

DER GRÜNE GARTEN AM RANDE DER SAHARA

EDITORIAL

Herzlich willkommen liebe Leserinnen und Leser!
In dieser Ausgabe können Sie folgendes lesen:

DER GRÜNE GARTEN AM RANDE DER SAHARA

Harald Kautz-Vella beschreibt in seinem Beitrag das bisher größte Wüstenbegrünungsprojekt der Welt. Mit Hilfe eines speziellen Geräts, dem Cloudbuster, ist es Madjid Abdellaziz gelungen, für ein bestimmtes Gebiet im Norden Afrikas immer wieder für einige Stunden Regenwolken zu schaffen, die für ertragreiche grüne Felder notwendig sind. In diesem 30 Hektar großen Paradies („Djanan“) wachsen Obstbäume, Kartoffeln und Salat.

DAS LEID DER MILCHKÜHE

Milch als Nahrungsmittel für den erwachsenen Menschen ist alles andere als natürlich und gesund. Denn Milch ist Babynahrung! Eine moderne „Hochleistungskuh“ wird heutzutage dazu gezwungen, jährlich zwischen 8000 und 11000 Liter Milch zu produzieren. Daniela Friedl berichtet über das Leid der Milchkühe und ihrer Kälber.

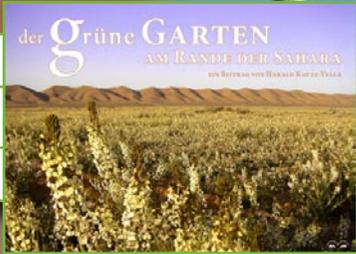
GOLDIMPLANTATION

Tierärztin Mag. Elisabeth Kasper erläutert in einem Interview mit Tierarzt Dr. Markus Kasper die Möglichkeiten der Golddrahtimplantation bei chronischen Gelenkserkrankungen, Wirbelsäulenproblemen und Epilepsie.

Das GreenBalance-Team wünscht allen
Leserinnen und Lesern viel Spaß beim Lesen!



INHALTSVERZEICHNIS



AB SEITE 4

DER GRÜNE GARTEN AM RANDE DER SAHARA

VON HARALD KAUTZ-VELLA



AB SEITE 15

DAS LEID DER MILCHKÜHE

VON DANIELA FRIEDL



AB SEITE 25

GOLDIMPLANTATION

VON MAG. ELISABETH KASPER & DR. MARKUS KASPER



SEITE 2

EDITORIAL



SEITE 23

GESUNDE GAUMENFREUDEN MIT BROKKOLI



SEITE 36

BUCHTIPPS



SEITE 37

VERANSTALTUNGSKALENDER



SEITE 39

VORSCHAU



der Grüne GARTEN AM RANDE DER SAHARA

EIN BEITRAG VON HARALD KAUTZ-VELLA



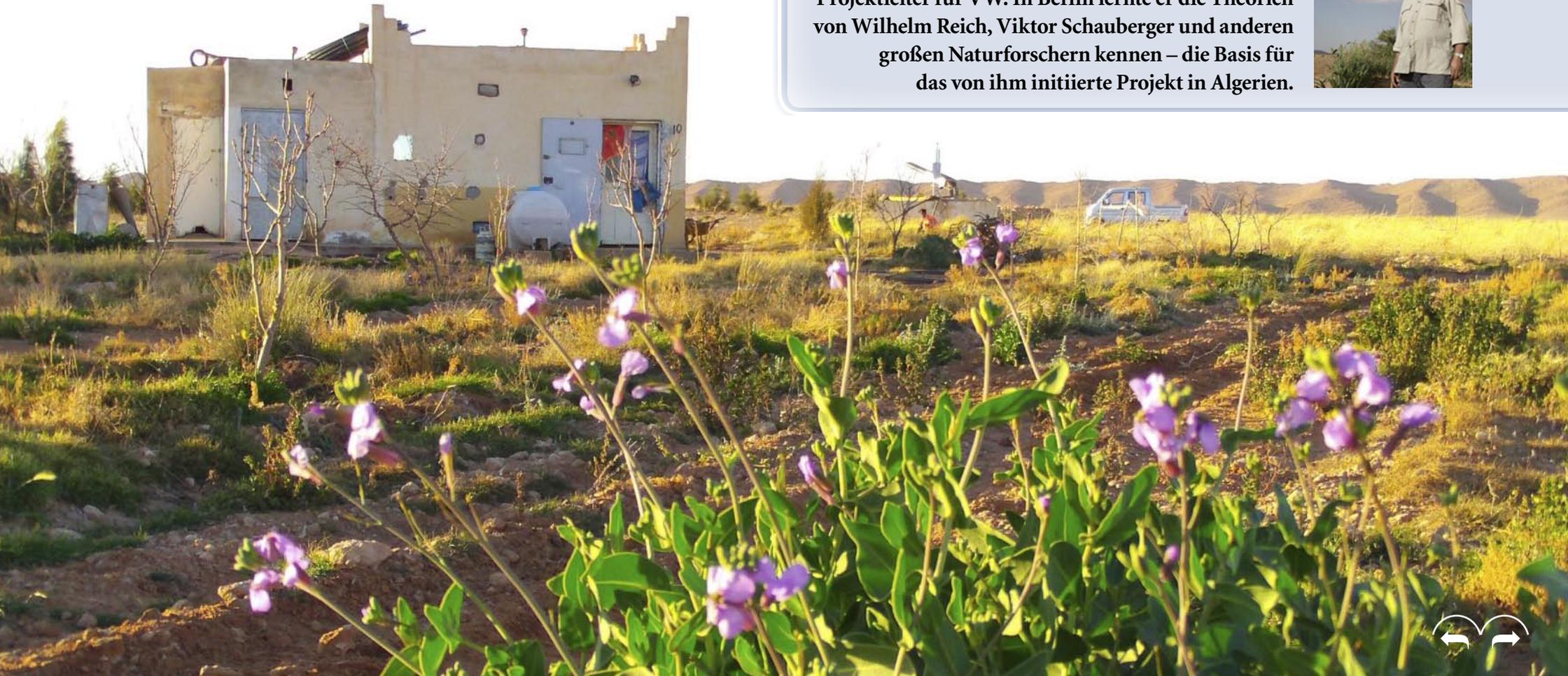
BAUBEGINN BEI DESERT GREENING

Seit 6 Jahren danken die Bewohner am Rande der algerischen Sahara Allah für den reichhaltigen Regen. Stauseen sind bis oben gefüllt, Feldfrüchte gedeihen, der Preis für gelbe und braune Wüsten-Trüffel ist umgerechnet von 80 auf 8 Euro/Kilo gefallen – paradiesische Zustände.

Besonders angesichts der Dürre, die das Land vor einigen Jahren heimgesucht hatte. Fragt man einheimische Nomaden nach Madjid Abdellaziz, ernetzt man Schulterzucken. Kennt ihn doch jemand, heißt es: Das ist doch dieser Eingehaarte von der Küste, der sich in der Senke zwischen El Ha-

ouita und Ain Madhi niedergelassen hat. Was in der Sahara niemand weiß: Madjid Abdellaziz lässt es regnen. Seit 6 Jahren. Die 30 Hektar, die er mit der Familie seiner Frau bestellt, sind Kulisse für eines der fortschrittlichsten Wüstenbegrünungsprojekte der Welt. Und eines der erfolgreichsten.

Der gebürtige Algerier Madjid Abdellaziz studierte in Berlin und arbeitete als Programmierer und Projektleiter für VW. In Berlin lernte er die Theorien von Wilhelm Reich, Viktor Schauberger und anderen großen Naturforschern kennen – die Basis für das von ihm initiierte Projekt in Algerien.



DAS PARADIES

Fragt man Madjid Abdellaziz nach den Bewohnern der Sahara, so verliert sich sein Blick in der Weite und seine Augen füllen sich mit Liebe. Er ist gerade in Berlin gelandet, seiner zweiten Heimat, wo er arbeitet und das Geld für das Desert-Greening-Projekt verdient, doch seine Seele ist noch in der Wüste. Er war unten, um alles für den Beginn des Siedlungsbaus vorzubereiten. Ein kleines Haus steht schon, die Mauern einer Scheune. Dieses Jahr folgt das Dach und die ersten Gästehäuser – für eine Lehranstalt für praktische Wüstenbegrünung.

Djanan nach der Dürre 2004 (rechts) und heute (unten). Im Umkreis von 150 km hat sich das Klima stabilisiert und es regnet regelmäßig, manchmal sogar mitten im Sommer. Zufall? Wenn der studierte Elektroingenieur seinen Cloudbuster aktiviert, kommt es zu spontanen Temperaturstürzen bis zu 15 Grad und wenige Stunden später entlädt sich die überspannte Atmosphäre in Wetterleuchten und schwerem Gewitterregen.



**„DJANAN“ HAT MADJID ABDELLAZIZ DEN ORT GENANNT.
DJANAN HEISST GARTEN UND KOMMT VON DJANNA – ZU DEUTSCH: PARADIES.**



DAS PARADIES IST EIN ZUSTAND DES HERZENS

Als im Jahr 2003 in Berlin die Entscheidung fiel, der algerischen Dürre mit unkonventionellen Methoden der Wetterbeeinflussung zu begegnen, standen alle Zeichen gegen dieses Projekt. Der algerische Bürgerkrieg lag in den letzten Zügen, und mit einem Cloudbuster, der wie eine russische Flugabwehrbatterie aussieht, über Land zu fahren, wäre eine vielleicht stillvolle Art gewesen, Selbstmord zu begehen. Die algerische Regierung glaubte nicht an die Theorien von Wilhelm Reich und Viktor Schauberger und so war auch von dieser Seite keine Unterstützung zu erwarten.

Der Cloudbuster ist eine recht simple Konstruktion. Er besteht aus einer Reihe von Metallröhren, die mit Schläuchen in einem Wasserreservoir geerdet werden. Wilhelm Reich verstand die Wüste als eine Zustand verstauter Energien. Während in der intakten Natur sich Himmel und Erde durch die Pflanzendecke hindurch in einem steten Austausch an Lebensenergie befinden, war für ihn die Wüste ein Zustand der Blockade, die sich durch einen Grauschleier am Himmel ausdrückte, ein Fehlen von Wolkenbildung. Denn Mangel ist blockierter Überfluss. Alles, was es braucht, war diese Blockade zu lösen, die Lebensenergie wieder in Fluss zu bringen. Madjid Abdellaziz nennt die Reichsche Vorgehensweise in Analogie zum menschlichen Körper daher auch „Himmelsakupunktur“ oder „Feng Shui des Himmels“. Die Röhren dienen dazu, Himmel und Erde in Resonanz zu bringen, denn erst dadurch kann es zur Entladung der atmosphärischen Spannung kommen.



DAS PARADIES IST EIN ZUSTAND DES HERZENS

Dieses Projekt dennoch in Angriff zu nehmen, war eine Bewegung des Herzens. Denn Madjid Abdellaziz lebte ein geschenktes Leben.

1994 war er auf einer Expedition in der Sahara. Durch eine Eingebung sprang er kurz vor dem Start aus dem Hubschrauber, der die Reisegruppe zurück in die Zivilisation fliegen sollte. Der russische Militärhubschrauber sackte

kurz nach dem Abheben weg, streifte eine Klippe und zerschellte am Boden. 15 Menschen starben in den Flammen, darunter die Kinder des Piloten. Es war ein Erlebnis, das tiefe Spuren hinterließ. Dieses geschenkte Leben konnte Madjid Abdellaziz nun auf dem Schachbrett des algerischen Bürgerkrieges einsetzen. Denn Krieg war auch immer ein Stück Verteilungs-

kampf, und wenn es in diesen Jahren etwas gab, dass das Land erlösen konnte, war es Regen. So begann das Desert Greening Projekt als Unternehmen der Familie Abdellaziz – privat finanziert „aus dem Laufenden“, vor Ort mitgetragen durch die Arbeitskraft der Familie von Maya Abdellaziz, Madjids Frau, getrieben von der Liebe zu ihrem Land.



Tiefdruck DOR-Wolken



spiralförmige Turbulenzen



Wirbelwolken



Regenwolken

Typische Phasen der Klimaheilung (v.l.n.r.):

Tiefdruck DOR-Wolken; Auflösung der grauen Wolken zu weißen Zirkuswolken (spiralförmigen Turbulenzen)

später strukturierter Bildung von Federwolken (großes Bild); danach von Regenwolken mit Neigung zu Wetterleuchten und Wirbelstürmen.

Dauer einer Operation: 6 Stunden – max. 4 Tage. Begleitet von Temperaturstürzen von etwa 15 Grad innerhalb weniger Stunden.



EIN PALAST AUS LIEBE GEBAUT

Manchmal hat es Magie, wie sich Geschichte wiederholt. Wenige Kilometer südlich von Djanan, auf halber Strecke nach Ein Madhi, liegt Kourdane – ein Palast, der Ende des 19. Jahrhunderts vom Großscheich Sidi Ahmed Tijani von der Bruderschaft der Tijania zu Ehren seiner französischen Frau erbaut wurde. Die Dame, Aurelie Picard, Tochter eines französischen Of-

fiziers, hatte Pfeffer im Hintern. Als starke Frau im Hintergrund führte sie während der 40-jährigen Herrschaft ihres Mannes die Bruderschaft und die gesamte Region in Wohlstand.

Kourdane entstand nach ihren Plänen und sollte ein Monument zu Ehren der Liebe werden, die sie mit ihrem Wüstenprinzen verband. Und es war auch das erste Wüstenbegrünungsprojekt der

Region. 70 Hektar waren in den besten Zeiten um den Palast herum bewässert und bepflanzt worden. Heute stehen die Gemäuer leer.

Wenn das Desert-Greening-Projekt eines Tages Früchte trägt, würden die Träume von Aurelie Picard und ihrem Prinzen doch noch in Erfüllung gehen - und die Region würde von hier aus erblühen.



AFRIKA BLUTET

Dass in der Gegend um Djanan und Kourdane in absehbarer Zeit etwas passieren wird, steht außer Frage. Afrika blutet: Die Bürgerkriege in Mali und Nigeria, das Flüchtlingsdrama der Sahraouis aus der West-Sahara. Aus Zentral- und Westafrika strömen viele Menschen nach Norden. Sie haben keine Perspektive in der Zeit – also suchen sie eine Perspektive im Raum. Es sind Überlebende von Massakern, bei denen ganze Dörfer ausgelöscht wurden, Kindersoldaten, die das Töten nicht mehr können, Frauen, denen der Weg zum Brunnen beschwerlicher geworden

ist als der Weg nach Europa. Die Hälfte von ihnen stirbt auf dem Weg durch die Sahara. Von denen, die die Küste erreichen und bei einer der Schlepperbanden ein Ticket nach Europa ergattern, ertrinkt wiederum die Hälfte im Mittelmeer. Die maltesischen Fischer trauen sich kaum noch aufs Meer zu fahren. Es gibt Tage, an denen sie mehr Leichen in den Netzen haben als Fische. Die Glücklichen werden in Lagern interniert. Vielleicht dürfen sie zu Dumpinglöhnen schwarz auf spanischen Erdbeerfarmen arbeiten. Vielleicht findet sich ein Partner, der eine Scheinehe

eingeht – für die Aufenthaltserlaubnis. Flüchtlinge sind ein biologisches Sonderprogramm. Sie ziehen aus wegen einer unhaltbaren Situation. Wenn sie Glück haben, überleben sie und finden neue Wege, das Leben zu meistern. Manche von ihnen kehren nach Hause zurück. Erfahren. Die Hopi nennen das den Messias-Mythos. Nur so, sagen sie, kann in den Heimatkulturen eine Erneuerung stattfinden, die 7 Generationen überdauert und damit ganz in die Kultur eingeht. Jeder Eingriff von außen überdauert nicht mehr als eine Generation.

Fotos: stockxchng



Afrikanische Kinder hoffen auf eine bessere Zukunft



AFRIKA BLUTET

So entstand die Idee, die Flüchtlinge aus Afrika in einem neu geschaffenen grünen Gürtel aufzunehmen. Sie zu lehren, das Klima zu heilen, der Wüste mit Wald- und Ackerbau zu begegnen. Und sie zurück nach Hause zu schicken. Eine Heerschar von Messiasen. Madjid Abdellaziz nennt den grünen Gürtel einfach „die Welle“. In seiner

Vision sieht er einen wenige Kilometer breiten grünen Streifen, der sich quer durch Nordafrika zieht. Lebensraum für die, die bleiben möchten. Lehrwerkstatt für die, die aus Liebe zu ihren Familien zurückkehren möchten. Bollwerk für Europa. Pufferspeicher für die Völker der arabischen Mittelmeerküste. Denn wenn Europa die

Grenzen schließt, werden sie einen Weg finden müssen, mit dem traditionell schlechten Verhältnis der Bevölkerung zu den Schwarzafrikanern umzugehen. Sonst drohen neue Verteilungskriege. Begonnen werden sollte die Welle, so Madjid Abdellaziz, mit kleinen Enklaven, ähnlich Djanan, im Abstand von 500 Kilometern.

Erbsenfeld umgeben von Sanddünen

Madjid Abdellaziz nennt den grünen Gürtel einfach „die Welle“.



GARTEN UND SCHULE

Djanan ist der Anfang. In den kommenden Jahren wird dort, wo sich die europäische und die afrikanische Sphäre treffen, ein Ort der Begegnung entstehen. Die Opfer der physischen Gewalt Afrikas treffen auf die der psychischen Gewalt Europas. Verfolgte Stämme treffen auf eine verfolgte Wissenschaft. Inzwischen dürfte es sich herumgesprochen haben, dass das, was Medien und Politik uns vorgaukeln, ein Lügenkorsett ist, das uns in künstlichem Mangel hal-

ten soll, gekettet an die Versorgungsschläuche der Industrie und industriellen Landwirtschaft. Größen wie Schauburger und Reich sind nur frühe Vertreter einer freien Wissenschaft, die von der Fülle der Natur gelernt haben und die die Menschheit in Autarkie führen wollten. Heute stehen Heerscharen von Privatforschern bereit, die nur darauf warten, ihre Ideen umzusetzen – z. B. es regnen zu lassen, statt mit großem Energieaufwand Meerwasser zu entsalzen; Nahrung

naturnah in Permakulturen und Kreislaufwirtschaften zu züchten, statt die Natur mit Spritzmitteln zu töten, um sie anschließend mit Kunstdünger reanimieren zu müssen. Möge Djanan der erste ganzheitliche Versuchsgarten dieser Begegnung werden, in dem diese Früchte einer freien Wissenschaft gedeihen, und die erste Schule, in der dieses Wissen gelehrt werden kann. Ein Ort der Heilung für beide Kontinente.



Die Vielfalt der Wüstenbegrünung: Grüner Salat mitten im Winter; die Qualität des Sommergetreides ist hervorragend und überall blüht es.



4000 kg Kartoffeln wurden gepflanzt.



GARTEN UND SCHULE

Unterstützen Sie das Wüstenbegrünungsprojekt und werden Sie mit einer kleinen Spende Baumpate für einen Obstbaum unter www.desert-greening.com

Seit kurzem geistert der Begriff „abundant flow system“ durch den Diskurs. Die Idee, nur auf der Basis nachwachsender Ressourcen eine Kreislaufwirtschaft zu erschaffen, die sich selbst in Fülle entfaltet, die an keinem Ende Probleme entstehen lässt, die auf Kosten der Umwelt gelöst werden müssen. Der Begriff stammt aus der Forschung der Change Agency International (i. G.), einer schwedischstämmigen NGO, die sich schwerpunktmäßig um finanz- und ressourcenunabhängige Lösungen kümmert. Ein ideales Konzept, um Flüchtlingslager zu ernähren, ohne die Gastfreundschaft der eingesessenen Kulturen zu stark beanspruchen zu müssen.



Die Vielfalt der Wüstenbegrünung: Blühender Mandelbaum (großes Bild); Zucchini, Äpfel und Rettiche (kleine Bilder v.l.n.r.) – alles bio!



GARTEN UND SCHULE

Folgt man dem Konzept, so könnte in Djanan auch bald die Pilz- und Krabbenzucht auf dem Lehrplan stehen, *aquaponics*, *vertical gardening* und *terra preta*. Vielleicht auch eine Medizin, die statt Symptome zu bekämpfen, den Ursachen der Krankheiten begegnet. Freie Energie. Hier könnte ein Verständnis des Wasser gelehrt werden, das es als Elixier des Lebens würdigt, als komplexen Quantencomputer. ♦



HARALD KAUTZ-VELLA
Aquarius Technologies
Technologiescout für Energie-
technologien, Physikalische
Medizin und innovative
Methoden in der Landwirtschaft
Mit eigenen Versuchsflächen in
der Prignitz (& Ladenlokal in Berlin)

Weiterführende Links:

www.desert-greening.com



Die Vielfalt der Wüstenbegrünung (v.l.n.r.): Freude bei der Melonenernte, bunte Weintrauben, Spinat, Sonnenblumen, Zwiebeln und Trüffeln!





DAS LEID DER MILCHKÜHE

EIN BEITRAG VON DANIELA FRIEDL



DIE HALTUNG

Der Alltag einer Milchkuh hat wenig gemeinsam mit den schönen Bildern der Milchwerbung.

Anstatt auf saftigen Almweiden zu grasen, fristen sie ihr Dasein eng aneinandergereiht in Kuhställen. Wenige Tiere erleben in der Phase zwischen Kindheit und Geschlechtsreife einige Sommermonate auf der Weide.

In den Ställen ist es leider immer noch gang und gäbe, einfach den Kot und Urin vom Betonboden zu entfernen – ohne einzustreuen. Die Folge dieser mangelnden Hygiene sind meist Hufkrankungen. Der beißende Ammoniakgeruch ist für die Lunge ebenfalls wenig förderlich. Nicht selten kommt es durch den Platzmangel im Kuhstall zu Trittverletzungen.

Die Tiere werden oft ohne Betäubung kastriert und enthörnt.

Kühe ernähren sich vegan, dennoch kommt es immer wieder vor, dass Kraftfutter mit tierischen Bestandteilen verfüttert wird. Dies führt zu schweren Magenproblemen, Euter-Entzündungen und Klauenkrankheiten.

Eine Kuh gibt im Schnitt 26 Liter Milch täglich, viermal so viel wie noch vor hundert Jahren.

Die unnatürlich großen Euter werden beim maschinellen Melkvorgang, der in der Regel zweimal täglich stattfindet, oft verletzt. Diese Verletzungen führen zur Mastritis, einer bakteriellen Infektion des Euters, welche unbehandelt zum Tod führt.





Die gewöhnliche Milchkuh gebärt durchschnittlich viermal in ihrem Leben, das erste Mal mit ca. zwei Jahren.

Wenn die Milchleistung nach 5-7 Jahren nachlässt, wird die ausgemergelte Kuh „entsorgt“ und landet als Steak oder Hamburger auf den Tellern.

Kühe sind intelligente, anhängliche Tiere mit ausgesprochen hohem Sozialverhalten. Neben der Mutter-Tochter-Beziehung gehen Kälber enge Beziehungen mit gleichaltrigen Kälbern ein. Jede Kuh ist imstande, über 100 Herdenmitglieder zu erkennen und sogar Tränen über dessen Tod zu vergießen.



EMOTIONALES LEIDEN

Das Leid der Mutterkuh und des Kalbes in der industriellen Nutztierhaltung ist unvorstellbar.

Kurz nach der Geburt bekommt das Kalb noch die Biestmilch, danach werden Mutter und Kind getrennt und das Kalb kommt in eine kleine Kälberbox mit den Maßen 85 x 130 Zentimeter. Der Lattenrostboden verursacht starke Schmerzen in den Beinen und Gelenken. Dem Tier fehlt der direkte Körperkontakt zur Mutter sowie anderen Artgenossen.

Die Mutterkühe schreien oft tagelang verzweifelt nach ihrem Nachwuchs und suchen ihre Babys auch nach langer Zeit noch.

Die Mutterkuh wird schnellstmöglich, in etwa nach zwei Monaten, wieder künstlich besamt. Während ihrer neun Monate andauernden Schwangerschaft wird sie sieben Monate gemolken. Damit wir diese Milch abzweigen können, bekommt das kleine Kalb nur chemischen Milchersatz, der mit Hormonen angereichert ist und dem Eisen entzogen wurde. Denn Blutarmut macht das Fleisch schön weiß und zart.

Weiblichen Kühen steht das gleiche Schicksal als Milchkuh bevor, männliche Kälber werden meist nach wenigen Wochen geschlachtet und die Mägen zur Käseherstellung verwendet.



GESUNDE MILCH?

Milch ist an die Bedürfnisse von Kälbern – für die sie ja gedacht ist – angepasst. Das Kalb verdoppelt sein Gewicht in wenigen Tagen und wächst später zu einem mehrere hundert Kilo schweren Tier heran. Die Tatsache, dass Kühe vier Mägen haben, erleichtert die Verdauung der Milch.

Menschen entwickeln oft schon nach dem 4. Lebensjahr eine Laktose-Intoleranz (betroffen sind weltweit mehr als 50% der Bevölkerung). Diese äußert sich in Durchfall, Blähungen, Krämpfen und sogar Allergien und Asthma. Der Verzehr von Kuhmilch ist im Allgemeinen alles andere als natürlich. Keine andere Spezies käme auf die Idee, sich an der Milch eines anderen Säugetieres zu vergreifen – abgesehen davon, dass keine andere Spezies nach Ablauf der „Babyphase“ noch Milch zu sich nimmt.



Tierkommunikation
Tierenergetik
Humanenergetik



WERBUNG

Tierkommunikation – Seminare Tierenergetik – Ausbildung

www.tierenergetik.net

PranaVita®, Fogo Sagrado, Quantum Touch®
Meditation, Tiefenmeditation, Schamanische Reisen,
Schamanische Integrationsarbeit
Arbeit mit Krafttieren, Lichtwesen und Naturwesen
Bachblüten, Effektive Mikroorganismen®, Alternative Tierernährung



Energiearbeit und
Ganzheitliche Beratung
für Mensch, Tier und Natur

www.neue-wege.at

Margit Knapp
7551 Rohr 62
tierenergetik@aon.at
Tel.: 0676 6003117

Auch in Wien für Sie da!



GESUNDE MILCH?

Milch enthält keine komplexen Kohlehydrate oder Ballaststoffe – dafür ist sie reich an gesättigtem Fett und Cholesterin sowie kontaminiert mit Blut, Eiter und Pestiziden (Hormonen, Antibiotika).

Der Verzehr von Milchprodukten ist mit einem erhöhten Brust-, Eierstock-, Darm- und Prostata-Krebsrisiko verbunden, weil Milchprodukte einen hohen Gehalt an Fett, tierischem Protein und Hormonen enthalten – also jenen Substanzen, die ein Krebsrisiko erhöhen.

Epidemiologische Studien in verschiedenen Ländern zeigen einen starken Zusammenhang zwischen dem Konsum von Milchprodukten und dem Vorkommen von insulinabhängiger Diabetes. 1992 entdeckten Forscher, dass Milchproteine eine Autoimmunreaktion auslösen, wodurch wahrscheinlich die Insulin produzierenden Zellen der Bauchspeicheldrüse zerstört werden.



Rainbow Reiki Do Institut Wien - Herwig Steinhuber

www.rainbow-reiki.at

Rainbow Reiki - Schamanismus - Meditation
Lebensberatung - Feng Shui - Rituale
Reinkarnationstherapie - Clearings

Rainbow Reiki - das Original von Walter Lübeck!
jetzt auch in Österreich – mit Herwig Steinhuber

SEMINARE - AUSBILDUNGEN - BERATUNGEN

Nächste Termine:

17.02.2010	Arbeiten mit den Chakra Energie Karten
19.-21.02.2010	Rainbow Reiki 2. Grad (inkl. Traditionelles Usui-Reiki 2)
19.-21.03.2010	Rainbow Reiki Practitioner 1
09.04.2010	Sou An Kristallarbeit
10.-11.04.2010	Schamanische Rituale



Herwig Steinhuber wurde in mehrjährigem Training von Walter Lübeck persönlich zum Rainbow Reiki Meister, White Feather Schamanen, LEA Lebensberater, Lehrer der Drei Strahlen Meditation, Reinkarnations- und Clearingtherapeuten ausgebildet. Zertifiziert als Mentalcoach (Akademie Dr. Ehrhardt) sowie „Fünf Tibeter®“ Trainer. Mitglied im Deutschen Dachverband Geistiges Heilen (DGHe.V.)

靈
巫
氣





DIE KALZIUM-LÜGE

Die Werbung hat uns gekonnt eingeredet, dass Milch aufgrund des Kalziumgehalts gesund sei.

Nur dreißig Prozent des Kalziums in der Milch kann vom Körper verwertet werden, bei pflanzlichen Alternativen (Brokkoli, Rosenkohl, Blattgemüse etc.) liegt dieser Prozentsatz weit höher und zwar zwischen 40 und 64 %.

Laut einer Gesundheitsstudie der Universität von Harvard, an der mehr als 75 000 Frauen über einen Zeitraum von 12 Jahren teilnahmen, zeigte sich, dass ein erhöhter Konsum von Milch nicht nur keinerlei Schutzwirkung gegen Knochenbrüche herbeiführt, sondern sogar mit einem erhöhten Risiko für Knochenbrüche in Verbindung gebracht wird.

Sie können die Gefahr, an Osteoporose zu erkranken, reduzieren, indem Sie in Ihrer Ernährung die Zufuhr von Natrium und tierischem Protein verringern und die Zufuhr von Kalzium aus Obst und Gemüse erhöhen, wie zum Beispiel in Form von blättrigem grünem Gemüse und Bohnen. Die Ursache für Osteoporose liegt im erhöhten Eiweißkonsum, welcher sich wie saurer Regen über die Knochen ergießt und den Kalziumgehalt im Urin steigen lässt. Dass die Krankheit bei Milchtrinkern vermehrt auftritt, ist seit Jahren wissenschaftlich bewiesen.



DIE ALTERNATIVEN

Als Alternativen eignen sich sowohl Sojamilch (im Bild sind Sojabohnen zu sehen) als auch Haselnuss- und Mandelmilch. Sojajoghurt gibt es in vielen schmackhaften Sorten, ganz ohne Cholesterin. Auch auf Schlagobers, Frischkäse, Pudding und Eis braucht man nicht zu verzichten – pflanzliche Alternativen sind in Drogeriemärkten sowie Reformhäusern oder auf www.veganversand-lebensweise.at erhältlich. ♦



DANIELA FRIEDL
Ausgebildete Werbegestalterin
und akademische Sportjournalistin



Buch zum Thema:

Leitfaden zur Nutztiergesundheit:
Ganzheitliche Prophylaxe und Therapie
von Andreas Striezel

Bestellen Sie dieses Buch bei Amazon um EUR 24,95



Weiterführende Links:
<http://www.tierschutzaktiv.at>





GESUNDE GAUMENFREUDEN

VON ERNÄHRUNGSBERATERIN
ANDREA MIKSCH

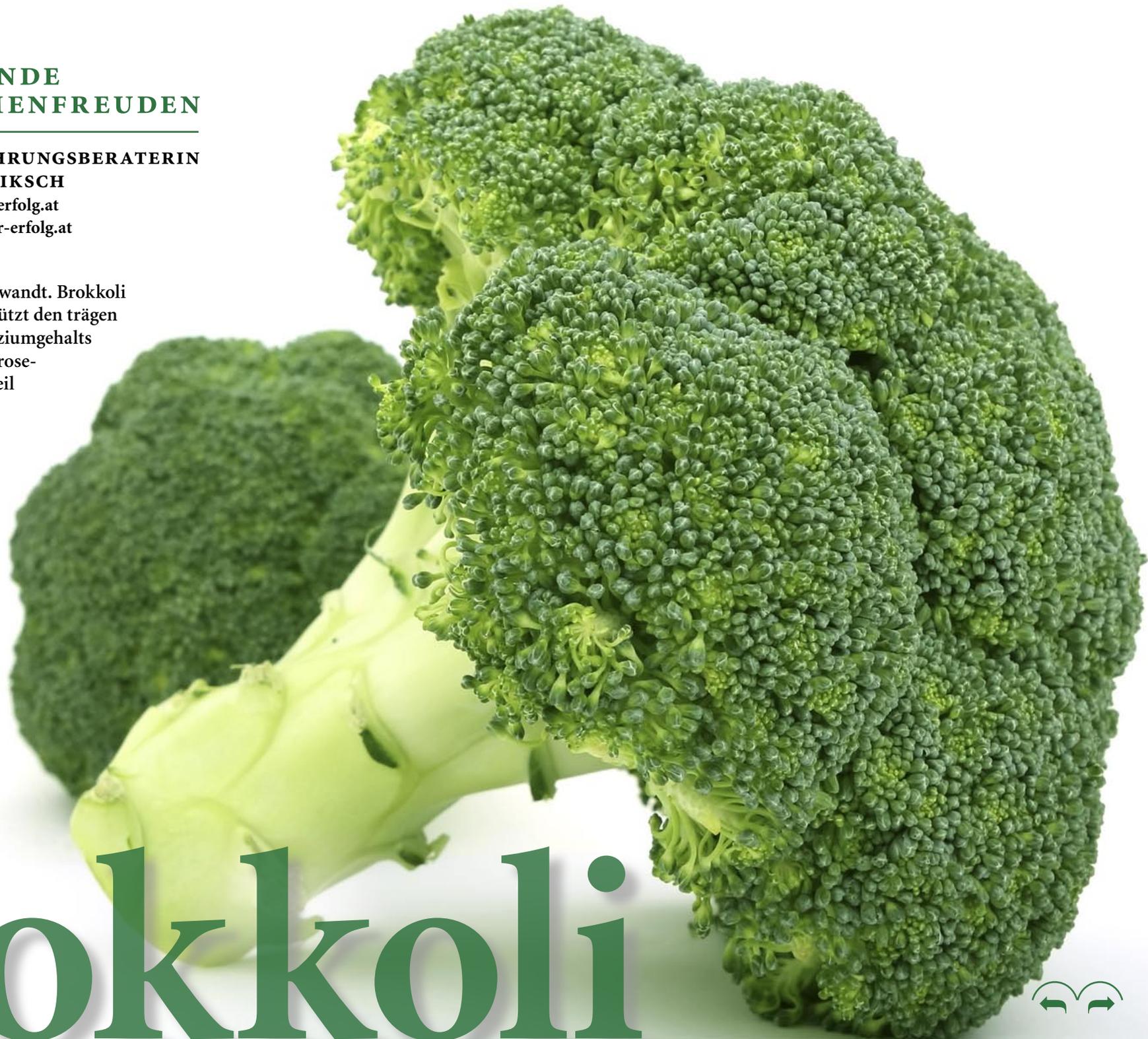
www.gesunder-erfolg.at
office@gesunder-erfolg.at

Brokkoli ist mit dem Karfiol verwandt. Brokkoli ist leicht verdaulich und unterstützt den trägen Darm. Aufgrund des hohen Kalziumgehalts ist Brokkoli eine ideale Osteoporosevorsorge. Durch den hohen Anteil an Selen und Flavonoiden wirkt Brokkoli krebshemmend.

BROKKOLI ENTHÄLT VIEL:

Kalzium
Eisen
Selen
Carotin
Vitamin C
Vitamin B
Vitamin K
Folsäure
Magnesium
Flavonoide

Fotos: Andrea Miksch, stock.xchng



brokkoli





GESUNDE GAUMENFREUDEN

VON ERNÄHRUNGSBERATERIN
ANDREA MIKSCH
www.gesunder-erfolg.at
office@gesunder-erfolg.at

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 500 g frischer Brokkoli
- Salz
- 1 kleine Zwiebel
- 1 TL Öl
- 50 ml Milch
- 25 g Fetakäse
- Pfeffer
- 100 ml Gemüsesuppe
- 150 ml Sud

brokkoli MIT KÄSESAUCE



Brokkoli waschen, putzen und in Röschen zerteilen. In reichlich Salzwasser maximal 10 Minuten kochen. Brokkoli abgießen und den Sud auffangen. Ein paar Brokkoliröschen extra stellen. Zwiebel schälen und hacken. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel

darin glasig dünsten. Den Sud, die Gemüsesuppe und die Milch dazugeben. Restlichen Brokkoli in die Sauce geben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Feta zerdrücken und dazu geben. Alles fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ganze Brokkoli-

röschen zum Erwärmen kurz in die Sauce geben. Als Beilage empfehlen sich Vollkornnudeln, Reis oder Kartoffeln.

TIPP: Für mehr Energie streuen Sie 2 EL geröstete Sesamsamen über den Brokkoli.





GOLDIMPLANTATION

EIN BEITRAG VON MAG. MED. VET. ELISABETH KASPER IM INTERVIEW MIT DR. MARKUS KASPER



GELENKE

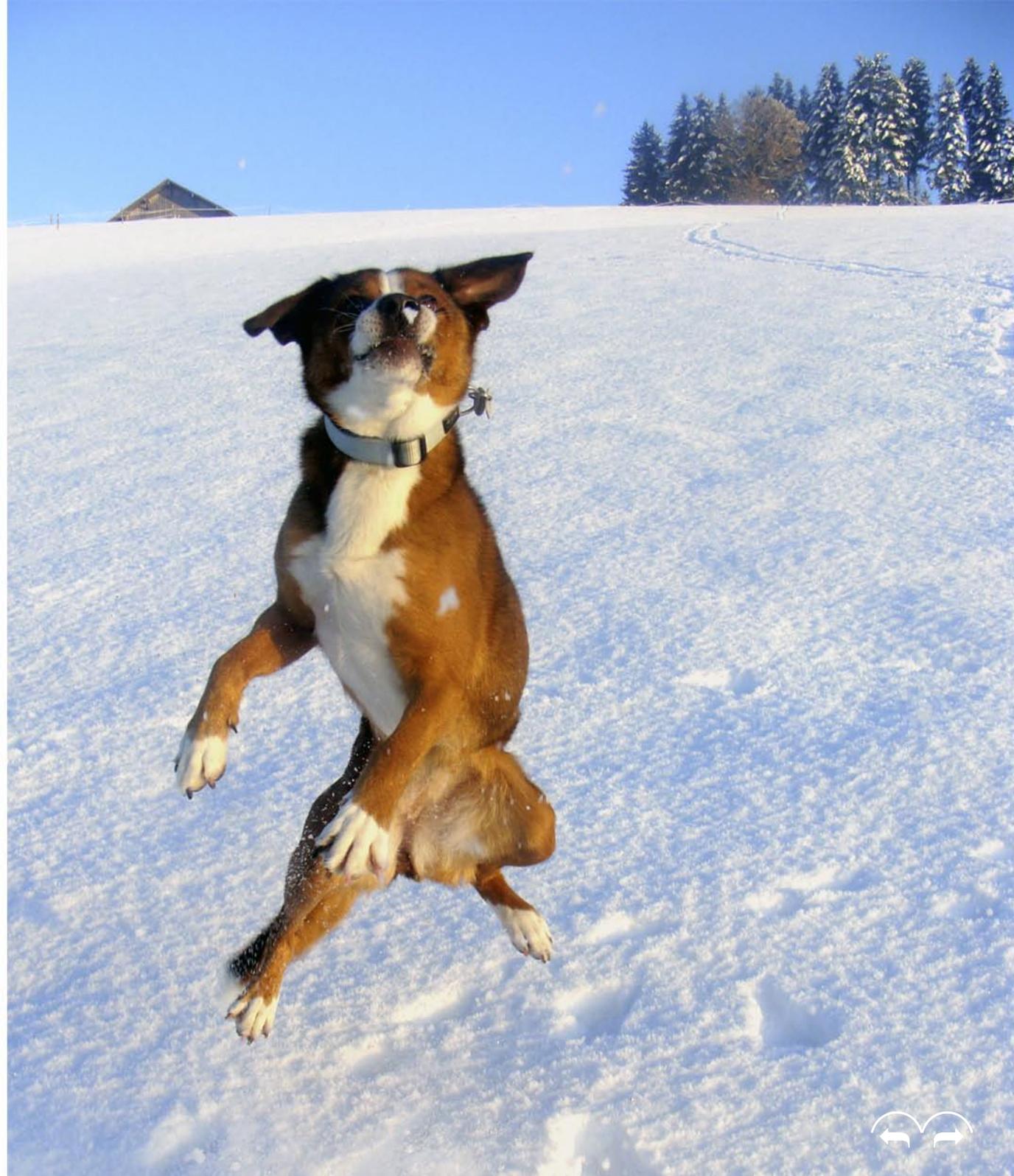
Liebe Leser, vieles habe ich im Bereich Ganzheitliche Tiermedizin bereits angesprochen, einige Themen fehlen noch, zu denen ich mich, wie bereits in der Jänner-Ausgabe, mit Spezialisten unterhalten möchte, die sich intensiv mit ihren Spezialgebieten befasst haben.

Eine Methode, die im Rahmen der ganzheitlichen Methoden nicht mehr fehlen darf, ist die Golddrahtimplantation. Mein Mann, Dr. Markus Kasper, behandelt seit nunmehr 17 Jahren erfolgreich Tiere mit dieser Methode und gerade im Bereich der chronischen Gelenkserkrankungen sind die Ergebnisse sehenswert. Ich darf ihnen diesmal diese Behandlungsform näher bringen.

Markus, was versteht man unter der „Goldimplantation“ (GI)?

Dr. Markus Kasper: „Ich darf dazu ein wenig ausholen? Die erste Idee zur Verwendung von Goldkügelchen in Akupunkturpunkten hatte Anfang der 70er Jahre der amerikanische Veterinärakupunkteur Grady Young im Zuge der Behandlung epileptischer Hunde. Nachdem es sich bei der Epilepsie um ein unheilbares Leiden handelt, wollte er der Erkrankung eine „dauerhafte Akupunktur“ entgegensetzen.

Nachdem die Akupunktur bei der Behandlung der Epilepsie sehr große Erfolge hatte (von der Verringerung der Anfallshäufigkeit und Anfallsheftigkeit bis hin zur Auslöschung der Symptomatik über Jahre), war die Überlegung zielführend, eine Dauerakupunktur zu versuchen.





BEWEGUNGSSTÖRUNGEN

Gold wurde deshalb verwendet, weil es vom Körper nicht als fremde Substanz erkannt wird (biologisch inert) und so keine Abstoßungsreaktionen bewirkt.

Terry Durkes, von den Erfolgen Youngs angepornt, setzte die „gold-beads“ – zu deutsch „Goldtröpfchen“, auf Grund der gleichen Überlegung, bei der Behandlung der Hüftgelenkdysplasie ein. Er sprach erstmals von einer „Gewebebatterie“, weil er der Meinung war, ein Implantationsnetz aus gleichseitigen Dreiecken würde den pH-Wert im Implantationsgebiet „ansäuern“.

Die Erfolge von Durkes wurden uns von unserem Lehrer Prof. Dr. Oswald Kothbauer berichtet und wir gingen daran, diese Methode in die veterinärmedizinische Orthopädie zu integrieren – mit großem Widerstand der Schulmedizin, wie man sich vorstellen kann.

In mehr als 10-jähriger kontinuierlicher wissenschaftlicher Arbeit, haben wir den orthopädischen Untersuchungsgang revolutioniert und haben Lahmheiten und Bewegungsstörung erstmals strukturbezogen tabellarisch definiert – also: Welche Strukturen bewirken welche Gangbildsveränderungen?

Im gleichen Zug haben wir die Einsatzmöglichkeiten auf alle gangbildsrelevanten Gelenke bei Hund und Katze ausgeweitet – also: Hüften, Lendenwirbelsäule, Knie-, Sprung-, Ellbogen-, Schulter- und Zehengelenke.“



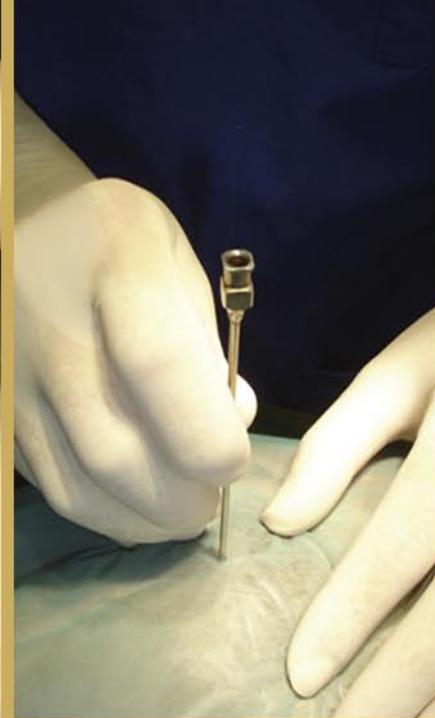
OPERATION

Wie wird die Goldimplantation gemacht?

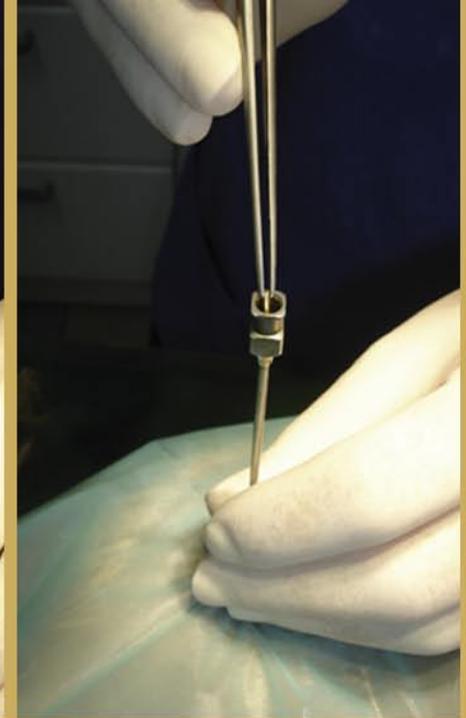
Dr. Markus Kasper: „Die Goldimplantate werden unter Narkose in Akupunkturpunkte, sog. Schmerzpunkte und an röntgenologisch sichtbare Veränderung implantiert. Mittlerweile verwenden wir klein geschnittenen Golddraht mit 1 mm Durchmesser. Die Goldstückchen sind ca. 2–3 mm lang und aus 24-karätigem Gold – sie werden vor der OP sterilisiert und über eine weitlumige Nadel eingebracht – also eine minimal invasive Methode.“



Kleiner Hautschnitt



Vorführen der Implantationskanüle



Einbringen des Golddrahtstücks



POSITIVE WIRKUNG

Weiß man inzwischen, wie das Gold wirkt oder worauf die positive Wirkung zurück zu führen ist?

Dr. Markus Kasper: „Das Gold soll laut Theorie den pH-Wert im chronischen Schmerz- und Entzündungsgebiet neutralisieren und dabei den schmerzvermittelnden bzw. schmerzauslösenden Substanzen das Wirkungsmilieu (Bradykinin, Histamin, Substance-P, etc.) entziehen. Wird die Entzündung eingedämmt, lässt auch der Schmerz nach; was zur Folge hat, dass das Tier sich wieder richtig bewegt, Muskeln aufgebaut werden, sekundäre Folgeprobleme durch die Schonhaltung keinen Schmerz mehr verursachen.“



Spirituelle MEXICO Rundreise März 2010

Auf den Spuren der Mayas

Mit Monika Dieplinger
Organisation: Jedek Reisen

Mexiko City
Teotihuacan
Guadalupe
Tuxtla Gutierrez
Palenque

Bonampak
Labna
Kabah
Uxmal
Dzibilchaltun

Nähere Infos unter: 0676/3198277
www.paracelsus-drogerie.com



WIRBELSÄULE

Wie kann man sich das vorstellen?

Dr. Markus Kasper: „Durch zum Beispiel Schmerzen im Knie ist eine „normale“, physiologische Bewegung im Moment nicht möglich, man versucht so zu gehen, dass es nicht mehr, oder weniger schmerzt; diese „neue“ Bewegung bedingt aber nach kurzer Zeit eine Überlastung im Hüftbereich – um die wiederum auszugleichen, wird das Becken schief gestellt, für einige Zeit ist der Schmerz damit wieder erträglich. Doch die Wirbelsäule, die diese Schiefstellung ausgleicht, meldet sich bald und die Schonhaltung für das Knie wirkt sich bald auf den ganzen Körper aus. Muskeln werden anders belastet, ihre Ansätze an knöchernen Strukturen über Gebühr beansprucht, es entstehen multiple Schmerzen, über deren Zusammenhänge man sich oft nicht mehr im Klaren ist. Das sind sekundäre Folgeprobleme durch Schonhaltung.“



WALLY VITAL
MASSAGE

Wally Vital Energie Methode
... die Energie, die wirkt!

HARALD WALLY
ENERGIEMASSEUR

+43 (0) 650 59 58 059

h.wally@wallyvital.com
www.wallyvital.com



GANGBILD

Wie lange dauert es denn, bis das Gold zu wirken beginnt?

Dr. Markus Kasper: „Mit ersten sichtbaren Verbesserung im Gangbild ist nach 2–14 Tagen zu rechnen, in den warmen Jahreszeiten rascher als in den kalten. Verbesserungen sind bis zu einem halben Jahr zu erwarten. Dadurch, dass die Tiere keine Schmerzen aus dem Eingriff haben und schon am Tag nach der Implantation mit dem Bewegungstraining begonnen werden kann, verliert man auch keine Zeit durch Rekonvaleszenz nach der Operation.

Wichtig ist eine gediegene und mehr als gründliche Untersuchung (Vorbericht, Gangbildanalyse, Manuelle Untersuchung, gezielte Röntgendiagnostik) vor dem Eingriff, um herauszufinden, ob die Goldimplantation eine gute Therapiemethode für die Problematik des Tieres ist, sowie eine genaue Platzierung der kleinen Goldstückchen.“



Gangbildanalyse (o.),
Manuelle Diagnostik (r.)



FRÜHDIAGNOSTIK

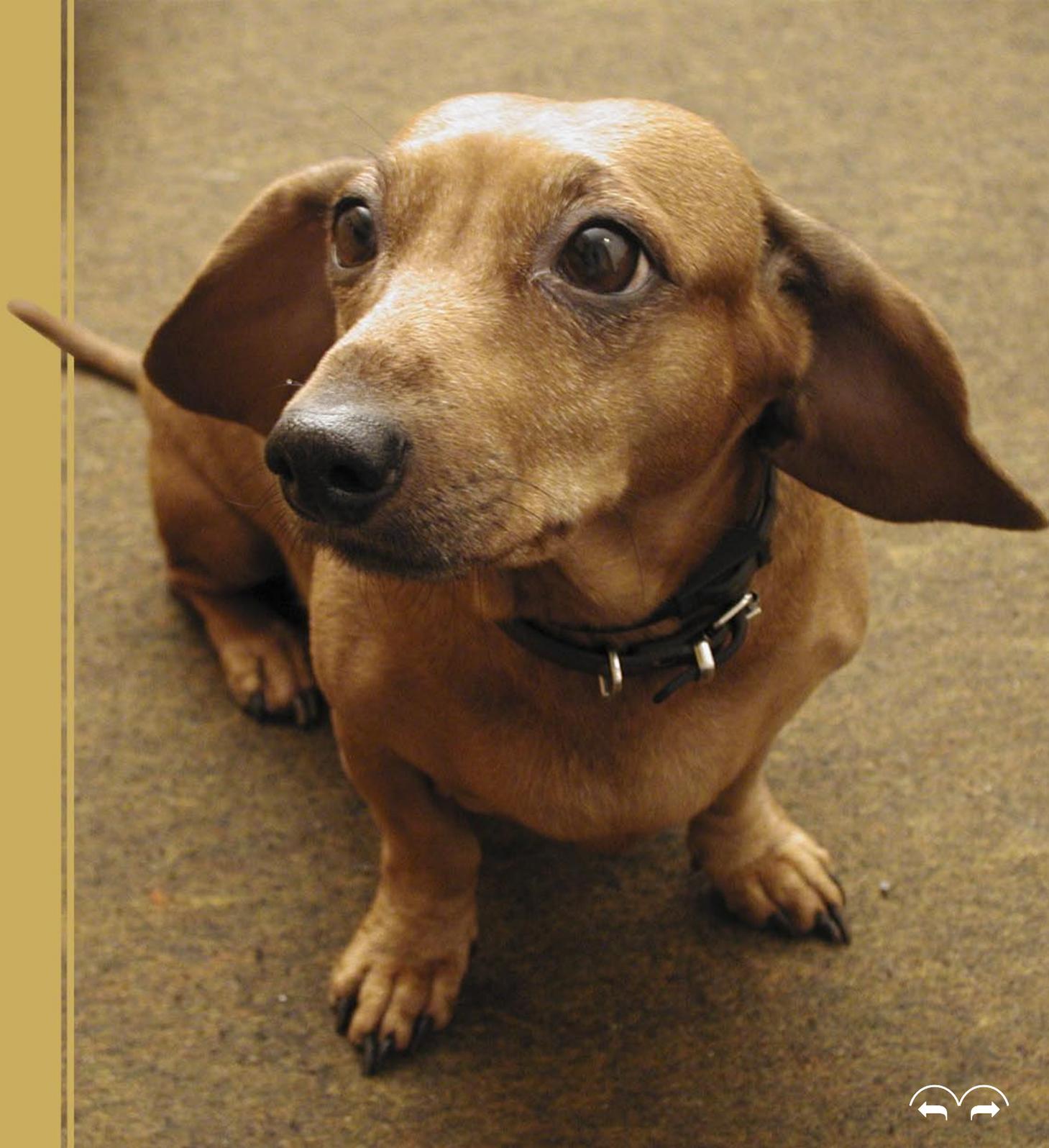
Was sind die Indikationen für eine Gold-implantation, welchen Tieren kann sie helfen?

Dr. Markus Kasper: „Prinzipiell wird die Gold-implantation bei allen chronisch schmerzhaften Gelenkserkrankungen eingesetzt. Dabei ist nicht wesentlich, dass sich eine bestehende Arthrose zurückbildet, sondern dass sie nicht mehr weh tut und der Patient sein Gelenk wieder verbessert und vermehrtem Umfang bewegen und belasten kann. Aber auch Wirbelsäulenprobleme, wie sie vermehrt beim Dackel vorkommen, sind Haupteinsatzgebiet der Goldimplantation und, wie eingangs erwähnt, auch die Epilepsie.

Neben den bestehenden Erkrankungen haben wir uns aber vermehrt der Frühdiagnostik gewidmet und können mit einem röntgenologischen Verfahren, welches Univ. Doz. Dr. med. vet. Ewald Köppel entwickelt hat, die Hüftdysplasie schon zwischen der 16. und 20. Lebenswoche erkennen und goldimplantieren, damit eben aus der Fehl-anlage des Hüftgelenkes gar kein Schmerzproblem und seine Folgen entsteht.“



Frühdiagnostik





LEBENSQUALITÄT

Für welche Tierarten kommt die Goldimplantation in Frage?

Dr. Markus Kasper: „Das Hauptaufkommen ist sicher beim Hund zu sehen (90 %), wir setzen aber die Goldimplantation auch bei Katzen und Pferden mit großem Erfolg ein. Wir haben aber auch schon einen Löwen im Zoo von Rom, Tiger in Berlin mit Gold behandelt. Die Verbesserung der Lebensqualität war enorm.

Eine Kollegin in Deutschland hat über einen erfolgreichen Einsatz bei einer Laufente mit Hüftgelenksarthrose berichtet. Eine Klinik in Dänemark hat sich auf die Goldimplantation beim Menschen spezialisiert.“

Wie lange hält die Wirkung des Goldes an?

Dr. Markus Kasper: „Nachdem sich die Goldstückchen nicht abnützen oder verbrauchen, hält bei guter Diagnose und exakter Platzierung die Wirkung ein Leben lang.“



Goldimplantation bei einem Löwen im Zoo von Rom



KONTRAINDIKATIONEN

Gibt es Kontraindikationen?

Dr. Markus Kasper: „Nun ja, wenn ein Tier auf Grund internistischer Probleme nicht narkosefähig ist – können wird die GI ganz einfach nicht durchführen. Eine orthopädische Einschränkung gibt es nicht – um das zu erklären: Ein Kreuzbandriss ist eine „Nichtindikation“. Er ist zwar oft durch eine Fehlbelastung aus dem Hüftbereich bedingt, muss aber chirurgisch stabilisiert werden. Wir können durch die GI aber die rund um das Knie betroffenen Strukturen funktionell verbessern. Das ersetzt aber nicht die vorherige oder gleichzeitige chirurgische Intervention.“



VORTEILE

Kannst du für unsere Leser kurz die Vorteile und Nachteile auflisten?

Dr. Markus Kasper: „Nachteile? Sind mir keine bekannt. Eines gibt es jedoch zu erwähnen: Wir unterrichten seit 7 Jahren die „Goldimplantation nach Wiener Schule“ im Vierbeiner-Rehazentrum in Bad Wildungen in Deutschland. Im Laufe der Jahre haben wir über 100 TierärztInnen in einem insgesamt 9-tägigen Kurs in der Methode unterwiesen. Es hat sich auch eine Spezialisten-gruppe herauskristallisiert (AGI – Arbeitsgruppe für Goldimplantation), die sich einer Prüfung unterzogen haben und regelmäßig an Fortbildungen teilnimmt (www.goldimplantation.com). Wenn sich jemand zur Goldimplantation entscheidet, sollte er es bei einem erfahrenen und zertifizierten Tierarzt machen lassen.

Vorteile:

- Früherkennung
- Minimalinvasiver (schmerzloser) Eingriff
- Umfassend anwendbar (alle Problemregionen in einer Sitzung)
- Langanhaltend
- Relativ kostengünstig gegenüber anderen chirurgischen Verfahren
- Rasche Wiedererlangung von Lebensfreude und Bewegungsdrang.“

Vielen Dank für die ausführlichen Erläuterungen! Sollten Sie, liebe Leser noch Fragen zu diesem Thema haben, können Sie sich gerne an mich oder Dr. Markus Kasper wenden. ◆

Weiterführende Links:

www.goldimplantation.com

www.tierklinik-aspern.at



DR. MARKUS KASPER

Fachtierarzt für Akupunktur
und Neuraltherapie,
Spezialgebiet: ganzheitliche
Schmerztherapie und Orthopädie
seit 1993 Leiter der
Tierklinik Aspern



MAG. MED. VET.

ELISABETH KASPER

leitet seit 2006 das
„Tierheilzentrum“
der Tierklinik Aspern

info@tierheilzentrum.at



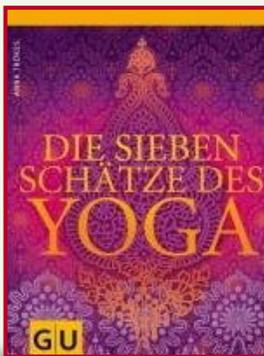
BUCHTIPPS



Dr. Ich von Georg Francken

... Wie mündige Patienten sich im Medizinbetrieb behaupten und die optimale Behandlung finden. Teure Medikamente, falsche Verschreibungen, überhebliche Ärzte und wenig Zeit. Seit seiner eigenen Krebserkrankung beschäftigt sich Georg Francken mit Chancen und Risiken schulmedizinischer Diagnostik und Therapie sowie mit Möglichkeiten alternativer Heilmethoden.

Bestellen Sie dieses Buch bei Amazon um EUR 14,95



Die sieben Schätze des Yoga von Anna Trökes

Yoga-Übungen gibt es viele, Yoga-Lehrer auch. Doch was macht eine Übung zu einem Schatz und einen Lehrer zu einem Meister? Sieben Meister und Meisterinnen aus verschiedenen Yoga-Traditionen berichten über ihren Lebens- und Yoga-Weg und verraten das Geheimnis ihrer wichtigsten Übungen – eine wahre Schatztruhe des Yoga.

Bestellen Sie dieses Buch bei Amazon um EUR 14,99



Vom Regenbogentierchen und anderen Merkwürdigkeiten von Audrey Bär

... Coaching-Metaphern für Jung und Alt. Die Metaphern eignen sich sowohl zur Integration in Trancen als auch zum „abendlichen“ Vorlesen. Sie können von Trainern, Therapeuten, Erziehern, Eltern und jedem, der federleicht Wissen und Selbsterkenntnis transportieren möchte, eingesetzt werden. 30 Geschichten, die Groß und Klein zum Nachdenken anregen.

Bestellen Sie dieses Buch bei Amazon um EUR 17,90



16.2.–20.2.	SolarEnergy 2010 Weltmesse für Erneuerbare Energien	http://www.messen-profair.de	D	14055 Berlin
17.2.	Arbeiten mit den Chakra-Energie-Karten Lebensberatung mit Chakra-Energie-Karten von Walter Lübeck	http://www.rainbow-reiki.at	A	1050 Wien
17.2.	Vortrag (Eintritt frei): Osteoporose vorbeugen, behandeln, erforschen (um Anmeldung wird gebeten)	http://www.fwf.ac.at	A	1090 Wien
18.2.	Fachvortrag: Biologische Lebensmittel xund und gut (Eintritt frei)	http://www.xundheitswelt.at	A	3970 Harbach
18.2.–19.2.	Bleib Aktiv! (Niederösterreichische Seniorenmesse) Die Niederösterreichische Seniorenmesse St. Pölten	http://www.bleibaktiv.at	A	3100 St. Pölten
18.2.–21.2.	Bauen & Energie Wien – die Klimaschutz-Messe Alles rund um gesundes Bauen, Renovieren, Finanzieren & Energiesparen	http://www.bauen-energie.at	A	1020 Wien
19.2.	Blockaden lösen geführte Meditation	http://gittis-lebensfreude.npage.de	A	1210 Wien
19.2.–21.2.	Rainbow Reiki 2. Grad inkl. Traditionelles Usui-Reiki 2	http://www.rainbow-reiki.at	A	1050 Wien
25.2.	Vortrag (Eintritt frei): Wenn uns die Luft ausgeht COPD, eine fortschreitende Lungenfunktionsstörung, im Vormarsch	http://www.minimed.at	A	5020 Salzburg
26.2.–28.2.	SPA – Health & Beauty 2010 ... Behandlung mit Edelsteinen (Seminar)	http://www.spa-messe.at	A	1020 Wien



1.3. – 3.3.	Energiemassage – Stammersdorf / Wien Anmeldungen bitte unter Lifebalance: 01/29288880	Nähere Infos zur Anmeldung unter: http://www.wallyvital.com	A	1210 Wien
2.3.	Vortrag: Schwachstelle Halswirbelsäule vom Kopfschmerz bis zur Blasenschwäche (tel. Anmeldung)	Nähere Infos zur Anmeldung unter: http://www.wallyvital.com	A	1210 Wien
4.3. – 7.3.	Haus & Garten 2010 Themenschwerpunkte: Hausbau, Renovierung und Gartengestaltung	http://www.arenanova.com	A	2700 Wr. Neustadt
5.3.	Herz öffnen geführte Meditation	http://gittis-lebensfreude.npage.de	A	1210 Wien
5.3. – 7.3.	Energiesparmesse Wels Internationale Fachmesse für Energieeffizienz und Ökoenergie	http://www.energiesparmesse.at	A	4600 Wels
8.3. – 11.3.	Energiemassagen in Bad Ischl Anmeldungen bei Fr. E. Röhrenbacher: 0699/10593033	Nähere Infos zur Anmeldung unter: http://www.wallyvital.com	A	4820 Bad Ischl
10.3.	Was Sie schon immer über Klangschalen wissen wollten Workshop	Nähere Infos zur Anmeldung unter: http://www.seminar-rosenhof.at	A	3970 Weitra
12.3. – 14.3.	„Bleib G'sund“ Gesundheits- und Wellnessta- ... mit einer Sonderausstellung zum Thema „Der Gesunde Schlaf“	http://www.bleibgesund.at	A	4020 Linz
13.3.	Kochkurs für Kinder Willst Du Deine Eltern mit leckeren, gesunden Gerichten verzaubern?	Nähere Infos zur Anmeldung unter: http://www.gesunder-erfolg.at	A	2100 Korneuburg

Möchten Sie interessante Veranstaltungen, Seminare, Vorträge ankündigen?

Dieser Eintrag ist kostenlos! – Einfach eine Mail schicken an: veranstaltung@greenbalance.at



VORSCHAU



DAS NÄCHSTE GREENBALANCE-MAGAZIN ERSCHEINT AM 15. MÄRZ 2010



PRANA VITA®

PranaVita® ist eine berührungslose Heilkunst, um gesund zu werden und gesund zu bleiben. Prana ist die Lebensenergie, die nicht nur durch unseren Körper zirkuliert, sondern das ganze Universum durchdringt. PranaVita®-Lehrerin Mag.^a Michaela Spranger erläutert diese Heilkunst, bei der/die PranaVita®-TherapeutIn mit einer liebevollen Einstellung Lebensenergie aufnimmt, diese an sich selbst und an andere überträgt und weiterleitet, um die Selbstheilungskräfte zu unterstützen.

HUZULEN – DIE KLEINEN ALLROUNDER-PFERDE

Die Pferderasse der Huzulen stammt aus den Bergen der Karpaten. Seine Ausdauer und Instinktstärke halfen dem robusten Pony, in dieser rauen Landschaft und dem schwierigen Gelände zu überleben. Der Huzule lebte halbwild in den Karpaten und diente den Menschen als Zug- und Tragetier. Daniela Friedl berichtet über diese seltene, jedoch sehr vielseitig einsetzbare Pferderasse.

NOCH FRAGEN?

Haben Sie noch zum E-Magazin GREEN BALANCE Fragen, dann rufen Sie uns an: +43 699 106 37 898 oder schicken uns ein Mail an: office@greenbalance.at

Impressum

Medieninhaber, Herausgeber, Redaktion, Design:
Luna Design KG
Lamarckgasse 14/150/7, 1210 Wien
E-Mail: office@luna-design.at
Gerichtsstand: Wien
Firmenbuchnummer: FN 305229t
Autoren dieser Ausgabe: Daniela Friedl,
Mag. Elisabeth Kasper, Harald Kautz-Vella,
Andrea Miksch

Grundlegende Richtung:

Green Balance informiert unabhängig über diverse Themen rund um Gesundheit, alternative Heilmedizin, ganzheitliches Wohlbefinden und harmonisches Zusammenleben im Einklang mit der Natur. Green Balance distanziert sich ausdrücklich von Rechtsradikalismus/Linksradikalismus sowie unethischen Haltungen gegenüber Menschen, Tieren und Natur.

Hinweis:

Bei allen personenbezogenen Bezeichnungen gilt die gewählte Form für beide Geschlechter. Alle im Inhalt angeführten Preis- und Terminangaben gelten vorbehaltlich Druckfehler und Änderungen. Anzeigen sind als „Werbung“ gekennzeichnet.

Copyright:

Alle Rechte sind vorbehalten. Abdruck, auch nur auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.

Anzeigenbetreuung:

Karl Lesina
E-Mail: anzeigen@greenbalance.at
Tel. +43 699 10637898

