

DIE FÜR! ZEITUNG

NEUES VON DER INTERESSENGEMEINSCHAFT FÜR GESUNDE LEBENSMITTEL e.V. NR. 1/2010

2 Wasser:
Gut zu wissen

4 Alles Wurst? – Der Trend zu
gesünderen Wurstalternativen

6 IG FÜR Gewinner
genießen Bio-Urlaub

8 Spaß und Spiel
im Slow Mobil

Grußwort

Werte IG FÜR Mitglieder,
werte Interessierte,

immer wieder werde ich gefragt, warum wir das Wörtchen „FÜR“ in Großbuchstaben schreiben und welches Anliegen die IG FÜR verfolgt. Unser Ziel ist es, im „Füreinander“ gute Kräfte und gute Wege zu stärken – damit die Waage auf dieser unserer Erde nicht ganz einseitig absinkt und nur auf die schlimme, verlogene Seite ausschlägt. Deshalb zeichnen wir nun schon zum 20. Mal bei unserem großen Symposium „Kein Leben ohne Wasser“ am 25. März in der IHK Frankfurt eine Pionierpersönlichkeit mit dem IG FÜR Ehrenbrief feierlich aus. In diesem Jahr erhält Ulrich Walter (Lebensbaum) als Bio-Pionierunternehmer mit über 30 Jahren Erfahrung den Ehrenbrief. Frühere Ausgezeichnete sind zum Beispiel Sternekoch Johann Lafer, der sich stark macht für „Esskultur“, Felix Ahlers, Frosta TK-Produkte, für sein Reinheitsgebot, drei deutsche SOS-Kinderdörfer für mustergültiges Engagement mit Behinderten für Bio-Lebensmittel. Ja, wir möchten Mut machen und gute Ansätze verbreiten zu aktuellen Lebensmittel- und Vorbeugungsthemen. Wir plädieren für Ernährungslehre und Kochschulungen in Kindergärten und Schulen. Wir ermuntern unsere mehr als 650 Mitglieder, ihre Bundes- und Landesabgeordneten zu fragen, wie sie zu gesunden Lebensmitteln stehen und was sie gewillt sind, dafür zu tun. Wir freuen uns, dass sich uns immer mehr Menschen anschließen und unseren Einsatz für eine bessere Ernährung und ein Leben und Essen im Einklang mit der Natur weltweit unterstützen. Je mehr Menschen ihre Stimme für diese gute Sache erheben, desto unüberhörbarer wird der Chor!



Auf ein gesundes Wiedersehen freut sich Ihr
Georg Sedlmaier
Lebensmittelkaufmann,
IG FÜR Gründer

IG FÜR Symposium 2010 Kein Leben ohne Wasser!

Gesundbrunnen, Prestige- oder Massengut?

von IG FÜR Mitglied Volker Laengenfelder

Wasser – kein anderes Lebensmittel, aber auch kein anderer Rohstoff ist so untrennbar mit dem Menschen verbunden. Im Extremfall können wir selbst auf ein Grundnahrungsmittel wie Weizen oder einen so elementaren Rohstoff wie Erdöl verzichten, doch auf Wasser, das ursprünglichste „Mittel zum Leben“, nur wenige Tage. Mit der ständig wachsenden Erdbevölkerung, steigenden Meeresspiegeln und zunehmenden Dürreperioden ebenso wie mit dem fortschreitenden Auseinanderklaffen der Arm-Reich-Schere wird das ohnehin äußerst knappe Trinkwasser zu einem immer wertvolleren Gut. Auf der einen Seite haben rund 1,3 Milliarden Menschen keinen Zugang zu sauberem Wasser; Millionen von ihnen erkranken oder sterben jedes Jahr, weil sie ohne Wasser ihre Ernährungs- und Hygienegrundbedürfnisse nicht erfüllen können. Auf der anderen Seite gehen reiche Gesellschaften wie Deutschland oder die Schweiz nach wie vor verschwenderisch mit dem „blauen Gold“ um – sei es direkt in privaten Haushalten oder der Industrie, sei es indirekt, indem wir rund ums Jahr Obst und Gemüse im großen Stil aus wasserarmen, sonnigen Regionen importieren.

Wenn ein Gut knapp wird, wächst zwangsläufig das kommerzielle Interesse. Das gilt zunehmend auch für Wasser, wie etwa die fortschreitende Privatisierung der Wasserversorgung in Ländern wie Frankreich belegt. Mit der Verknappung und vielleicht auch mit einem wachsenden Bewusstsein hinsichtlich der vielfältigen Potenziale dieses Lebenselixiers erfährt Wasser eine Wertschätzung ganz anderer Art: als Genuss- und als Heilmittel. Die Zahl der Mineralwassermarken in Deutschland ist unüberschaubar, Spezialwässer besetzen Nischen, Gourmetrestaurants führen eigene Wasserkarten mit Preisen bis zu 60 Euro pro Liter (z. B. für



© Monika Frei-Herrmann/www.frei-kreativ.de

grönlandisches Eisbergwasser) und Wasser-Sommeliers empfehlen ausgesuchte Wässer zu bestimmten Anlässen. Aber auch Ärzte und vor allem Heilpraktiker verordnen ihren Patienten eine differenzierte Einnahme, je nach Behandlungsabsicht.

In diesem Spannungsbogen zwischen Lebensmittel, Handelsware und Luxusgut bewegt sich das diesjährige „IG FÜR Symposium“, zu dem wir Sie herzlich einladen. Experten verschiedener Fachbereiche richten ihren Blick auf das Thema Wasser: philosophisch, naturwissenschaftlich, aus NGO-Perspektive genauso wie aus Sicht von Industrie, Marketing und Handel. Hochinformativ, verständlich und über den Tellerrand hinausschauend. Mehrere Pausen garantieren den Austausch und die Vernetzung mit anderen Besuchern. Und der Plenarsaal der IHK, direkt neben der Frankfurter Börse gelegen, ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln und mit dem Auto gut zu erreichen.

Wir freuen uns auf Sie!

Weitere Infos und Anmeldung

unter: www.ig-fuer.de

E-Mail: symposium@ig-fuer.de

Koordinationsbüro: 069/750 688 15



Kein Leben ohne Wasser!

4. Internationales IG FÜR Symposium,
Do, 25. März 2010, 9 bis 17 Uhr,
Plenarsaal IHK, Börsenplatz 4, Frankfurt am Main

Programm und Themenübersicht

Moderation: Christine Neidhardt und Volker Laengenfelder

Vormittag

ab 9 Uhr

Empfang bei Kaffee, Tee und Gebäck

9.45 – 10.15 Uhr

Begrüßung durch Georg Sedlmaier,
Gründer der IG FÜR
Grußwort Stadt Frankfurt

10.15 – 10.45 Uhr

Dr. Christoph Quarch,
Philosoph und Publizist:
„Alles fließt – die
Weisheit des Wassers“



10.45 – 11.15 Uhr

Dorothea August, WWF Deutschland:
„120 Liter Wasser für eine Tasse Kaffee!
Wie viel Wasser braucht die Welt?“

11.15 – 11.45 Uhr

Kaffee und Gespräche im Foyer

11.45 – 12.15 Uhr

Dr. Jürgen Strube, Leiter KWALIS
Qualitätsforschung GmbH:
„Wasser als Mittel zum Leben!
Worauf kommt es bei Trinkwasser an?“

12.15 – 12.45 Uhr

Verleihung des IG FÜR Ehren-
briefes an den Unternehmer
Ulrich Walter (Lebensbaum).
Laudator: Prof. Dr. Götz Rehn

12.45 – 13.45 Uhr

Bio-Mittagsbuffet und Gespräche im Foyer

Nachmittag

13.45 – 14.15 Uhr

Wolfgang Schleicher,
Marketingteam Original Selters:
„Zweitausend Jahre Wasser
und Wein – vom Symposiarch
zum Sommelier“



14.15 – 14.45 Uhr

Axel Dahm, Vorsitzender der Geschäfts-
führung Gerolsteiner Brunnen:
„Gerolsteiner – Qualität gewinnt“

14.45 – 15.15 Uhr

Kaffee, Kuchen und Gespräche im Foyer

15.15 – 15.45 Uhr

Günther Nessel, taste! Food- and
Beverage Communication:
„Markenvielfalt im Wassermarkt –
vom Tafelwasser bis zur Luxusmarke!“



15.45 – 16.15 Uhr

Thomas Gutberlet, Vorstands-
vorsitzender tegut... gute Lebens-
mittel: „Wie läuft das Wasser
durch das Unternehmen und
wo läuft es davon?“



16.15 Uhr

Ende und Abschlussgespräche Foyer

Das Symposium wird unterstützt von:



Wasser ist nicht gleich Wasser

Entgegen der landläufigen Auffassung, Wasser sei lediglich ein chemisches Element mit der Summenformel H_2O und unintelligent, greifen wir bei unserer Forschung auf völlig andere Erkenntnisse zurück. Und dabei ist die Natur unser Lehrer. In der Natur ist Wasser ein Mischelement, das neben Wasserstoff und Sauerstoff auch gelöste Kohlenstoffe, Mineralien, Spurenelemente etc. enthält. Die Entstehung eines natürlichen Quellwassers durchläuft mehrere Stufen. Der natürliche Wasserkreislauf ist Verdunstung, Kondensation und letztendlich wieder Abregnen. Der entscheidende Prozess bei der Entstehung von natürlichem Quellwasser liegt zwischen Abregnen und Verdunstung. Durch die natürlichen Bodenprozesse entwickelt sich das „unvollkommene“ sauerstoffarme, kohlenstoffüberschüssige Wasser zu einem „vollkommenen“ Wasser, welches für uns Menschen erst konsumierbar wird. Durch den „schmerzvollen Geburtsprozess“ aus Grundwasser heraus,

durch Gesteins- und Bodenschichten gepresst nimmt dieses Urelement einen levitieren, spiralförmigen Aufstieg bis zur Quelle. Dort ist es noch nicht genießbar. Erst nach Sauerstoffanreicherung aus der Luft wird es nach einigen Metern bergabwärts ein für uns Menschen hochwertiges und vor allem physiologisch kompatibles Trinkwasser.

Es ist hoch energetisch (Elektronenüberschuss), hat eine antibakterielle (lineare Dipolstruktur) Wirkung und die Fähigkeit der Informationsspeicherung (Universität Stuttgart) in seinem kristallinen Begleiter, dem Kalkkristall. Dies bedeutet, dass alle Stoffe, die mit diesem Urelement in Berührung kamen, eine Visitenkarte hinterlassen.

In der heutigen Zeit finden wir nur energetisch minderwertiges bis totes Wasser vor. Wasser aus Leitung hat ein mehr oder weniger verschmutztes Milieu.

Unabhängige Labore (Universität Frankfurt, sueddeutsche.de, 13.03.2009, Institut für

aquatische Ökotoxikologie, TU Hamburg/Hamburg uvm.) bestätigen die Verunreinigung mit Hormonen, Antibiotika, Schwermetallen und Abwasserresten. Dies liegt zum größten Teil an dem mangelndem natürlich vorkommenden Quellwasser zur Trinkwassergenerierung. Auch Flaschenwasser ist differenziert zu betrachten. Die meisten Wässer sind gesundheitlich kontraproduktiv und fördern die Entstehung von Kalkablagerungen (Dr. Charles und Dr. William Mayo „Väter“ der Mayo-Clinic) im Körper. Besonders Wasser aus PET-Flaschen sind aufgrund verschiedener Weichmacher zu meiden.

Fazit: Das uns zur Verfügung stehende Wasser aus Leitungen und Flaschen ist dem menschlichen Zellwasser entgegengesetzt. Zur Herstellung eines kompatiblen Wassers ist eine Reinigung unerlässlich. Diese sollte im Idealfall der Natur angelehnt sein, also physikalisch erfolgen.

Weiteres auf www.atelier-imagination.de

Bioladen statt Discounter – oder was eine nachhaltige Druckerei auszeichnet

von IG FÜR Mitglied Volker Laengenfelder

Diese Ausgabe der IG FÜR Zeitung wurde ressourcenschonend gedruckt. „Also auf Recycling- oder FSC-Papier“ werden viele Leser denken. Ja, das ist richtig, und tatsächlich ist umweltfreundliches Papier der größte Aktivposten auf der Öko-Bilanz einer Druckerei. Doch wenn eine Druckerei konsequent nachhaltig arbeiten möchte, muss sie schon sehr viel weiter gehen, als „nur“ auf die Papierqualität zu schauen. LokayDRUCK, eine mittelständische Druckerei aus dem südhessischen Reinheim macht vor, was Nachhaltigkeit in Zeiten globaler Herausforderungen bedeutet.

„Nur wer schneller lernt, als sich die Umwelt verändert, wird überleben.“ Diese Erkenntnis hat Ralf Lokay im Laufe der letzten fünf Jahre erlangt. Seit er nämlich beschlossen hat, sein Unternehmen zur umweltfreundlichsten Druckerei Deutschlands zu machen. Die Geburt seiner ersten Tochter war das Schlüsselerlebnis zum Richtungswechsel. „Zu Hause achten wir seitdem auf gesunde, ökologische Ernährung. Bioladen statt Discounter war angesagt. Und diesen Qualitäts- und Lebensgewinn, vor allem diese zukunftsgerichtete Haltung gegenüber Mensch und Umwelt wollte ich auch auf meinen Betrieb übertragen, alles andere wäre für mich nicht glaubwürdig gewesen“, erläutert Firmenchef Lokay rückblickend. Gesagt, getan: Mit externer Hilfe wurde die Druckerei, sie ist seit 1930 in Familienbesitz, konsequent auf Nachhaltigkeit getrimmt, die Positionierung („ressourcenschonende

Printprodukte“) neu erarbeitet. Das alles ging natürlich nicht von heute auf morgen. Doch die Druckerei unter dem Führungstandem Ralf Lokay und Marketingleiter Thomas Fleckenstein hat bereits nach wenigen Jahren Beachtliches vorzuweisen: eine der ersten klimaneutralen Druckereien Deutschlands, EMAS-zertifiziert und Herausgeber der umfangreichsten Umweltpapier-Kollektion Deutschlands. Über solche Meilensteine hinaus beweisen die



Ralf Lokay (li.) und Thomas Fleckenstein bringen LokayDRUCK auf den Weg zur umweltfreundlichsten Druckerei Deutschlands.

Lokay-Drucker ihren ganzheitlichen Ansatz auch in internen Bereichen. Zum Beispiel durch Investitionen in modernste Anlagen die alkoholfreies Drucken ermöglichen, was bislang nur wenigen Druckereien gelingt. Der Mitarbeitergesundheit und der Umwelt nützt auch ein ganz anderer unternehmerischer Clou: Als erstes Unternehmen hat Lokay seinen Fuhrpark mit geleasteten Fahrrädern ausgestattet. Jeder Mitarbeiter, der sich verpflichtet, mindestens 50-mal

im Jahr per Pedale zur Arbeit zu fahren, erhält kostenlos ein „Klima-Rad“. Auch der Chef kommt so oft es geht mit dem Rad, und inzwischen wurde auch der Sprit fressende 4-Rad-SUV zugunsten eines Erdgasfahrzeuges ausgemustert.

Unternehmerischer Mut, der Blick für eine nachhaltige Zukunft und Konsequenz in der Umsetzung – das zeichnet Ralf Lokay aus. Eine Kombination, die nicht nur die zunehmend ökologisch denkenden Kunden würdigen, sondern auch Branchenspezialisten wie die Betreiber des Internetportals druckbesser.de. Sie haben vergangenen Sommer den ersten Umwelt-Druck-Report erstellt, ein 138 Seiten starkes Kompendium über alles Wissenswerte zu nachhaltigem Drucken. Natürlich fehlt auch nicht der Überblick über Deutschlands nachhaltigste Druckereien. An der Spitze der Top-50-Liste stehen zwei Druckereien, erst mit großem Abstand folgen die Nächstplatzierten. LokayDRUCK ist eine der beiden Top-Druckereien, mit einem nur minimalem Rückstand auf Rang zwei. Nach gerade fünf Jahren, so scheint es, steht Ralf Lokay davor, seine unternehmerische Vision umgesetzt zu haben. Doch die Erfahrung lehrt ihn, sich keinesfalls auf den Lorbeeren auszurufen. Denn wie lautet sein Motto? „Nur wer schneller lernt, als sich die Umwelt verändert, wird überleben.“ Und die Umwelt verändert sich derzeit rasend schnell.

Bildergalerie



Von Washington nach Kempten, 20.11.2009, Georg Sedmaier mit Theo Waigel.



IG FÜR Gründer Georg Sedmaier nach dem Gespräch mit Bundesministerin Ilse Aigner.



Georg Sedmaier mit Bischof Dr. Franz-Peter Tebartz-van Elst, Limburg.



IG FÜR Vorstandsmitglied Karl-Heinz Brand bei der Übergabe eines Spendenschecks an den Verein „Känguruh“ in Fulda. Die Spende kam von den Sponsoren des IPO/IG FÜR Kongresses „Volkskrankheiten kann man essen“.



Georg Sedmaier mit Seiner Eminenz Prof. Dr. Giovanni Kardinal Lajolo, Vatikan Rom.



Georg Sedmaier mit Bischof Dr. Gregor Maria Hanke, Eichstätt.



Alles Wurst? – Der Trend zu gesünderen Wurсталternativen

Wie bekömmlich und gesund Wurst sein kann!

von IG FÜR Mitglied Christine Neidhardt

Deutschland ist unbestritten ein Wurstparadies. Mit über 1.500 Sorten ist die Auswahl am deutschen Markt einmalig. Aktuell steht die Fleischbranche unter wachsendem Druck des Handels, immer billigere Produkte herstellen zu müssen. Dies lässt den Anteil an billigen Zutaten und Rohstoffen in der Wurst steigen. Es gibt aber auch eine Gegenbewegung. Qualitätsbewusste Fleisch- und Wursthersteller reagieren seit einigen Jahren auf den Langzeittrend zu weniger Fleischkonsum und zu einer gesünderen Lebensweise. Bei der DLG werden jedes Jahr mehr Wurstprodukte mit zusätzlichen Gesundheitsaspekten angemeldet. Innovative Metzger und Hersteller bringen neue Produkte auf den Markt, mit verträglicheren Fetten und rein natürlichen Zusatzstoffen. Hier einige Beispiele aus der Praxis.

Wurst nach herkömmlichen Rezepten enthält viele gesättigte Fettsäuren und Cholesterin, die bei zu hohem, regelmäßigem Verzehr die Gesundheit belasten können. Übergewicht, Herzerkrankungen, Rheuma, Gicht etc. können die gesundheitliche Folge sein. Wer hier vorbelastet ist oder diese Krankheiten hat, sollte auf Wurstwaren größtenteils verzichten. Gerade in der heutigen Zeit, in der immer weniger Menschen körperlich schwere Arbeit leisten, ist es wichtig, auf eine ausgewogene Ernäh-

rung zu achten. Auch Jugendliche, die sich wenig bewegen, kämpfen heute schon mit Fettpolstern. Hier sind Wurstwaren mit weniger Fett und gesünderen Zutaten gefragt. Die Metzgerei Prosiegel aus dem fränkischen Berolzheim bietet seit diesem Jahr eine Alternative: Eine gesunde Bratwurst mit besser verträglichem Fett. Metzger Prosiegel erläutert: „Bei unserer Sonnenwurst haben wir das Tierfett durch Sonnenblumenöl, Rapsöl und mittelkettige Pflanzenfette (Mct) ersetzt. Die Zahl der Kunden, die sich gesund mit besseren Fetten ernähren möchten, nimmt stetig zu. Deshalb bin ich überzeugt, dass wir mit den gesunden Würsten ein zukunftsträchtiges Produkt auf den Markt gebracht haben.“ Besonders positiv wirken die essentiellen Fettsäuren, aber auch die mittelkettigen Fettsäuren (mct). Sie können den Cholesterinspiegel senken, werden nicht in das Fettgewebe eingelagert und versorgen den Körper über längere Zeit mit hochwertiger Energie. Erhältlich ist die gesunde Wurst an den drei Standorten der Metzgerei in Berolzheim, Weißenburg und Gunzenhausen. 2008 hat die Metzgerei ein europäisches Patent für mehrfach energetisiertes Wasser in Wurstwaren erhalten. Auch IG FÜR Mitglied Roland Paule, Produktentwickler und Inhaber der Firma Natursteiger, ist einer der Innovatoren der Branche. In direktem Kontakt mit Herstellern und Metzgern entwickelt er inno-

vative Rezepturen für Wurstwaren, die auf jegliche Zusatzstoffe verzichten. So bietet die Firma Maier aus Hilzingen, Partner von Natursteiger, Wurst- und Schinkenspezialitäten an, die für Allergiker geeignet sind. Sie enthalten z.B. keine künstlichen Aromazusätze, keine Allergie auslösenden Stoffe, kein Gluten und auch keine E-Stoffe. Der Vorteil der Produkte liegt bei einem sehr aromatischen Geschmack, einem geringen Anteil an Säure- und Bitterstoffen, wohlthuende Wirkung, hohe Verträglichkeit sowie einer längeren Haltbarkeit und Frische.

Roland Paule zeigt wie man mit innovativen Rezepturen auf diese Zusatzstoffe verzichten und sehr gut verträgliche, gesündere Wurstwaren herstellen kann. In mehrtägigen Workshops gemeinsam mit anderen Experten vermittelt er Metzgern und Handelspartnern seine Kenntnisse und unterstützt bei der Umsetzung. Jahrelang hatte er persönlich gesundheitliche Probleme und reagierte allergisch auf Zusatzstoffe. Da er nicht auf Wurstwaren verzichten wollte, hat er sich auf den Weg begeben, hier mutig gesündere Alternativen zu entwickeln. So achtet er zusätzlich auch auf pH-Werte von Wurstwaren, da bei zu niedrigen Werten dem Körper hier unnötige Säuren zugeführt werden, die wiederum zu allergischen Reaktionen führen können.

Beispiel für eine herkömmliche Wurstrezeptur:

Schweinefleisch, (Rindfleisch), Speck, (Trinkwasser), jodiertes Speisesalz, Gewürze, Dextrose, Glukosesirup.
Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Xanthan. Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure, Natriumascorbat. Säureregulatoren: Milchsäure, Kaliumlactat, Natriumacetate. Stabilisator: Diphosphate. Gewürzextrakte, Gewürzaroma. Konservierungsstoff: Natriumnitrit. Allergene: mit Senf und Sellerie.

Innovatives Rezept nach Roland Paule:

Schweinefleisch, (Rindfleisch), Speck, (Trinkwasser), Natursalz, Naturgewürze, Waldhonig, Würzöl, Sanddornöl.

In dieser Rezeptur können folgende natürliche Inhaltsstoffe enthalten sein: Natursalz, Meersalz, Naturgewürze, Naturkräuter, Waldhonig, Petersilienwurzel, Liebstöckelwurzel, lebenswichtige Fettsäuren (Linolsäure), Eisen, Vitamine, Spurenelemente, Enzyme, Aminosäuren und Chrom.

Mehr Informationen finden Sie unter:
www.natursteiger.de
www.spezialwurstwaren.de
www.metzgerei-prosiegel.de

Vom Wein und vom Wasser

von IG FÜR Mitglied Wolfgang Schleicher

Das Alte Testament und die Kultur der antiken Völker bergen eine Fülle von Zeugnissen über den Genuss von Wasser mit Wein. „Wie Lebenswasser sei der Wein dem Menschen, wenn er es trinkt in rechtem Maße“ (Jesus Sirach). Die antiken griechischen Symposien waren ohne Wein und Wasser nicht denkbar. Während dieser meist privaten Zusammenkünfte, oblag es dem Symposiarch, neben den bis zu 42 Litern bereitzustellenden Weines für die meist 14 bis 22 Personen, ausreichend bestes Wasser vorzuhalten. Beide Getränke dienten der Bewahrung geistiger Lebendigkeit, der bis in den frühen Morgen währenden Séancen.

Die in späteren Jahrhunderten, insbesondere in den mediterranen Ländern ausgebildete Ess- und Trinkkultur, in welchen Wein und Wasser immer gleichzeitig und gleichwertig Genuss steigernd empfunden wurden, schuf ein allgemeines Bewusstsein unter der gebildeten Bevölkerung für ein harmonisches Miteinander beider Getränke. Der Wein und das Wasser, beide sind sie bewundernswerte Kompositionen der Natur, in welche der Mensch, Winzer oder Brunnenmeister nur behutsam hygienisch eingreift. So wie die Traube ihre eigenständigen Fruchtcharakteristika, vom Felsgestein, vom Muschelkalk oder von vulkanischer Erde geprägten Ausdruckskörper erhält, so kunstvoll gestaltet tiefes, Jahrtausende altes, gehaltvolles mineralisches Gestein ein hochwertiges Mineralwasser. In beiden, im Wein und im mineralhaltigen Wasser, sind die kostbaren Inhaltsstoffe und Spurenelemente aus den Bodenschichten gelöst und aufgenommen. Wein ist wie das Wasser ein besonders Gut und ein Geschenk aus Gottes Erde.

Der Ursprung der Kultquelle Selters

Civitas Taunensium nannten die Römer vor mehr als 2000 Jahren ihren Verwaltungsbezirk zwischen den beiden Flüssen Main und Lahn an der Nahtstelle zum Siedlungsraum der Kelten – nordöstlich der Wetterau. Die Menschen dieser Volksgruppe lebten hier in ständiger Berührung mit der römischen Besatzung, mit deren Riten, Sitten, Lebensweisen und deren Sprache. Zahlreiche lateinische Wörter und Begriffe vermischten sich mit den keltischen Dialekten, fanden Eingang in die tägliche Umgangssprache, besonders für Produkte und Waren, welche beiderseits des Limes gehandelt wurden. Von den Römern hoch geachtet schien insbesondere das reine Quellwasser der Kelten. Sie nannten es „Saltarissa“, gebildet aus dem germanischen Wurzelstamm „salt“ für Salz (römisch „salta“ für springen) und „rissa“, die Bezeichnung für aufsteigend – der Ursprung für die Benennung „Selters“. Im Urkundenbuch des Klosters Lorsch wird der Ort 772 erstmals als Saltarissa amtlich erwähnt.

In späteren Jahrhunderten erkannten Mediziner den therapeutischen Wert des Mineralwassers, insbesondere Friedrich Hoffmann aus Halle, einer der berühmtesten Ärzte und Naturwissenschaftler des 17. Jahrhunderts an der Universität Jena. Unter seinen 398, vorwiegend in lateinischer Sprache abgefassten Schriften befinden sich 14 Arbeiten über Mineralwässer und Mineralbrunnen, darunter der Seltersbrunnen. „Dieser Brunnen öffnet die Verstopfungen von Leber, Milz, Lungen, Nieren und Blasen“.

In der Folge erreichte Selters Mineralwasser einen ungeahnten Höhenflug. Es wurde über Europa hinaus in viele überseeische Länder exportiert. Selters mutierte zum Inbegriff deutschen Mineralwassers. Es heißt in Frankreich „Eau de Seltz“, in Italien „aqua di seltz“, im spanischen „agua de seltz“ und in Russland nennt man es „Selterskaja woda“, in anderen osteuropäischen Ländern „Woda selcerka“.

Kurz und bündig

DHB stellt sich neu auf

Nach über 90 Jahren orientiert sich der Verband DHB neu. Er heißt jetzt „DHB-Netzwerk Haushalt/Berufsverband der Haushaltsführenden e.V.“. Damit wird eine Öffnung von der Tradition in die Moderne vorangetrieben und spricht Frauen und Männer gleichermaßen an, im Sinne einer gleich gemeinsamen Haushaltsführung.

„Es kommt nicht darauf an, was Sie zwischen Weihnachten und Silvester essen – sondern darauf, was Sie zwischen Silvester und Weinachten essen“.

Prof. Dr. Claus Leitzmann
(IG FÜR Mitglied)



„Die Entwicklung des ländlichen Raums und der Landwirtschaft zur Sicherung der Welternährung wird ein Schwerpunkt meiner Entwicklungspolitik sein. Ich bin überzeugt, dass dies nur gemeinsam mit der Zivilgesellschaft, den Stiftungen und insbesondere der Privatwirtschaft gelingen kann. Für Ihr Engagement in diesem Bereich, das große Anerkennung verdient, wünsche ich Ihnen viel Erfolg.“

Dirk Niebel

Bundesminister für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung in einem Brief an die IG FÜR.

IG FÜR Gewinner genießen Bio-Urlaub

von IG FÜR Mitglied Paul Werner Hildebrand



Kinder und Jugendliche erleben ein Urlaubsparadies.

Vor gut einem Jahr wurde ein Wettbewerb gestartet mit dem ein neuer Name und Schriftzug für die Interessengemeinschaft gesucht werden sollte. Viele IG FÜR Mitglieder reichten ihre Vorschläge ein und eine Familie wurde schließlich unter allen Bewerbern ausgelost. Die Belohnung: eine Woche Aufenthalt im Naturhaus Lehnwieser im österreichischen Ramsau am Dachstein mit köstlich vegetarischer Bio-Küche.

Maria und Erich Pleninger, seit Jahren überzeugte IG FÜR Mitglieder, packten vor ca. 20 Jahren in Frankfurt am Main ihre Koffer, nachdem sie ihre fliegende Karriere bei der Lufthansa freiwillig und gerne aufgaben, um in Ramsau eine idyllisch gelegene Pension in ein ökologisches Naturhaus zu verwandeln. Eine biologisch vegetarische Pension inmitten der vielen Alpengasthöfe?

Erich Pleninger dazu: „Am Anfang waren wir hier im Tal die Spinnertent und wurden belächelt.“ Nachdem sich zeigte, dass das Naturhaus eine kontinuierlich höhere Buchungsauslastung hatte als andere Pensionen und Hotels, wuchs die Neugierde auf das offensichtliche Erfolgskonzept der Pleningers. Maria und Erich sind wahre Öko-Pioniere und gründeten in jahrelanger Arbeit die Bio-Region Ramsau, in der sich bis heute viele Pensionen, Hotels und Gasthöfe zusammengeschlossen haben (www.bioregion-ramsau.at). Das Konzept der Pleningers beinhaltet ein Projekt zur Ausbildung von Jugendlichen, die auch aus einem sozial schwierigen Umfeld stammen können. Sie werden als Köche oder Gastronomiekaufleute ausgebildet und in die ökologische Arbeitsgemein-

schaft integriert. Neben der köstlich leckeren Küche bietet das Naturhaus seit ein paar Jahren auch hervorragende Seminar- und Gruppenräume an.

Das Naturhaus Lehnwieser ist für IG FÜR Mitglieder zu allen Jahreszeiten eine ideale Urlaubsadresse.

Bei Maria und Erich Pleninger sind Lebensmittel wirklich noch Mittel zum Leben und werden es auch bleiben.

Mehr: www.Naturhaus-Lehnwieser.at



Das Naturhaus Lehnwieser vor dem Dachsteinmassiv.

Nachhaltigkeit in der Unternehmensführung

von Dietlind Kleinwächter



Georg Sedlmaier referiert in Bad Homburg vor 100 Unternehmensberatern.

Am 3. November 2009 trafen sich rund 100 Unternehmensberater aus dem Rhein-Main-Gebiet zum 5. regionalen Consultingtreffen Frankfurt RheinMain „Get together – Who is who – Vol. V“ in der Englischen Kirche Bad Homburgs.

Zum Thema: „Nachhaltigkeit in der Unternehmensführung“ sprach Georg Sedlmaier, ehemaliges langjähriges Vorstandsmitglied von tegut....

Grundsätzlich ist Nachhaltigkeit unter den drei Begriffen sozial, ökologisch und ökonomisch zu betrachten. Darüber hinaus sollten, laut Georg Sedlmaier, der Mensch, die Ware und Kultur für eine nachhaltige Unternehmensführung berücksichtigt werden. Zum Thema „Mensch“ nennt Sedlmaier den Grundsatz: „Nur ein gut informierter Mitarbeiter ist ein gut motivierter Mitarbeiter“. Neben Aufklärungsprogrammen für Mitarbeiter steht vor allem aber auch soziales Engagement. So betreut beispielsweise tegut... fünf SOS-Familienhäuser für Waisenkinder. Nachhaltige „Waren“ sind

in der heutigen Zeit mit zum Teil heftigen Konflikten verbunden.

Während tegut... mit vielen regionalen Produkten und einem breiten Bio-Sortiment im Angebot, sowie einem Reinheitsversprechen für die Eigenmarken werben kann, stehen auf der anderen Seite, konkurrierend, große Unternehmen, die mit Hilfe der Gentechnik Monopole und Patente auf Pflanzen- und Tiergene aufzubauen versuchen. Unterstützung findet tegut... unter anderen bei der IG FÜR, die sich für eine natürliche Vielfalt ohne Agro-Genmanipulation einsetzt.

Zum Begriff „Präsentation“ stellte Sedlmaier das tegut... Marktplatzprinzip mit Wohlfühlatmosphäre ohne Zwangsführung vor. Demnach sind die Märkte nach dem Tagesablauf, Frühstück, Mittag und Abend, aufgeteilt. Entscheidend ist, dass die Konzeptarbeit Transparenz und Offenheit widerspiegelt, ganz nach dem Grundsatz, zitiert nach Goethes Faust: „Nur die Wahrheit baut.“

Berichte und Veranstaltungstermine der IG-FÜR Arbeitsgruppen

Arbeitsgruppe Fulda

von IG FÜR Mitglied Karl-Heinz Brand

Auch im 2. Halbjahr ging es mit Schwung weiter.

Am 2. September 2009 hatten wir einen interessanten Vortrag von Dieter Hau, Heilpraktiker/Masseur zum Thema „Heilkräfte aktivieren durch Reflexzonenmassage“.

Der Vortrag von Werner Hartmann, langjähriges IG FÜR Mitglied und Bio-Landwirt aus Flieden „Öko-Landbau – Landwirtschaft mit Mehr-Wert“ wurde auf 2010 verschoben.

„Karl-Heinz liebt weiße Weihnacht“ – dabei ging es am 2. November 2009 nicht um den Verfasser dieses Berichtes, sondern um den Vortrag von Ute Petrak, Leiterin der Tee-Geschwendner Filiale in Fulda. Frau Petrak hat eindrucksvoll und begeistert ver-

schiedenste Teesorten und -richtungen vorgestellt. Zudem waren die richtige Tee-Zubereitung zu lernen und Sorten zu verkosten. Insbesondere die herbstlich-winterlichen und weihnachtlichen Geschmacksrichtungen standen im Vordergrund, so auch die Sorte „Karl-Heinz der Herbsttee“.

Schließlich war am 7. Dezember 2009 Dr. Eckhart Schlinzig, Geschäftsführer der Herzberger Bio-Bäckerei und langjähriges IG FÜR Mitglied bei uns. Eine große Zuhörergruppe konnte vieles über die Entwicklung der Herzberger Bäckerei aus den ersten Anfängen, die Besonderheiten einer Bio-Bäckerei und deren Backverfahren und das Lebensgut Wasser mit seiner Wirkung auf die Backwaren direkt vom Chef erfahren. Anschließend wurden von Herrn Reimuth,

Leiter der Produktion, die Herzberger Bio-Weihnachtsbackwaren verkostet und wir konnten selbst schmecken was Dr. Schlinzig uns vorher versprochen hatte.

Für das neue Jahr haben wir nach einer Pause in den Januar-Winterferien schon für das erste Halbjahr die Termine und Referenten geplant, am 1. Februar 2010 ist Frau Cornelia John eingeladen.

Veranstaltungsort:
tegut... Cafeteria
Gerloser Weg 72, Fulda

Arbeitsgruppe Allgäu

von IG FÜR Mitglied Georg Sedlmaier

Veranstaltungstermine:

Mittwoch, 13. Januar 2010, um 19.30 Uhr
mit Christine Räder, Dipl.Ing.agrar. Geschäftsführerin des Bio-Rings-Allgäu
„Weltagrabericht kontra Agro- Gentechnik?“
Was kann der Weltagrabericht für eine gesunde Welternährung beitragen?“

Mittwoch, 10. Februar 2010, um 19.30 Uhr
mit Susanne Boms, Dipl.Oecotrophologin, AOK - Ernährungsberatung
„Essen, was das Herz begehrt - Mediterrane Ernährung auf allgäuerisch“

Mittwoch, 10. März 2010, um 19.30 Uhr
mit Prof. Dr. med. Hans Jürgen Pesch, Universität Erlangen
„Volkskrankheiten - wie bleibe ich gesund?“
Ein Pathologe weiß bescheid!
Was kann Ernährung beitragen?“

Mittwoch, 14. April 2010, um 19.30 Uhr
mit Susanne Schwärzler, Demeter - Bäuerin aus Dottenried
„Die Milch, die Kuh und ihre Hörner“

Mittwoch, 12. Mai 2010, um 19.30 Uhr
mit Prof. Dr. med. Claus Leitzmann, Uni Giessen
„Krebs und Ernährung - neue Forschungsergebnisse“

Veranstaltungsort:
Bistro Orange
Fischersteige 6
Kempten/Allgäu

Kontakt:
Georg Sedlmaier:
sedlmaier.g@googlemail.com
E-Mail: info@ig-fuer.de,
Homepage: www.ig-fuer.de



Das Slow Mobil vor dem Bockenheimer Depot in Frankfurt am Main

Kinder lernen mit Spaß und Spiel im Slow Mobil

von IG FÜR Mitglied Uschi Pflock

Warum gibt es ein Slow Mobil?

Es gibt sicherlich viele Überlegungen – gut gemeinte, wohl durchdachte – wie man unseren „Nachkommen“ etwas über gesunde Ernährung oder nachhaltige Lebensmittel nahe bringen kann. Aber leider funktionieren die üblichen Lernmethoden nur in den seltensten Fällen. Kinder, vor allem die kleineren (und die liegen uns besonders am Herzen, denn mit denen fängt alles an), ticken nun mal anders. Sie wollen in erster Linie spielen und Spaß haben. Wenn man nun das Lernen mit Spaß und Spiel unter einen Hut bringen kann, hat man ideale Voraussetzungen, seine Ziele zu erreichen. Und dafür musste ein Slow Mobil her, ein fahrbarer Küchenwagen, der zu Schulen, Kindertagesstätten, Kindergärten und Horten fahren kann, um dann direkt vor Ort mit den Kindern schmackhafte, genussreiche Speisen zubereiten zu können.

Impressum

Herausgeber:

Interessengemeinschaft FÜR
gesunde Lebensmittel e.V.
Georg Sedlmaier (V.i.S.d.P.)
Gerloser Weg 72
36039 Fulda

Redaktion:

Arbeitskreis Öffentlichkeit der IG FÜR

Layout, Satz, Schlussredaktion:

organic Marken-Kommunikation GmbH

Welche Ziele haben wir ?

Es ist erschreckend: Wohl die wenigsten Kinder haben heute noch die Fähigkeit zu schmecken. Mit natürlichen Aromen können sie nichts anfangen. Sie sind so voll gefüllt mit künstlichen Zusatzstoffen, dass sie beispielsweise frische Erdbeeren und Himbeeren für künstlich halten oder ganz einfach für doof. Und mit dem Wissen über die Herkunft von Produkten ist es auch sehr schlecht bestellt. Auf die Frage, woher denn die Milch komme, sind Antworten wie „Aus dem Kühlregal wie Cola“ durchaus häufig.



Und so muss man mit der Unterweisung ziemlich von vorne anfangen. Mit Pädagogen und Köchen wollen wir den kleinen Menschen Orientierungshilfe in Sachen guter Ernährung geben. Das Slow Mobil soll ihnen zur Entdeckung verhelfen, wie einfach es ist, mit gesunden Lebensmitteln zu kochen. Und wie toll das schmeckt. Und wie viel Spaß das vor allem macht!

Das Frankfurter Slow Mobil!

Es gibt schon ein Slow Mobil in München, das sehr erfolgreich unterwegs ist. Nun haben einige Frankfurter Slow Food Mitglieder beschlossen, dass die Region Frankfurt auch ein solches Gefährt braucht. Wir haben einen alten Bauwagen gekauft, den Kindergartenkinder von außen wunderschön bunt bemalt haben. Im Innern befindet sich eine moderne Küche, die so konzipiert ist, dass

die kleinen Köche gefahrlos mit Hand anlegen können. Und es gibt einen gemütlichen Essplatz, wo die selbst zubereiteten Speisen dann gemeinsam verspeist werden. Auf diese Weise hoffen wir, den „Milupa-Milchschnitte-Maggi-McDonalds-Zyklus“ bei möglichst vielen Kindern zu durchbrechen. Und wir hoffen, dass der so geschulte Nachwuchs dann auch mit höherem Anspruch an die Kochkünste der Eltern nach Hause zurückkehrt.

Übrigens, Sie können auch was fürs Frankfurter Slow Mobil tun

Sie können die Slow Mobil-Idee fördern, indem Sie Mitglied bei Junior Slow Frankfurt e.V. werden. Oder indem Sie unseren Verein, der als gemeinnützig anerkannt ist, mit Spenden unterstützen. Oder indem Sie beides tun.

Mehr: www.slowmobil-frankfurt.de



Die Kinder machen begeistert mit.