

SonnenMoor

NATUR GESUND

DIE ZEITUNG FÜR PARTNER UND FREUNDE VON SONNENMOOR

Ausgabe
2/2009

Erlebnis Moor

Moorlandschaften verbergen viele Geheimnisse, denn seit vielen Jahren werden Sagen und Mythen übers Moor erzählt. Moore gelten immer schon als rätselhaft, weil durch überlieferte Geschichten ja Geister und Gespenster im Moor leben. Irrlichter führten Menschen aus dem Moor oder ins Moor. Spannend! Wir wissen, dass diese Erzählungen heute entzaubert sind, trotzdem hat das Moor nichts von seiner Anziehungskraft verloren.

Eine Wanderung durch eine Moorlandschaft ist etwas ganz besonderes, weil dieses Gebiet die volle Kraft der Natur beinhaltet und in einem Entwicklungszeitraum von ca. 12.000 Jahren entstanden ist. Im Wald eingebettet oder frei am Fuße eines Berges liegend, ein Moor ist faszinierend. Allein die Entstehung ist schon imposant. In Salzburg am Fuße des Untersberges, dort wo das Moor von SonnenMoor liegt, ergab sich ein gewaltiges Naturschauspiel.

Die Gletscherzungen bildeten sich links und rechts vom Untersberg und zogen sich bis Deutschland und Oberösterreich. Nachdem sich die Zungen zurückgezogen haben, entstand in dem sich gebildeten Salzburger See das Moor. In diesem See wurden wertvolle und an Inhaltsstoffen

reichhaltige Pflanzen, Blätter, Bäume und Samen durch einen Humifizierungsprozess also unter Luftabschluss zu Moor umgewandelt. So entstand in diesem Becken das wertvolle Salzburger Moor aus Leopoldskron, das SonnenMoor verwendet.

Eine Heidewanderung durch ein Moor ist wirklich fesselnd, und ein Sparzierring rund um einen Moorsee ist energiespendend und beruhigend. Die Stille, die in einem Moor herrscht ist einzigartig. So ruhig! Weitab von der unmittelbaren Stresswelt ist eine beeindruckende Fauna und Flora zu erleben, den Stimmen von Vögeln lauschen, die Enten übers Wasser schweben sehen und Libellen beim Tanz im schimmernden Licht beobachten. Das Leben im Moor ist für

Inhalt

- **Erlebnis Moor**
Geheimnisvolle und faszinierende Moorwelt
- **Ernährung - Signale des Körpers und gesund bis 100.**
Wie Nahrungsmittel unseren Körper beeinflussen!
- **Interview mit Franz Fink**
Warum ist Moor zum Baden so gesund?
- **SonnenMoor Produktwelt**
Neu - MOOR zum Baden, MOOR Maske, MOOR Packung, ...
- **Naturerlebnis Moor**
Schönramer Filz, Muesum Klaushäusl Tierisches
- **Kinder aufgepasst!**
- **SonnenMoor News**
Staatspreis - 3. Platz
- **SonnenMoor Geschichte**
Kniefall vor dem Matterhorn

Neue
Moorprodukte!

Tiere und Pflanzen nicht leicht, aber sie haben sich perfekt an die wilden und kargen Umstände angepasst. Im Moor wachsen wunderschöne Moorbirken, Grasgewächse, fleischfressende Pflanzen und das schön blühende Heidekraut. Eine wundervolle und farbige Naturpracht bietet sich dem Betrachter und spendet Kraft. Erleben Sie Moor – jetzt auch zu Hause!



SonnenMoor Brot mit Trinkmoor

Versuchen Sie doch auch einmal ein leckeres und gesundes Brot mit Moor selbst zu backen.



Zutaten:

- 500 g Dinkelvollkornmehl - frisch gemahlen
- 1 Pkg. Bio-Trocken-Backhefe
- 1/4 l bis 1/2 l lauwarmes Wasser
- 4 EL SonnenMoor Trinkmoor
- 2 - 4 TL Gewürze (Salz, Brotgewürz, etc.)
- Samen und Kerne nach Belieben: Leinsamen, Sesam, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne

Zubereitung:

Mehl mit der Trockenhefe, den Kernen und Samen vermischen, dann langsam die Flüssigkeit zugeben und Gewürze untermengen. Die Teigmasse gut durchkneten und zwischen durch Trinkmoor beimengen.

(SonnenMoor Tipp: vermischen Sie 4 EL Trinkmoor mit etwas Wasser).

Teig kurz aufgehen lassen. Geben Sie den Teig in eine Brotform oder machen Sie Weckerl. Ganz nach Lust und Laune!

Bei 180 °C ca. 45 Min. backen.

Kinder brauchen für ihren Wachstum gesunde Ernährung. Lernen Sie Ihren Kindern, was sie für einen gesunden Körper benötigen und laden Sie die Kleinen und auch die Großen zum Mitmachen ein! So kann das Kochen mit gesunden Nahrungsmitteln zum Familienevent werden, und alle haben Freude und Lust am gesunden Essen! Lassen Sie sich von guten Geschmack überraschen!

SonnenMoor Tipp

Lagern Sie das Brot in einer Küchenrolle oder in einer Serviette eingewickelt so lange es noch frisch ist!

ERNÄHRUNG – Signale des Körpers beachten und gesund leben bis 100!

Ernährung ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Wohlbefindens. Unsere Lebensmittel sollen ausgewogen und gesund sein, dann sind es auch wir. Unser Körper sendet Signale, wenn er sich nicht gut fühlt oder falsch versorgt wird.

Schenken Sie Ihrem Körper genügend Aufmerksamkeit? Sie beschweren sich doch auch, wenn Ihr Gegenüber nicht zuhört und nicht antwortet. Beachten Sie Ihrem Körper besonders nach dem Essen. Reagiert der Körper mit Müdigkeit oder mit Energie? Ist er aggressiv und laufen Sie gleich nach der Mahlzeit zur Toilette? Achten Sie darauf, dann wissen Sie auch wie gesund Ihr Essen für Ihren Körper ist? Übergewicht und viele Zivilisationskrankheiten sind die besten Anzeichen für falsche Ernährung!

In den Zeiten der Wirtschaftskrise schauen

viele Menschen darauf, was günstig ist. Doch ist das wirklich sinnvoll? Günstig ist nur der Preis! Die Qualität ist oft unzureichend und die Inhaltsstoffe sind wertlos. Nahrung ist der wichtigste Energielieferant für Ihren Körper. Also gönnen Sie Ihrem wertvollsten Gut, Ihrer Gesundheit nur das Beste. Viele Forschungsberichte beweisen, dass gesunde Nahrungsmittel und biologische Produkte Ihren Allgemeinzustand verbessern und Ihre Gesundheit besser erhalten. Bio-Lebensmittel gelten als gesünder. Diese Produkte enthalten oft deutlich mehr Nährstoffe, mehr Vitamine, mehr Antioxidantien und mehr bioaktive Stoffe. Zu den Antioxidantien zählen Vitamin C und die Carotinoide. Diese Stoffe regulieren die Entwicklung und das Wachstum vieler Zellen und hemmen wahrscheinlich auch die Krebsentstehung.

Achten Sie darauf, was Sie einkaufen. Ihr Körper wird es Ihnen

mit Elan, Lebensfreude, Ausstrahlung und Gesundheit danken. Energie aus den gesunden Nährstoffen werden Sie sofort spüren. Ihre Körperfunktionen reagieren entsprechend gesund auf wertvolle und richtige Ernährung. Sie sind doch auch hell erfreut, wenn Ihr Auge einen bunten Teller mit frischen Früchten wahrnimmt und das Gefühl von Urlaub beim Genuss von exotischen Früchten erlebt. Nährstoffe, die mit der Nahrung zugeführt werden, erzeugen z. B. Sero-tonin. Serotonin macht glücklich, sowie manchmal auch nur ein Stück Schokolade. Hören Sie auf Ihren Körper, auf Ihren Geist und auf Ihre Seele.

Leben Sie nach dem Credo der Menschen auf Okinawa. Auf dieser Insel in Japan leben die meisten 100 Jährigen. Diese Menschen genießen jeden Tag und legen dabei besonderen Wert auf Ernährung, Lebensaufgabe, Bewegung, Gemeinschaft und Spiritualität. Die Nahrung ist für diese Menschen ein Heilmittel.

Genießen und leben Sie gesund!

In der nächsten Ausgabe berichten wir mehr über die Menschen von Okinawa. Zusätzlich lesen Sie auch wieder viel Interessantes über die Nahrungsergänzungsmittel von SonnenMoor, die zum Wohle Ihrer Organe sind und Ihrem Körper die reine, natürliche und wirkungsvolle Kraft für viele Jahre geben.

Backen Sie Ihr SonnenMoor Brot! Siehe Rezept.



Interview mit Franz Fink

dem Firmengründer von SonnenMoor



Wo liegt der Ursprung in Ihrem Wissen über Moor und Kräuter?

Mein Urgroßvater war schon Naturheil-er und dieses wertvolle Wissen und viele Erfahrungen wurden an meine Großmutter weitergegeben. Meine Großmutter, bei der ich aufgewachsen bin, war eine Wenderin oder Energetikerin wie man heute sagt. Sie hat mich mit Ihrem Kräuterwissen, den Kräuterwirkungen und den Verwendungsmöglichkeiten schon immer mein Interesse geweckt. Diese Zeit bei meiner Großmutter war sehr lehrreich und schön. Zusätzliches Wissen über Moor und Kräuter erlernte ich mir selbst durch Studieren vieler Bücher, durch Reden mit vielen Menschen, durch viele meiner eigenen Forschungen und durch die wertvollen Erfahrungsberichte meiner treuen Kunden.

Wie bist du zum Moor gekommen?

Als Handelsvertreter fand ich den Zugang zum Moor über meine Kunden. Viele Bauern verwendeten Moor für sich selbst und für ihre Tiere. Doch ganz zufrieden waren die Leute mit diesem Moor nicht, und ich suchte nach einem qualitativ hochwertigerem Moor. Mein Weg führte mich intuitiv zu dem Moorbauern, von dem wir seit Anbeginn das Moor beziehen. Dieses wertvolle Leopoldskroner Moor aus Salzburg beinhaltet 350 Heilkräuter und zählt laut Analysen und Gutachten zu den besten Mooren Europas. Die Nachfrage nach Moor & Kräuterextrakten stieg und somit gründete ich 1972 die Firma SonnenMoor.

Warum ist das Moor zum Baden so gesund?

Das Moor zum Baden ist eines unserer wirkungsvollsten Produkte, da es den gesamten Körper stimuliert. Die Wirkstoffe des Moores dringen tief in die Haut und in den Körper ein. Sie regen den Stoffwechsel an, wirken auf den gesamten Organismus und binden Schadstoffe, Schlacken und sorgen für eine natürliche Ausscheidung. Die Wiederbelebung des gesamten Kreislaufs durch ein aktives Zusammenspiel vom Körper und den Wirkstoffen des Moores ist hier von großer Bedeutung. Mit dem neuen MOOR zum Baden Natur, MOOR zum Baden Erkältung, MOOR zum Baden Entspannung wird die Kraft des Moores entfaltet und mit ätherischen Ölen Entspannung und freies Atmen bewirkt.

Wir freuen uns, wenn Sie interessante Erfahrungen mit SonnenMoor an uns weiterleiten. Schreiben Sie einfach an: erleben@sonnenmoor.at und lesen Sie schon bald Ihren Bericht in unserer Kundenzeitung.

Der Weise, tief bekümmert, spricht:
An guten Mitteln fehlt es nicht.
Zu brechen jeden Leids Gewalt –
Nur kennen müsste man sie halt.
(Eugen Roth)

SonnenMoor Tipp von Franz Fink

Tipp 1:

Rücken und Steißbein liegen bei Ihnen doch auch hart am Wannenboden, dann versuchen Sie Folgendes. Ich habe mir das letzte Mal ein Moor-Kissen Maxi unter den Rücken in die Badewanne gelegt. Es war richtig angenehm, und das Badevergnügen ist spürbar besser. Das Kissen hat sich aufgewärmt und ich bin weich und entspannt in der Badewanne gelegen. Nachdem Gesundheits-Luxus-Bad habe ich mit dem warmen aber trockenen Moor-Kissen auf dem Sofa nachgeruht. Es ist auch ein ideales Wärmemedium bei kalten Füßen und wärmebedürftigen Stellen.



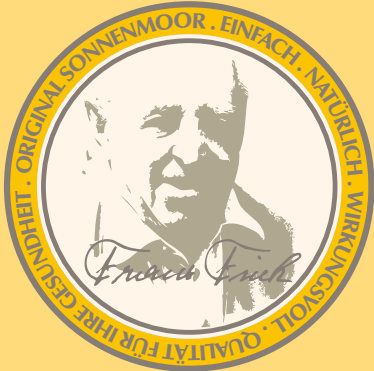
Tipp 2:

Moor zum Baden ist ein sehr wirkungsvolles Produkt und sollte auch in Ihrem Bad nicht fehlen. Bei Verspannungen oder Überanstrengungen durch Sport ist ein Moorbad Erholung pur. Massieren Sie nach dem Baden die beanspruchten und überlasteten Körperzonen mit Kräutermassagefluid und Universal Moor- & Kräutercreme ein. Sie werden die Erleichterung spüren. Die Cremes mehrmals am Tag verwenden und mit dem Fluid vorab gut ein massieren. Immer zum Herzen streichen!





SonnenMoor Siegel



SonnenMoor erzeugt und vertreibt seit 1972 rein natürliche Nahrungsergänzungsmittel, Kosmetika, Tees und Tierprodukte auf Basis von Moor und Kräutern. Die Rezepturen dieser einzigartigen Produkte wurden von Franz Fink, dem Gründer von SonnenMoor entwickelt. Heute werden die SonnenMoor Produkte noch danach aber inzwischen mit modernsten Herstell- und Fertigungsverfahren erzeugt.

„Original SonnenMoor
- einfach, natürlich,
wirkungsvoll -
Qualität für Ihre Gesundheit.“



Diese Merkmale, auf die er seit Anbeginn größten Wert gelegt hat, haben wir jetzt in einem Qualitätssiegel manifestiert. Dieses SonnenMoor Siegel mit der Unterschrift von Franz Fink birgt dafür, das alle SonnenMoor Produkte **einfach** in der Anwendung, **natürlich** in der Zusammensetzung und **wirkungsvoll** für Ihre Gesundheit sind!

SonnenMoor



Foto © Heilverband Bad Württemberg

MOOR zum Baden Natur für Körper, Haut und Gelenke

*durchblutungsfördernd, ausgleichend, wärmend,
ideal zur Vorsorge, Linderung und Erholung*

Natur pur - holen Sie sich das hochwertige Salzburger Moor nach Hause. Nehmen Sie sich Zeit für ein Bad und spüren Sie diese kraftvolle Wirkung. Die wertvollen Inhaltsstoffe des Moores beeinflussen Körper, Haut und Gelenke positiv. Herrlich angenehm so ein Bad am Abend! Für Sie hergestellt in unterschiedlichen Größen zur Pflege- und Kuranwendung.

Anwendung für alle Bäder:

In die mit 32 - 36 °C warmen Wasser gefüllte Badewanne ca. 1/4 l MOOR zum Baden für ein Vollbad gießen und gut einrühren. Bei Sitzbädern ca. 1/8 l und bei Hand- oder Fußbädern 1/16 l verwenden. Die Badedauer sollte 15 - 20 min. betragen und nach jedem Moorbad ist eine Ruhepause von 20 min. ratsam. Fragen Sie vor der Anwendung von Moorbädern Ihren Arzt!

250 ml, 4 - 5 Hand- oder Fußbäder, 1 Vollbad

1000 ml, 3 - 5 Vollbäder

2800 ml, 10 - 12 Vollbäder (ohne Abbildung)





Produktwelt

Hergestellt aus hochwertigem Leopoldskroner Moor aus Salzburg

MOOR zum Baden Entspannung

beruhigend, ausgleichend bei innerer Unruhe, sorgt für erholsamen Schlaf, ideal zur gesunden Entspannung nach einem stressigen Tag

Die Komposition aus **MOOR zum Baden** und diesem herrlichen Duft ist Erholung pur für Ihren Körper nach einem anstrengenden Tag. Verwöhnen Sie sich! Träumen Sie beim Baden vom nächsten Urlaub vielleicht in Capri oder in der Provence und nehmen Sie Ihre Gedankenreise mit in Ihren gesunden Erholungsschlaf!



500 ml,
2 - 3 Vollbäder

MOOR zum Baden Erkältung

Wohltuend bei Erkältung, befreiend für die Atemwege, ideal zum Tiefdurchatmen

MOOR zum Baden Erkältung ist ein Geheimtipp, wenn es draußen kalt ist. Die ätherischen Öle wirken befreiend für die Atemwege und gleichzeitig entfaltet das **MOOR zum Baden** die volle Wirkkraft durch die spezifischen Inhaltsstoffe des Moores. Eine wohlige Wärme für Ihren Körper, die jeder Verkühlung trotzt. Im **MOOR zum Baden Erkältung** können Sie sich aufwärmen und bei dem Dufterlebnis die Sorgen des Alltags vergessen und frei durchatmen. Gesundheit!



500 ml,
2 - 3 Vollbäder

MOOR Maske Natur für Gesicht und Dekolleté

durchblutungsfördernd, beruhigend bei Problemhaut, ausgleichend und rein natürlich wirksam, ideal für Ihre Schönheit

Durch die **MOOR Maske Natur** unterstützen Sie Ihre Schönheit. Die Haut wird bei jeder Masken-Anwendung durchblutet, wirkt sanft ausgleichend vor allem bei Problemhaut. Die Maske ist durch die qualitativ hochwertige und reine Konsistenz natürlich wirksam. Erleben Sie Natur pur auf Ihrem Gesicht und Ihrem Dekolleté. Der Effekt ist klärend, reinigend und straffend für Ihre Haut. Mit dieser Maske tun Sie etwas besonders Wertvolles, um natürlich schön zu sein!



100 g,
3 - 5 Anwendungen

Anwendung:

Vor der **MOOR Maske Natur** die Haut gut reinigen. Maske Natur 2 - 3 mm dick auf Gesicht und Dekolleté verteilen. Maske 15 - 20 min. einwirken lassen, danach gut abwaschen. Die SonnenMoor MOOR Maske ist durchblutungsfördernd und kann kurz eine gesunde rote Gesichtsfarbe auslösen.

MOOR Packung Natur für Gelenke und Bewegungsapparat

durchblutungsfördernd, beruhigend, löst Verspannungen, ideal nach Überanstrengung und bei beanspruchten Gelenken

Die **MOOR Packung Natur** ist ein reines Naturprodukt. Das reine Moor löst Verspannungen, da es die beanspruchten Körperteile durchblutet und beruhigt. Als Warm- oder Kaltanwendung spendet die Packung wohltuende Wärme oder Kühle. Die Wirkung ist vergleichbar mit dem **MOOR zum Baden**, nur helfen die wertvollen Huminsäuren genau dort, wo der Schmerz sitzt. Ihre Gelenke werden diese besondere Behandlung schätzen, denn eine Packung aus Moor tut einfach gut und wirkt.



600 g,
5 - 7 Anwendungen

Anwendung:

Zu behandelnde Körperzonen 2 - 3 mm dick mit SonnenMoor **MOOR Packung Natur** einstreichen. 20 - 30 min. gut einwirken lassen (evtl. mit Frischhaltefolie umwickeln). Danach mit Wasser abwaschen und mit Universal MOOR- & Kräutercreme einmassieren.

SonnenMoor Tipp

Vermischen Sie bei schmerzenden Körperzonen die **MOOR Packung** mit Gurgelwasser. Lassen Sie die Packung wie gewohnt einwirken und massieren Sie danach die Universal Moor- und Kräutercreme mit Murmeltierfett ein.

SonnenMoor Tipp

Reiben Sie mit kreisenden Handbewegungen die angetrocknete **MOOR Maske** herunter, dadurch erzielen Sie einen hervorragenden natürlichen Peelingeffekt.



Wie entsteht Moor?

Warum ist es so gesund?

Wie wirkt Moor?

Welche Pflanzen und Tiere leben im Moor?

Was ist ein Moorsee?

Viele Erwachsene und Kinder wissen wenig übers Moor, dass wurde bei Führungen im Hause SonnenMoor schon mehrmals erlebt. Ältere Menschen kennen eher noch die Wirkung von Moor und zu welchem Zweck es früher diente. Zwei interessante Ausflugsziele zum Thema Moor finden Sie in der Nähe von Salzburg.

Naturerlebnis Moor

Schönramer Filz

Zwischen Schönram und Leobendorf (Deutschland) nicht unweit von SonnenMoor liegt im Wald eingebettet der Schönramer Filz mit einem wunderschönen Moorsee. Diese faszinierende Landschaft lädt zur Heidewanderung rund um den Moorsee ein. Auf den schönen Holzschautafeln erfahren Sie Spannendes über Moor, Fauna und Flora und über die Geschichten des Schönramer Moors. Die Stimmung an diesem Moorsee ist etwas ganz Besonderes. Zu jeder Jahreszeit reizvoll und trotz einiger Besucher ist eine friedliche Stille spürbar. Genießen Sie weitab von der Hektik des Alltags diese farbige und wunderschöne Naturpracht. Der Wanderweg um den See dauert ca. 45 Minuten und ist mit normalem Schuhwerk für Groß & Klein leicht zu gehen. Die Anfahrt zu dieser schönen Moorwelt ist gut beschildert. Erleben Sie das Moor, es ist wirklich sehenswert!

Museum Klaushäusl

Im Museum Klaushäusl zwischen Grassau und Rottau im Chiemgau dreht sich alles um Moor und Salz! Hier erfahren Sie Wissenswertes über die historische Salzproduktion und über die erste Pipeline der Welt. Bestaunen Sie ein 4 Meter tiefes Moorprofil. Lernen Sie warum Ameisen einen „Frostschutz“ benötigen oder wie die Verlandung von Seen funktioniert. Verbinden Sie den Besuch mit einer Wanderung durch das Naturschutzgebiet „Kendlmühlfilzen“ und bewundern Sie im Rottauer Torfbahnhof, dem Bayrischen Moor- und Torfmuseum Arbeitsgeräte, Maschinen und Fahrzeuge, die früher zum Abbau verwendet wurden. Fahren Sie mit dem Feldbahnzug auf Schmalspur!

Genauere Informationen unter:
www.grassau.info/Torusimus&Freizeit/Kultur&Brauchtum

Ihre SonnenMoor Geschichte



Tierisches...

...und dann war da noch die Geschichte vom Kater Karl, der notgedrungen umziehen musste – nach zehn Jahren im gleichen Zuhause! Beim ersten Ausflug ins Freie im neuen Heim schlug er sich dann (aus Protest?) seitwärts in die Büsche und war nicht mehr gesehen – ganze drei Wochen lang! Seine Besitzer vertrauten darauf, dass dieser dreizehn Jahre alte und outdoor-erfahrene Kater schon auf sich aufpassen könne und erwarteten ohne große Aufregung seine Rückkehr... und er kam: abgemagert, voller Flöhe und Zecken, verwurmt, Schrammen an Ohren und Pfoten, aber äußerst gut gelaunt und sehr hungrig! „Nun denn“, dachten sich die Besitzer, „Flöhe und Zecken sind kein Problem,

denn es gibt ja entsprechende Halsbänder, und auch eine Wurmkur ist flugs verabreicht, aber... wie wird das



arme Tier die ganzen Behandlungen wohlvertragen?“, „Trinkmoor“ wardie Erleuchtung! Selber hingebungsvolle SonnenMoor-Benutzer, zögerten die Tierfreunde nicht, ihr Trinkmoor mit der leidenden Kreatur zu teilen! Und siehe da – das liebe Katerchen (sonst

kein Freund von Trinkwasser, es sei denn dieses befindet sich in einer schmutzigen Pfütze oder einem Blumenuntersetzer!) stürzte sich geradezu auf sein Wasserschüsselchen und trank es in einem Zug leer! Seit diesem denkwürdigen Tag verweigert der Kater jedes Getränk außer es enthält Trinkmoor ...und es macht ihm überhaupt nichts aus, dass sein stetig wachsender Freundeskreis sich immer ein bisschen über seine vom Moor leicht schwärzlich gefärbten Nasenlöcher mokiert! Und so wahr die Autorin hier sitzt und schreibt, so wahr ist auch diese Geschichte!

Schreiben auch Sie uns Ihre SonnenMoor Geschichte. E-mail: erleben@sonnenmoor.at



Wissenswertes für Ihr Kind

Lieber Kräutlerzwerg,

mein Name ist Siegfried Fink und als Chef von SonnenMoor mache ich oft Kinderführungen. Im SonnenMoor Gebäude erzeugen meine Mitarbeiter Produkte aus Moor und Kräutern für die Gesundheit von Mensch und Tier.

Es besuchen mich Kinder aus Volksschulen und aus Kindergärten, aber auch viele Erwachsene. Bei Führungen wird dann jedes



Kind zum Kräutlerzwerg.

Es ist immer sehr lustig und bei dem Rundgang durch die Produktion wird viel erlebt und viel Wissenswertes über Moor und Kräuter erzählt.

Du könntest mit Moor einen Händeabdruck machen, ein Rätsel ausfüllen und als Abschluss eine Jause

schnabulieren, wenn du mal mit deiner Schulklasse oder Kindergartengruppe vorbeikommst. Falls das aber nicht möglich ist, möchte ich dir jetzt und künftig in jeder Ausgabe unserer Naturgesund Zeitung etwas Interessantes, Lustiges oder Spannendes rund um unsere Kräuter oder das Moor erzählen.



Es gibt ja sehr viele Kräuter, die sicher auch bei euch zu Hause in der Küche verwendet werden. Aber nicht nur zum Kochen sind Kräuter geeignet sondern auch für Tees. Manche werden sogar schon seit vielen tausend Jahren zum Färben von Stoffen verwendet, mit anderen könntet ihr aber auch Ostereier färben; z. B. mit der Ringelblume oder der Brennnessel.

Und wisst ihr es schon? Auch Medizin wird schon seit Jahrtausenden aus Kräutern hergestellt. Ihr kennt sicher den Druiden Miraculix von den Galliern, der den Zaubertrank für Asterix und seine Freunde herstellt. Nun, Druiden sind nicht nur Komikfiguren, sondern es gab sie wirklich. Vor ca. 2500 Jahren waren sie die Priester der Kelten, Gelehrte, aber auch Ärzte. Ihre Aufgabe war es, die Zeichen der Götter und der Natur zu deuten. Und so wie Miraculix einen Zaubertrank herstellt, so brauten die Druiden aus Kräutern und anderen Pflanzen Heilgetränke zur Behandlung von kranken Menschen oder Tieren, damit diese wieder gesund wurden. Auch heute noch werden viele Medikamente aus Kräutern hergestellt und helfen so vielen kranken Menschen.

Kräuter sind ein Geschenk und ein Teil der Natur, wie alles auf der Welt, und darum ist es mir wichtig, dass wir sehr sorgsam mit der Natur und uns umgehen. Auch Unkräuter können Heilkräuter sein und man sollte sie achten und nicht gleich alles ausreißen, was im Rasen wächst, denn manchmal brauchen wir sie ja doch!

Im Kasten rechts oben kannst du viel Wissenswertes über den Feldthymian lesen! Bis bald!


Dein Siegfried Fink

PS: Ich freue mich, wenn du nun vieles über den Thymian weißt. Vielleicht schaust du mal, ob du dieses Kräutlein findest. Viel Spaß bei der Suche! Falls du etwas Besonderes dabei erlebst oder mir etwas anderes Lustiges erzählen möchtest, schreib mir einfach einen Brief oder male mir ein Bild, als Belohnung gibt's ein kleines Geschenk!
(Adresse siehe Impressum)



Feldthymian oder Quendel wächst niedrig und breitet sich wie ein Teppich aus. Er hat dünne, aber feste braune Zweiglein und kleine, rundliche dunkelgrüne Blättchen. Ganz an der Spitze der Zweiglein macht er im Sommer zarte violette, manchmal auch weißliche Blüten, die Bienen sehr gerne mögen - also Vorsicht beim Pflücken! Früher war der Thymian ein Würzmittel, diente als Weihrauch, Soldaten badeten im Thymianwasser, um stark und mutig zu sein. Mit einem Thymianzweig unterm Kopfkissen brachten Feen und Elfen schöne Träume und junge Mädchen glaubten, dass ein Kranz im Haar Liebe anzieht. Heute wirken zerquetschte Thymianblätter gegen Bienenstiche. Thymian als Tee lindert Husten, Verkühlungen, Heiserkeit, Grippe, Erkältungen, aber beruhigt auch Nerven vor Prüfungen und Schularbeiten. Getrockneter Thymian, gemischt mit Estragon, Rosmarin und Minze, ist ein gut riechendes Mittel gegen Motten. In der Küche wird Thymian zum Würzen verwendet. Thymian im Kräutertopf vertreibt auch lästige Fliegen.

NATURMOOR FÜR HAUSTIERE

für Hunde, Katzen und Kleintiere

Ihr vierbeiniger Liebling ist mit Naturmoor für Haustiere bestens und gesund versorgt. Ideal als Ergänzung zur Nahrung Ihres Vierbeiners und gut geeignet auch bei der Aufzucht. Es beinhaltet alle wichtigen Nährstoffe, damit Ihr Haustier eine gute Verdauung, ein glänzendes Fell und gesunde Abwehrkräfte hat. Geben Sie Ihrem Vierbeiner Naturmoor für Haustiere, damit Sie mit Ihrem tierischen Freund noch viel erleben und lange Freude haben. Vermischen Sie das Naturmoor mit dem Futter oder Trinkwasser. Die Menge ist von der Größe des Tieres abhängig.



Ein tierisch gutes Leben für Sie und Ihren Vierbeiner!



STAATSPREIS für SonnenMoor

Es gibt vielerlei Preise und Auszeichnungen, alle in ihrer Art ehrenvoll und natürlich eine besondere Freude für die Ausgezeichneten.



Ein Staatspreis ist schon etwas ganz Besonderes – vor allem wenn man als kleine Firma unter wesentlich größeren Mitbewerbern nominiert wird! Als die Mitteilung über die Nominierung für den Staatspreis für Arbeitssicherheit eintraf, war das SonnenMoor Team sehr aufgeregt. Ganz abgesehen von der Frage, ob man vielleicht unter den drei Preisträgern sein könnte...?

„...And the winner is...“ fand am 23. Juni 2009 in einem würdigen und stimmungsvollen Rahmen im Technischen Museum in Wien statt. Nach Ansprachen von Herrn Dr. Veit Sorger (Präsident der Industriellenvereinigung) und Frau Mag. A. M. Hochhauser (Generalsekretärin WK Österreich) folgten die Nominierungen – immerhin für acht der 30 Firmen und SonnenMoor war die Kleinste! Und noch immer standen die Preisträger nicht fest... die Spannung war spürbar! „...ein kleiner Betrieb, dem es ein Anliegen war, die schweren Arbeitsbedingungen bei der Produktion zu verbessern...“ – so klang es in der Laudatio. „Gemeinsam mit allen Betroffenen wurde nach Lösungen gesucht. Durch den Einsatz und die Weiterentwicklung einer fantasievollen und innovativen Maschine konnten die Arbeitsvorgänge optimiert werden. Die entstandene Chancengleichheit für Frauen, die Reduzierung der Krankenstände und die Erhöhung der Produktionskapazität zeichnen dieses Projekt aus.“

Und dann: „Der 3. Preis (Trommelwirbel!) geht an die SonnenMoor Verwertungs- und Vertriebs-GmbH für die Verbesserung der Arbeitssicherheit und der Arbeitsbedingungen bei der Herstellung und Abfüllung von Moorpaste!“ Rudolf Hundstorfer Bundesminister für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz gratulierte zu diesem vorbildlichen Erfolg. Diese Belohnung für die geleistete Arbeit ist Motivation für künftige Projekte und Verbesserungen der Firma SonnenMoor.



Voller Stolz und Freude nehmen Siegfried Fink - Geschäftsführer (Mitte), Heimo Leypold - Betriebsleiter (rechts) und Nikolaus Weissenbacher - Leiter Produktentwicklung (links) die Urkunden und den Preis dankbar entgegen.

Ihre SonnenMoor Geschichte

Zu Pfingsten reiste ich mit Freunden durch die Schweiz. Mein langersehnter Traum – eine Wanderung zum Matterhorn. In den Städten Zürich, Bern, Freiburg spürten wir das pulsierende Leben der Gegenwart und wanderten auf den Spuren von Wilhelm Tell. Im Lautertal atmeten wir frische Bergluft und dann reisten wir weiter ins Tessin nach Lugano. Danach Interlaken als Ziel und gleichzeitig Ausgangspunkt zum Dreigestirn: Eiger, Mönch und Jungfrau. Sonnenschein und die Spinne in der Eiger Nordwand nur zu sehen waren schon atemberaubend. Am Pfingstsonntag, Sonnenschein nach Regen in der Nacht. Traumhaft! In Zermatt bestaunten wir sprachlos das Matterhorn, gigantisch dieser weiße Finger am tiefblauen Himmel! Wir gingen auf einem Schotterweg direkt auf den Berg zu. Plötzlich stolperte ich und stürzte auf meine Knie. Mein Herz klopfte, denn meine Knie waren völlig aufgeschunden. Meine Freunde bemerkten: „Respekt, du

machst sogar einen Kniefall vor dem Matterhorn.“ Gott sei Dank hatte ich im Rucksack meine Reiseapotheke und eine extra klein abgefüllte Universal Moor- & Kräutercreme. Während ich meine schmerzenden Knie damit versorgte und gut mit der Moorcreme bestrich, lachten wir immer noch über diesen Kniefall. Die Wanderung konnte weitergehen. Nach ein paar Tagen waren die Abschürfungen durch die Universal Moor- & Kräutercreme verheilt und die Prellungen waren durch die gute Durchblutung nicht mehr zu spüren. Die Erinnerungen an diesen respektvollen Kniefall, das Lachen, der Anblick des Matterhorns und die schöne Reise werden immer bleiben.

Bericht einer naturverbundenen und begeisterten SonnenMoor Kundin

Schreiben auch Sie uns Ihre SonnenMoor Geschichte.
E-mail: erleben@sonnenmoor.at

Der Kniefall vor dem Matterhorn

