bis 5 g. Hier spielt natürlich auch die Schnittgröße eine entscheidende Rolle. Hier sollte also der Empfehlung Folge geleistet werden.

Optimale Schnittgrößen

Während Blätter, Blüten und Kräuter (mit Stengel) für einen Teeaufguss grob bis mittelfein geschnitten sein sollten, werden Hölzer, Rinden und Wurzeln in fein geschnittener bis grob pulverisierter Form verwendet.

Früchte und Samen werden am besten kurz vor der Verwendung gequetscht oder grob pulverisiert. Nicht immer steht die optimale Schnittgröße zur Verfügung. Durch eine Anpassung der Zieh- oder Kochzeit kann dies ausgeglichen werden.

Die richtige Temperatur

Drei Arten der Extraktion kommen beim wässrigen Auszug in Betracht:

1. Der Aufguss (Infus): entsprechende Menge der Teedroge mit kochendem Wasser übergiessen und abgedeckt 5-10 min ziehen lassen, gelegentlich umrühren. Diese Art der Extraktion wird für die meisten Blatt, Blüten und Krautdrogen verwendet. Sie kann aber auch bei manchen stark zerkleinerten Rinden- und Wurzeldrogen verwendet werden.

2. Abkochung (Dekokt): für Drogen mit harter Konsistenz wie Hölzer, Wurzeln, Rinden empfiehlt sich ein Ansetzen der entsprechenden Menge in kaltem Wasser, das zum Sieden gebracht wird, um dann weitere 5-10 min auf kleiner Flamme zu köcheln und dann abzuseihen. Die Wirkstoffe müssen aber hitzebeständig sein.

3. Kaltauszug (Mazerat): die vorgeschriebene Drogenmenge wird mit kaltem Wasser übergossen und mehrere Stunden bei Raumtemperatur stehengelassen und dann abgegossen. Der Auszug kann dann kalt getrunken oder auf Trinktemperatur erwärmt werden. Das gilt besonders für schleimhaltige Drogen (Eibischwurzel, Isländisch Moos, Leinsaat) oder für Drogen, bei denen unerwünschte Begleitstoffe ferngehalten werden sollen (z.B. Bärentraubenblätter, Mistelkraut). Der Nachteil ist hier, dass Keime nicht wie bei den oberen beiden Verfahren durch Erhitzung abgetötet werden. Ein vorheriges Abspülen der Droge und die Aufbewahrung des Mazerats im Kühlschrank sowie ein schnelles Verbrauchen sind ratsam.

Richtig lagern – für langanhaltendes Aroma und Wirksamkeit

Ein guter Tee beginnt nicht erst beim Aufgießen, sondern bereits beim Kauf von geprüfter Qualität und der richtigen Lagerung. Optimal für die Aufbewahrung sind z.B. dunkle Behälter mit aromadichtem Verschluss. Zudem sollten diese kühl (15-25°C), trocken und dunkel stehen. So bleiben vor allem ätherische Öle und flüchtige, empfindliche Wirkstoffe und Aromen besser erhalten. Ätherische Öl-Drogen, Gerb- und Bitterstoffdrogen sollten zudem möglichst nicht als Feinschnitt oder Pulver gelagert werden.

Wie lange ist Kräutertee haltbar?

Auch wenn getrocknete Kräuter nicht „schlecht" im klassischen Sinne werden, lässt ihre Qualität mit der Zeit nach. Aromen verflüchtigen sich, Wirkstoffe bauen sich langsam ab. Als grober Richtwert gilt: Kräutertee sollte idealerweise innerhalb von sechs Monaten verbraucht werden. Danach ist er zwar noch genießbar, aber oft weniger intensiv im Geschmack. Die größte Gefahr im Haushalt ist jedoch meistens der Befall mit Motten. Bei optimaler Lagerung sind die allermeisten Teedrogen jedoch mehrere Jahre haltbar und wirksam.

Kräuter Schulte Kräutertee-Empfehlung

Löwenleicht ist ein wunderbar klarer, erdiger Kräutertee, der aus sorgfältig ausgewählten, bio-zertifizierten Pflanzen wie Löwenzahnblättern, Brennnesselblättern, Schafgarbe, Goldrute, Ringelblume und Zitronenschale besteht. Diese Komposition erinnert an sanfte Waldspaziergänge und weite Sommerwiesen – perfekt, um den Alltag abzustreifen und neue Kraft zu tanken. (Artikelnummer: FT10240)

Für die Zubereitung empfehlen wir, etwa einen Teelöffel der Teemischung mit ca. 250 ml sprudelnd kochendem Wasser (100°C) zu übergießen und den Tee 8 bis 10 Minuten ziehen zu lassen. Das Abdecken während des Ziehens bewahrt die Aromen und Wirkstoffe optimal. So entfaltet der Tee seine reinigende und entlastende Wirkung voll und bringt Leichtigkeit in den Tag.

Heilpflanzenwissen aus christlicher Sicht

Ganzheitlich, fundiert, praxisnah

Die Schule für christliche Naturheilkunde vermittelt fundiertes Heilpflanzenwissen – von der traditionellen Klosterheilkunde bis zur modernen wissenschaftlichen Pflanzenheilkunde. Im Mittelpunkt steht das Denken in Zusammenhängen: Heilpflanzen entfalten ihre Wirkung besonders nachhaltig in Kombination mit bewährten naturheilkundlichen Maßnahmen.

Über 200 Heilpflanzen – sicher erkennen, gezielt anwenden

Die Teilnehmenden lernen über 200 Heilpflanzen kennen – von der Bestimmung bis zur Verarbeitung. In Exkursionen und einer Heilpflanzenerlebniswoche in der Schweiz wird das Wissen praktisch umgesetzt. Dabei entstehen eigene Salben, Tinkturen und Pflanzenhydrolate – mit Sorgfalt, Wissen und im Einklang mit der Schöpfung.

Christlich fundiert – der ganze Mensch im Blick

Die Ausbildung verzichtet bewusst auf esoterische oder fernöstlich-religiöse Methoden. Gesundheit wird als Beziehungsheilung verstanden – zu sich selbst, zu Gott, zu anderen und zur Umwelt. Seelsorgerliche Elemente fließen ergänzend in den naturheilkundlichen Unterricht ein.

Anzeige

Für Alltag, Beruf und Ehrenamt

Die Ausbildung vermittelt ein breites Spektrum an naturheilkundlichen Fähigkeiten, darunter auch die Herstellung wirksamer Heilpflanzenprodukte für den eigenen Gebrauch. Viele Absolventen geben ihr Wissen in Workshops, Vorträgen oder Kräuterwanderungen weiter oder nutzen es in Pflegeberufen, Apotheken, Gemeinden oder Bildungseinrichtungen. Nach einer zusätzlichen Prüfung kann auch eine eigene Gesundheits- oder Naturheilpraxis eröffnet werden.

Offen für alle – auch ohne Vorkenntnisse

Etwa die Hälfte der Teilnehmenden kommt aus nicht medizinischen Berufen. Die Ausbildung ist offen für alle – unabhängig von Konfession oder beruflichem Hintergrund. Als überkonfessionelle Schule achten wir jede persönliche Glaubensüberzeugung.

– Oliver Späth, SCN Schulleiter, christlicher Heilpraktiker, ärztl. geprüfter Fastenleiter

Rotherma Gaggenau:

Alles, was Körper und Seele gut tut.

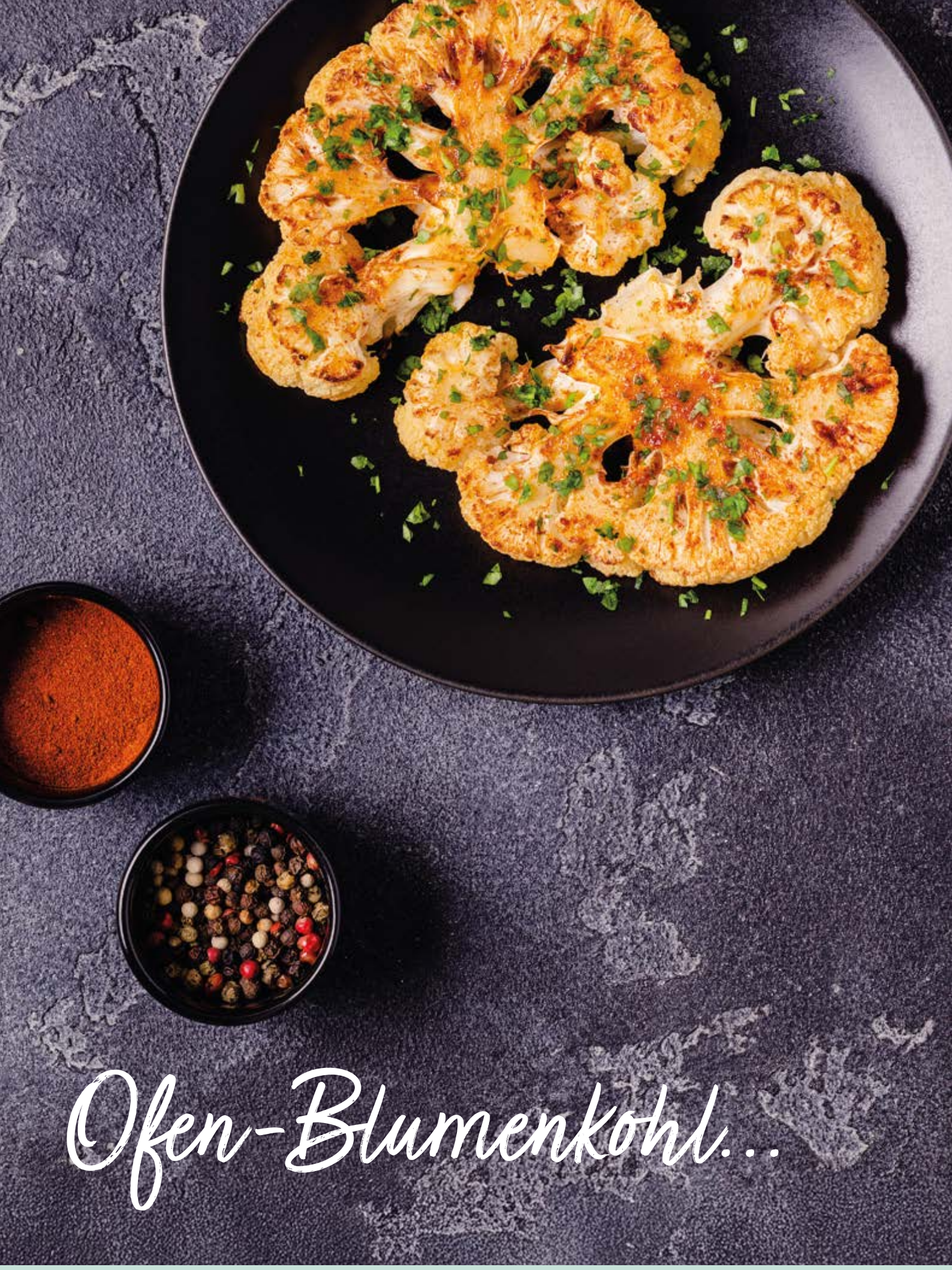
Foto: Jörg Schumacher

Der Rotherma Saunapark ist vom Deutschen Sauna-Bund mit der höchsten Qualitätsstufe „Sauna Premium“ zertifiziert und gehört laut Sauna-Bund zu den Top Ten in Deutschland. Hier erleben Sie auf über 5.000 Quadratmeter das perfekte Sauna-Vergnügen: Sieben Saunakabinen, darunter die Parksauna mit Blick in den Park und mit Kaminzimmer oder die Felsensauna mit Felsendusche und Eisgrotte laden ein - mit unterschiedlichen Programmen von klassisch Finnisch bis Natura. Jahreszeitliche Themenaufgüsse sorgen für immer wechselnde Sauna-Erlebnisse, perfekt und lebendig in Szene gesetzt durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – ausgebildete Saunameister. Das beheizte Außenschwimmbecken lädt ein, ein paar Runden zu schwimmen. Ein fruchtiges Getränk oder einen gesunden Salat bietet die Erfrischungstheke.

Entspannung rundum bietet das Thermalbad im Rotherma mit zwei Innenbecken, Wellnessbecken, Whirlpool und Außenbecken, bei Temperaturen von 28° bis 35°C. Sanftes Schwitzen ist im Vitalbad angesagt. Wohltuende Düfte und Dampf verwöhnen hier bei 40° bis 48°C. Im Aromabad stärken ätherische Öle, entspannende Musik und stimulierende Lichteffekte die Lebensgeister bei angenehmen 50°C. Im Bistro in der Eingangshalle und im Badebereich warten erfrischende Getränke und eine Vielzahl kleiner Gerichte auf die Gäste.

Träumen Sie manchmal davon, wie gut jetzt ein Wellness-Urlaub täte? Dann gönnen Sie sich ein paar wohltuende Wellness-Stunden im Rotherma. Hier können Sie die kurze Auszeit genießen und neue Kraft für Körper, Geist und Seele tanken. Entspannen Sie bei einer Massage mit ätherischen Aromaölen, einer Pantai-Luar-Kräuterstempelmassage, der traditionellen Lomi-Lomi-Ölmassage oder einer Honig-, Hot-Stone- oder Hot-Chocolate-Massage.

Anzeige



Ofen-Blumenkohl...

...mit Rauchsalz „Kaminfeuer"

Ein Lieblingsrezept von unserem Freund Chris möchten wir mit Ihnen teilen: Ein wunderbar einfacher, aber unglaublich leckerer überbackener Blumenkohl, der mit der feinen Rauchnote unseres Rauchsalzes von Kräuter Schulte zum wahren Genuss wird. Dieses Gericht vereint herzhaftes Ofengemüse mit einer besonderen Würze.

Zubereitung

1. Backofen auf 175 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den Blumenkohl schneiden und gründlich waschen.

2. In einer großen Schüssel Blumenkohlröschen mit Olivenöl vermengen, bis sie gleichmäßig überzogen sind. Dann großzügig Mildes Curry Englisch und etwas sparsamer mit dem Rauchsalz „Kaminfeuer" würzen.

3. Blumenkohlröschen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech verteilen und 20 – 30 Minuten backen, bis sie goldgelb gebräunt sind.

4. Nach dem Backen frisch gemahlenen Pfeffer darüber geben und mit ein paar Flocken Pyramidensalz verfeinern.

5. In einer kleinen Schüssel Joghurt mit Salatkräutern, Honig, Senf, Zitrone und Olivenöl glatt rühren.

Zutaten für 2-3 Portionen

- 1 mittelgroßer Blumenkohl
- 3 EL Olivenöl
- 1 TL Rauchsalz Kaminfeuer
- 2 TL Mildes Curry Englisch
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Einige Flocken Pyramidensalz

Für das Joghurt-Dressing

- 200 g Naturjoghurt
- 1 TL Salatkräuter Kräutergarten
- 1 TL Honig
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1 TL Olivenöl

Serviervorschlag!

Blumenkohl auf Tellern anrichten, mit Joghurt-Dressing beträufeln und mit frischen Kräutern garnieren und warm oder kalt, lecker auch mit einem guten Brot, servieren.

Kräuter Schulte Empfehlung

Das Rauchsalz von Kräuter Schulte bringt mit seiner dezenten Rauchnote eine unvergleichliche Geschmacksdimension in dieses einfache Gericht. Es hebt die natürlichen Aromen des Blumenkohls hervor und macht es zum Highlight auf Ihrem Teller. (Artikelnummer: FG7714)

Vorbeugen statt behandeln!

Die Kraft der Gewürze

In einer Welt voller Schnelllebigkeit und Convenience gewinnt gesunde Ernährung immer mehr an Bedeutung. Dabei wird oft vergessen: Was wir täglich auf unseren Tellern haben, beeinflusst maßgeblich unser tägliches Wohlbefinden und langfristig unsere Gesundheit. Dabei sind es auch die kleinen Zutaten, die Großes bewirken können – die Gewürze.

Gewürze – kleine Helfer für große Wirkung

Gewürze sind wahre Kraftpakete aus der Natur, die seit Jahrhunderten auch als traditionelle Heilmittel geschätzt werden. Ob Zimt, Kurkuma oder Ingwer – jedes Gewürz bringt traditionell seine ganz eigenen Eigenschaften mit, die Körper und Geist guttun. Die enthaltenen wertvollen Inhaltsstoffe wie ätherische Öle, Antioxidantien und sekundäre Pflanzenstoffe können das Immunsystem unterstützen, die Verdauung anregen, Entzündungen reduzieren oder wohltuende Ruhe schenken.

Gesund würzen – einfach und effektiv

Ob als wärmende Zutat im Tee, im morgendlichen Müsli oder beim Kochen: Der großzügige Einsatz von hochwertigen Gewürzen macht gesunde Ernährung abwechslungsreich, wirkungsvoll und unglaublich lecker. Damit die perfekte wohlschmeckende Kombination der einzelnen Zutaten immer stimmt, empfiehlt es sich, zum täglichen Gebrauch in der Küche auf hochwertige Mischungen wie Curry-, Porridge-, Salat- oder andere fein ausbalancierte Gewürzmischungen zurückzugreifen.

Wussten Sie, dass...

das im Zimt enthaltene Zimtaldehyd u.a. gut für die Verdauung und den Blutzuckerspiegel ist? Der Zimt in Süßspeisen und Getränken hellt die Stimmung auf und schenkt uns gleichzeitig ein warmes Wohlgefühl, das die Durchblutung anregt.
Wunderbar für die kalte Jahreszeit.

Aber Zimt ist nicht gleich Zimt: Der häufig angebotene Cassia-Zimt enthält deutlich mehr Cumarin als der hochwertige Ceylon-Zimt – ein Stoff, der in größeren Mengen die Leber belasten kann. Für den täglichen Verzehr sollte daher lieber echter Ceylon-Zimt (Cinnamomum verum) gewählt werden.

Anzeige

Natürliche Hilfe inspiriert aus der Traditionellen Chinesischen Medizin – für Ihr Wohlbefinden

Wer sanfte, aber wirksame Wege zu mehr Gesundheit und Beweglichkeit sucht, stößt schnell auf die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM). Dieses über Jahrtausende gewachsene Wissen wird in Asien erfolgreich angewendet und findet auch hierzulande immer mehr Anhänger. Die China Purmed GmbH in Karlsruhe begleitet diese Entwicklung seit 1994 und bringt Produkte der Asiatischen Medizin in Deutschland und der EU auf den Markt – sorgfältig entwickelt, qualitätsorientiert und pflanzlich.

Über den Vertriebspartner Kräuter Schulte gelangen die Produkte direkt zu den Anwenderinnen und Anwendern. Zum Sortiment gehören Aura Nutrition Kräutertabletten, Maxim Kräuterpflaster, Phoenix TDP Wärmepflaster, Hysan Massageöl und weitere natürliche Anwendungen. Sie unterstützen Wohlbefinden, Beweglichkeit, Regeneration und natürliche Schmerzlinderung. Ausgewählte Pflanzenstoffe helfen dem Körper, seine Selbstheilungskräfte besser zu nutzen – traditionell inspiriert und alltagstauglich. Alle Produkte finden Sie unter www.auranutrition.de

Anzeige

Aus einer Idee auf einem Biobauernhof wurde eine Bewegung

Hautwohl, gegründet von Melanie und Jana-Lea Göppert, steht für *Skinimalismus*, natürliche Pflege mit wenigen, reinen Inhaltsstoffen, ganz ohne Plastik, Duftstoffe oder synthetische Zusätze.

Im Hautwohl-Podcast und in ihrer wachsenden Community geben Mutter und Tochter Impulse für einen Alltag mit weniger Ballast und mehr Bewusstsein.

In ihrer Naturmanufaktur haben sie die traditionelle Kernseife neu gedacht: eine Seife für alles. Sie reinigt Oberflächen glänzend, macht Wäsche sauber und weich und schützt gleichzeitig die Haut, sanft, verträglich und naturbelassen. Sicher für Kinder, Haustiere und gut für die Welt.

Für ihre Arbeit wurden sie 2024 als Unternehmerin des Jahres vom DLV in Kiel ausgezeichnet.

HAUTWOHL
Seife aus der Naturmanufaktur

JANA-LEA GÖPPERT
Marketing

07826 97863
In der Steig 6
77978 Schuttertal
www.Hautwohl.de

Ballaststoffe

Das unterschätzte Multitalent für unser Wohlbefinden

Warum eine ballaststoffreiche Ernährung der Schlüssel zu einem gesunden Darm ist.

Das A und O für den Darm

Ballaststoffe sind pflanzliche Nahrungsbestandteile, die vom menschlichen Verdauungssystem nicht verwertet werden können. Das bedeutet aber keineswegs, dass sie nutzlos sind – im Gegenteil: Sie fördern die Darmbewegung und dienen als Nährboden für die „guten" Darmbakterien. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt Erwachsenen eine tägliche Aufnahme von mindestens 30 Gramm Ballaststoffen – ein Ziel, das viele Menschen jedoch nicht erreichen, da heutige, vor allem stark verarbeitete und tierische Lebensmittel durchgehend sehr wenig Ballaststoffe enthalten. Ein Mangel an Ballaststoffen im Darm lässt die gesunde Darmflora verkümmern. Doch eine gesunde, diverse Darmflora ist unerlässlich für eine robuste Immunabwehr, eine effiziente Nährstoffversorgung bis zur Synthese von bestimmten Vitaminen, und sogar für das psychische Wohlbefinden wie z.B. Stressbewältigung und Serotoninproduktion. Probiotische Nahrungsergänzungsmittel können ihren Nutzen nur eingeschränkt entfalten, wenn Ballaststoffe fehlen – dabei trägt eine ballaststoffreiche Ernährung nachweislich zum allgemeinen Wohlbefinden bei.

Produktvorstellung: „Ballaststoff natürlich & leicht BIO" (Artikelnummer: FT10179) von Kräuter Schulte

Was steckt drin? Das Produkt besteht aus einer sorgfältig zusammengestellten Mischung aus rein natürlichen BIO-Zutaten: Flohsamenschalen, Akazienfasern, Leinsaat, Agar Agar, Guarkernmehl, Rohkakao, Zitronenschalen und Löwenzahnwurzel. Diese Kombination liefert eine breite Palette an löslichen und unlöslichen Ballaststoffen wie Pektinen, Cellulose, Hemicellulose, Lignine, Inulin, Fructane und Galaktomannane – ideal für eine natürliche Darmflora.

Anwendung

Täglich 1-3 Esslöffel des Pulvers lassen sich leicht in Wasser, Milch, Smoothies, Joghurt oder Müsli einrühren. Das Pulver ist **vegan, gluten- und gentechnikfrei**.

Mit einem Ballaststoffgehalt von ca. 62 g pro 100 g kann das Produkt, ohne technisch veränderte Zutaten oder Extrakten, einen wichtigen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung hinsichtlich der Ballaststoffe leisten – und dabei angenehm geschmacksneutral.

Weitere Informationen und Bestellung unter: **kraeuterschulte.de**

Wildkräuter und Heilpflanzen online kennenlernen – geht das?

Viele denken, Heilpflanzen müsse man draußen erkunden – mit Wind in den Haaren und Erde an den Schuhen.

Beides stimmt. Schon früher wurde über Heilpflanzen in Schulen gelehrt. Unterricht fand drinnen und draußen statt – beides ergänzt sich wunderbar.

Online können Sie entspannt das „technische" Wissen sammeln: Woran erkenne ich die Pflanze sicher? Wo wächst sie? Welche Inhaltsstoffe besitzt sie? Wie kann ich sie für meine Gesundheit nutzen – und zum Würzen in der Küche, um mir und meinen Lieben Gutes zu tun?

Mit Detailfotos, klaren Erklärungen und Wiederholungen auf Knopfdruck lernen Sie Sammelregeln, Verwechslungen und rechtliche Grundlagen – ideal zur Vorbereitung auf echte Naturerlebnisse.

Draußen erleben Sie dann das, was kein Bildschirm bieten kann: Duft, Berührung und das Sammeln selbst. Online lernen, draußen staunen – die perfekte Kombination für alle, die Wildkräuter und Heilpflanzen mit Herz und Verstand nutzen möchten.

– *Isolde Richter, Schulleitung Naturheilschule und Fachbuchautorin*

Anzeige

Für Sie unsere Highlights

Wärmende Genussmomente mit der Kraft der Natur

Wenn die Tage kürzer werden und der Herbst Einzug hält, sehnen wir uns nach wohltuender Wärme und aromatischen Düften. Unsere heutigen Empfehlungen bringen genau das in Ihre Tasse: Fünf ayurvedisch inspirierte Klassiker, die Körper und Sinne gleichermaßen verwöhnen – Chai Latte, Goldene Milch, Griechischer Bergtee, Matcha Grüntee und wohltuende Kräutertees mit Kurkuma, Ashwagandha und Ingwer.

Würzig, vielseitig, einfach

Mit unserem Chai Latte Gewürzpulver holen Sie sich die indische Gewürzvielfalt ganz einfach nach Hause – ganz ohne Schwarztee, Zucker oder Milchpulver. Dadurch können Sie selbst entscheiden, wie süß oder stark Ihr Chai sein soll – und auch abends genießen, ohne wach zu bleiben. (Artikelnummer: FT10233)

Kurkuma-Genuss für Körper und Seele

Goldene Milch – auch bekannt als „Turmeric Latte" – ist ein traditionelles Getränk aus der ayurvedischen Lehre. Die Hauptzutat: Kurkuma. Es wird eine entzündungshemmende und stärkende Wirkung nachgesagt. Kombiniert mit anderen Gewürzen entsteht ein angenehm würziges, mild-scharfes Getränk. (Artikelnummer: FT10175)

Innere Balance durch ayurvedische Kräuterkraft

Erleben Sie die wohltuende Welt des Ayurveda mit sorgfältig abgestimmten Teemischungen aus traditionellen Kräutern. Natürliche Zutaten wie Kurkuma (Gelbwurz), Ashwagandha und Ingwer tragen dazu bei, das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele zu unterstützen. Diese Tees kommen ganz ohne Zusatzstoffe aus und bieten Ihnen eine aromatische Auszeit – ideal für entspannte Momente im Alltag. (Artikelnummer: FT5873, FT5872 und FT5871)

Natürlich entspannen, mediterran genießen

Gewonnen aus der aromatischen Pflanze Sideritis scardica, die in den Höhenlagen Griechenlands wächst, bringt der Griechische Bergtee Natur und Ursprünglichkeit direkt in Ihre Tasse. Sein Geschmack ist angenehm herb, kräftig und leicht zitronig – ganz ohne Koffein. Reich an natürlichen Antioxidantien, unterstützt er sanft das Immunsystem und ist ein vielseitiger Begleiter für bewusste Genussmomente. (Artikelnummer: FT4999)

Belebend, grün, voller Antioxidantien

Matcha ist fein vermahlener Grüntee aus Japan – bekannt für seinen hohen Gehalt an Antioxidantien und seine sanft anregende Wirkung. Ob klassisch mit heißem Wasser oder als cremiger Matcha Latte: Dieses leuchtend grüne Pulver ist eine ideale Wahl für alle, die natürliche Energie und einen klaren Kopf schätzen. (Artikelnummer: 7506)

Direkt online unter **www.kraeuterschulte.de** oder persönlich bei uns im Fachgeschäft in Gernsbach.

Anzeigen

Micky & Maus
HUNDESALON
Hier dreht sich alles um die liebevolle und professionelle Pflege ihres vierbeinigen Lieblings – mit viel Empathie, Erfahrung und einer großen Portion Leidenschaft!
Sophienstr. 40, 76133 Karlsruhe
0176 21820168
mickyundmaus_hundesalon
kontakt@mickyundmaus-hundesalon.de

klumpp
baut & saniert
- Neubau / Umbau / Sanierung
- Balkonsanierung
- Schimmelsanierung
- Bauwerksabdichtung
- Flachdachabdichtung
- Betoninstandsetzung
- Mauerwerksinjektionen
- Außenanlagen

Im Wiesengrund 22 ■ Gernsbach ■ 07224.7505
info@klumpp-baut-saniert.de
www.klumpp-baut-saniert.de

Für Sie mobil unterwegs
Pfötchenglück
Das Wohl der Tiere liegt in unseren Händen.
+49 176 61466326 info@pfoetchenglueck-hundephysio.de

Heilpraktikerin
Karin Storek
St.-Bernhard-Str. 4 • 76571 Gaggenau
Mobil 0152 – 533 80 577
E-Mail storek@hp-karin-storek.de
Web www.hp-karin-storek.de

Im Murgtal und weit darüber hinaus sind wir für Sie da.
Telefon 07224 16 23
Tag & Nacht
Aus Liebe zum Menschen
SCHENKEL
Ihre Bestattung in guten und sicheren Händen
Standort Gernsbach
Igelbachstraße 9
76593 Gernsbach
Standort Forbach
Landstr. 29
76596 Forbach
Wir sind immer für Sie da, wenn Sie uns brauchen.

Natürliche Heilung für Tierhaut

Wie eine Forscherin die Tiergesundheit revolutioniert

Foto: Markus Braumann

Dr. Beatrix Förster ist Immunologin, Naturfreundin – und Gründerin von Doderm, einem Start-up, das Hautpflegeprodukte für Tiere auf Basis natürlicher Antikörper entwickelt. Ihre Vision: eine tier- und umweltfreundliche Alternative zur konventionellen Wundversorgung. Mit wissenschaftlichem Know-how und viel Naturverbundenheit arbeitet sie an nachhaltigen Lösungen für ein gesünderes Miteinander von Mensch, Tier und Umwelt.

Frau Dr. Förster, wie ist aus Ihrer Forschungstätigkeit in der Humanmedizin ein Unternehmen für Tierhautpflege entstanden?

Über viele Jahre forschte ich an Immuntherapien gegen Krebs und sah, wie gefährlich banale Infektionen für geschwächte Patienten wurden, wenn Antibiotika nicht mehr wirkten. Je häufiger sie eingesetzt werden, desto größer das Risiko für Resistenzen – ein Problem, das wir nicht nur beim Menschen sehen. Rund 30 % der Hunde sprechen bereits kaum noch auf gängige Antibiotika an, wodurch chronische Hautinfektionen deutlich zunehmen. Ich wollte natürliche Alternativen entwickeln, die frühzeitig ansetzen – vor allem über die Haut, die wir durch Pflege und Mikrobiom-Stärkung gezielt unterstützen können.

Gibt es bestimmte Heilpflanzen oder Kräuter, die Sie in der Hautpflege für Tiere besonders empfehlen würden?

Wichtigste Voraussetzung bei Tierprodukten ist Lecksicherheit, denn Tiere erkunden ihre Haut oft mit der Zunge. Für die Regeneration bewährt sich Calendula, die Entzündungen beruhigt und die Heilung unterstützt. Kolloidaler Hafer wirkt juckreizstillend und stärkt die Hautbarriere, während Zaubernuss reizlindernd und leicht adstringierend wirkt. Ballonrebe hilft, die Haut zu beruhigen und Reizreaktionen abzufedern. In Kombination bieten diese Pflanzen eine milde, aber sehr wirksame Unterstützung, ohne die empfindliche Mikroflora zu belasten – ideal für sensible oder bereits geschädigte Tierhaut.

Gibt es Kräuter, die man Hunden ins Futter mischen kann, um Hautproblemen vorzubeugen?

Die Haut steht in enger Verbindung mit dem Darm. Kräuter wie Mariendistel (leberstärkend), Artischocke (verdauungsfördernd) und Inulin (präbiotisch) unterstützen die Darmgesundheit

und können so Hautprobleme mildern. Leinsamen liefern zudem wertvolle Omega-3-Fettsäuren zur Regeneration. So lässt sich die Haut von innen stärken – besonders bei allergieanfälligen Tieren.

Welche Gemeinsamkeiten gibt es zwischen der Haut von Mensch und Tier – und was bedeutet das für die Produktentwicklung?

Die Grundstruktur ist vergleichbar, doch Tiere haben durch ihr Fell ein eigenes Hautklima und meist eine dünnere äußere Hautschicht, weil das Fell zusätzlichen Schutz bietet. Zugleich schafft das Fell ein eigenes Mikroklima, das die Hautgesundheit beeinflusst. Bei Hunden sind Haarwurzeln zu Büscheln verschmolzen – ideale Räume für Bakterien, weshalb sie besonders anfällig für Hautinfektionen sind. Zudem unterscheiden sich pH-Werte: Menschliche Haut ist sauer, Hundhaut leicht basisch, Katzenhaut leicht sauer. Pflegeprodukte müssen daher pH-gerecht, fellfreundlich und lecksicher sein.

Gibt es Unterschiede in der Hautpflege zwischen Hund, Katze und Pferd – und worauf sollte man bei jedem Tier achten?

Hunde und Pferde brauchen oft aktive Pflege, da ihr Fell Schmutz und Keime speichert. Katzen sind sehr reinlich – verweigern sie die Fellpflege, ist das oft ein Alarmsignal. Bei ihnen ist Zurückhaltung wichtig: sanfte, lecksichere Produkte und viel Rücksicht auf ihr Verhalten.

Woran erkenne ich als Tierhalter eigentlich, dass mein Hund oder meine Katze Hautprobleme hat? Gibt es frühe Warnzeichen – und wie lassen sich harmlose Reizungen von ernsteren Verletzungen unterscheiden?

Verhaltensänderungen sind meist das erste Signal: häufiges Kratzen, Lecken, Scheuern oder Schütteln. Oft folgen später Rötungen, Schuppen oder veränderter Geruch. Besonders bei dichtem Fell oder bei Katzen, die Veränderungen gut verbergen, ist eine genaue Beobachtung wichtig. Grundsätzlich gilt: Wenn sich das Verhalten stark verändert oder die Haut geschädigt wirkt, sollte immer eine tierärztliche Abklärung erfolgen, um Infektionen oder allergische Ursachen früh zu erkennen.

Wie kam die Idee auf, Kuhmilch-Antikörper in der Tierhautpflege zu nutzen?

Die Haut ist unser größtes Organ und beherbergt eine vielfältige Mikroflora. Bei ekzemanfälliger Haut nimmt diese Vielfalt stark ab – Staphylokokken breiten sich aus, produzieren Toxine und schwächen die Hautbarriere. Bei Hunden ist dieses Ungleichgewicht besonders ausgeprägt. Kühe kämpfen mit denselben Keimen, wenn sie an Euterentzündungen leiden. Sie bilden dann spezifische Antikörper, die in die Milch übergehen. Diese nutzen wir, indem wir sie in Hautpflegeprodukte einbinden. Auf der Haut wirken sie wie ein kleines Immunsystem: Sie binden schädliche Keime, ohne die Mikroflora zu zerstören, und unterstützen die natürliche Abwehrkraft.

Anzeige

Aimilios Organics

Bio-Produkte aus einer Familie zwischen Prespa & Deutschland

Aimilios Organics steht für authentische Bio-Lebensmittel und ätherische Öle, die in liebevoller Familienarbeit entstehen. Unsere Wurzeln liegen im griechischen **Naturschutzgebiet Prespa**, einer Region, in der Landwirtschaft noch im Einklang mit der Natur betrieben wird. Was als kleiner Familienbetrieb begann, ist heute eine Brücke zwischen zwei Welten: der ursprünglichen Pflanzenkraft Griechenlands und dem hohen Qualitätsanspruch deutscher Kundinnen und Kunden.

Über **20 Jahre führten wir in Deutschland griechische Restaurants** – und suchten stets nach Lebensmitteln, die den Geschmack unserer Heimat widerspiegeln. Diese Erfahrung prägt bis heute unser Tun. Nach unserer Rückkehr nach Prespa beschlossen wir, die Produkte herzustellen, die wir uns damals selbst in der Gastronomie gewünscht hätten: naturbelassen, aromatisch, transparent in der Herkunft.

Besonders geschätzt wird unser **destilliertes Bio-Oregano-Öl**, das traditionell wegen seines hohen Carvacrol-Gehalts verwendet wird. Oregano gehört seit der Antike zu den stärksten aromatischen Heilkräutern des Mittelmeerraums. Viele unserer Kundinnen und Kunden nutzen Oregano-Öl – stark verdünnt – zur Unterstützung der Hautpflege oder in Phasen, in denen das Immunsystem besonders gefordert ist. Sein intensiver, würziger Charakter macht es zu einem der vielseitigsten ätherischen Öle der griechischen Kräuterwelt.

Ebenso beliebt ist unser **sortenreines Bio-Koroneiki-Olivenöl**, handgeerntet, schonend kalt extrahiert und bekannt für sein fruchtiges Aroma und Polyphenolgehaltes. Ergänzt wird unser Sortiment durch **griechischen Bergtee**, Lavendel- & Rosmarin-Öl, **Edelhonig aus Kastanie & Eiche** sowie traditionelle Spezialitäten wie die berühmten **Prespa-Riesenbohnen (PGI)**.

Anzeige

Aimilios Organics.

10% Rabatt mit Code: KS10

Bio-Produkte aus Prespa

Oregano-Öl • Olivenöl
Bergtee • Honig • Riesenbohnen
Familienbetrieb • Handarbeit • Naturrein

www.aimilios-organics.com

Eckenerstraße 6, 77652 Offenburg
info@aimilios-organics.com
Tel. 0781-9605231110

Wir laden alle Leserinnen und Leser von Kräuter Schulte ein, unsere Produkte zu entdecken – als kleines Stück Griechenland für den Alltag. **Exklusiv zum Jubiläum erhalten Sie 10 % Rabatt auf Ihre erste Bestellung: Code „KS10“**
Mehr über uns: www.aimilios-organics.com

Herzlich willkommen zum Kräuter-Schulte-Kreuzworträtsel!

Sie kennen sich mit Kräutern, Naturheilkunde und ätherischen Ölen aus? Dann machen Sie bei unserem **Kreuzworträtsel** mit – testen Sie Ihr Wissen und sichern Sie sich die Chance auf einen tollen Gewinn!

Tragen Sie die Lösungen in die Kästchen ein und finden Sie das Lösungswort, das sich aus den markierten Feldern ergibt.

1. Welches bekannte Küchenkraut ist eng mit der Minze verwandt und wird häufig in der mediterranen Küche verwendet?

2. Aus welcher Pflanze gewinnt man das fein duftende ätherische Öl, das oft in Badezusätzen enthalten ist und beruhigend wirkt?

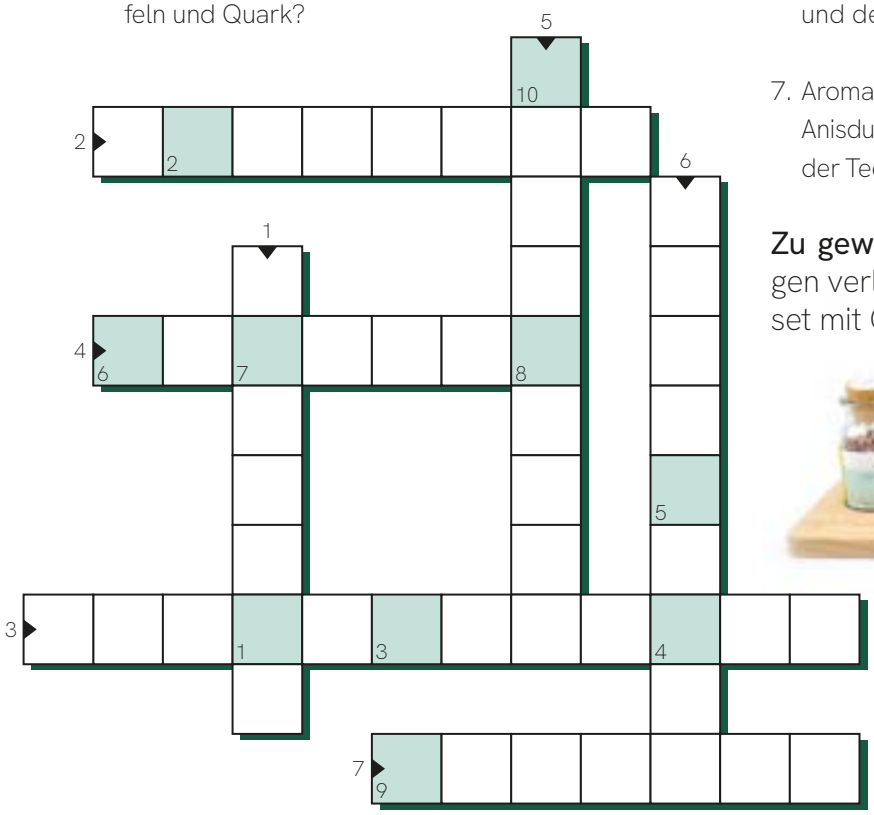
3. Welches aromatische Kraut aus dem heimischen Garten passt besonders gut frisch im Frühjahr zu Kartoffeln und Quark?

4. Tropische Wurzel, deren leuchtend gelbes Gewürz in Curry-Mischungen und der Ayurveda-Heilkunde eine wichtige Rolle spielt.

5. Welches in der Naturkosmetik beliebte Öl stammt aus den Blättern eines australischen Baumes und wirkt stark desinfizierend?

6. Räucherwerk aus dem Harz des Boswellia-Baumes, das seit der Antike in Ritualen, Kirchenzeremonien und der Naturheilkunde verwendet wird.

7. Aromatisches Gemüse mit mildem würzig-süßlichem Anisduft, das sowohl in der Küche als auch als heilender Tee bei Magen-Darmbeschwerden verwendet wird.



Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Zu gewinnen: Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir ein hochwertiges 5er-Gewürzset mit Gläsern Ihrer Wahl von Kräuter Schulte!

Senden Sie das gefundene Lösungswort per E-Mail an:
info@kraeuterschulte.de

Teilnahmeschluss: 30.03.2026

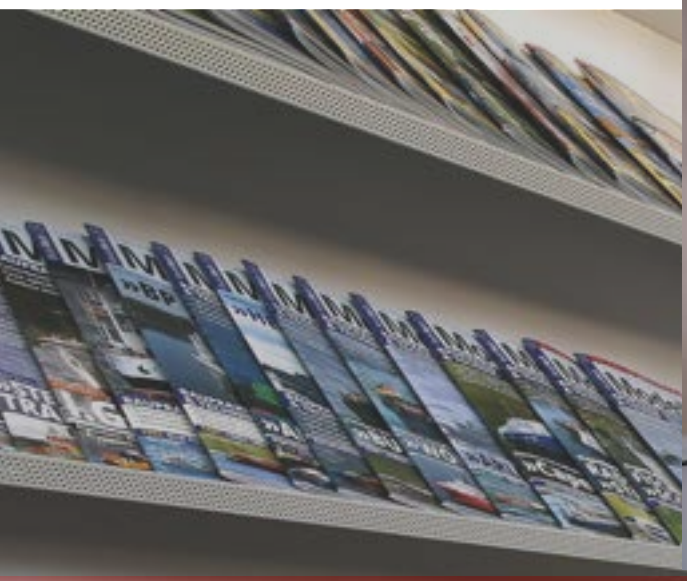
Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Rätseln und viel Glück beim Gewinnspiel!

Mit Ihrer Teilnahme am Gewinnspiel akzeptieren Sie unsere Datenschutzerklärung (https://shop.kraeuterschulte.de/Informationen/Datenschutz/). Für die Durchführung des Gewinnspiels sowie für den Versand unseres **E-Mail-Newsletters** werden die hierfür erforderlichen personenbezogenen Daten verarbeitet. Die Verarbeitung erfolgt auf Grundlage Ihrer Einwilligung gemäß Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO. Mit Ihrer Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, dass die Kräuter GmbH Ihnen regelmäßig (1-2 mal pro Monat) per E-Mail Informationen zu Angeboten, Produkten und Neuigkeiten aus der Welt der Kräuter zusendet. Sie können diese Einwilligung jederzeit über den Abmeldelink im Newsletter, oder die in der Datenschutzerklärung angegebenen Kontaktdaten widerrufen. Ihre Daten werden nur für die genannten Zwecke verwendet.

Verlag für Technik und Handwerk
neue Medien GmbH

KUNDENMAGAZINE | PERSONAL-MARKETING
NEWSLETTER-MARKETING | SOCIAL-MEDIA-BETREUUNG
BILD & VIDEO | GRAFIK & GESTALTUNG | PRESSEARBEIT

WWW.VTH-MARKETING-MEDIA.DE



Bertha-Benz-Straße 7
D-76532 Baden-Baden
+49 7221 - 50 87 - 13
info@vth-marketing-media.de