

CULUMNATURA®



culum natura

II XVIII
2018

DAS MAGAZIN FÜR NATÜRLICHE HAUT- UND HAARPFLEGE

SATUSCOLOR

Natürlich färben

DER NACHWUCHS STEHT AUF NATUR

„Ich will NATURfriseur werden!“

DIE RINGELBLUME

Heilsame Schönheit

Glanz-Volle Farben

MIT DER KRAFT
DER PFLANZEN

| SEITE 3

INFO

Unser Magazin wird Print CO₂ kompensiert gedruckt.

Was bedeutet das?

Hinter dem sogenannten „**Print CO₂ kompensiert**“ bzw. „**Klimaneutralen Drucken**“ steckt mehr, als viele wissen: Bei der Produktion von Druckerzeugnissen entstehen CO₂-Emissionen. Das ist kurzfristig gesehen nicht zu vermeiden. Was jedoch möglich ist: Die entstandene Menge an CO₂ kann durch Investitionen in anerkannte Klimaschutzprojekte ausgeglichen werden.

Unserer ökologischen Denk- und Handlungsweise folgend, setzen wir auf diesen Ausgleich zur Klimaneutralität. Dabei ergibt sich eine win-win-Situation für Umwelt, Auftraggeber und Druckerei. Wieviel CO₂ bei einem Druckauftrag entsteht, berechnet unsere Druckerei mit einem eigenen CO₂-Berechnungssystem, dem sogenannten **Klimarechner**. Mit dem Klimarechner werden die Treibhausgasemissionen der Druckprodukte ermittelt und in weiterer Folge freiwillig durch streng geprüfte CO₂-Zertifikate neutralisiert. Neben Projekten, die von österreichischen Organisationen durchgeführt werden, gibt es auch eine Reihe von Projekten von international agierenden Unternehmen, die ebenfalls eine hohe Projektqualität aufweisen (WWF Gold Standard).

In Österreich investiert die zuständige **Climate Austria** derzeit in 16 nationale und 4 internationale Klimaschutzprojekte, so z. B. in eine Biomasse-Heiztechnik für Gemüsebauern in Niederösterreich.



FARBE! WIE MACHT DAS DIE NATUR?

MAG.^A KATHARINA KRONSTEINER
Geschäftsführerin

Wo auch immer du hinschaust, Farbe begegnet uns überall in der Natur. Pflanze, Mensch, Tier, Gestein, Wasser, was du auch gerade betrachten magst – es hat Farbe.

Farbe bringt **Vielfalt**. Sie macht aufmerksam auf etwas, oder sie will etwas verbergen. **Rot** ist für gewöhnlich eine Signalfarbe, aber Rot steht auch für besondere Intensität, für das Blut, für das Feuer und für die Liebe. **Blau** ist die Weite, der Himmel, das Meer, Blau wirkt kühl, aber auch sehr professionell-sachlich. **Brauntöne** hängen sind die Verbindung mit der Erde, sie stehen für die Festigkeit, für die Erdung. **Grün** entspannt uns, es ist der Saft der Natur... und so weiter. Ja, Farben haben eine Wirkung auf uns, wir lieben das „Bunte“, doch auch das kühlere **Grau** kann in seiner Eleganz entzücken.

Wie ist das mit der Haarfarbe? Auch hier hat die Natur eine breite Vielfalt vorgesehen: von zart-hell-blond über alle Rot- und Braunschattierungen bis hin zu einem satten Schwarz. Haarfarbe bringt auch hier **Schönheit, Reiz und Anziehung**.

Für die Farbe im Haar sind kleine **Farbpigmente** verantwortlich, genauer gesagt, das Verhältnis zweier Pigmentarten, das **Eumelanin** für Schwarz-Braun und das **Phäomelanin** für Rot-Gold. Je nachdem wieviel die Melanozyten von dem einen und von dem anderen produzieren, entsteht deine **individuelle Haarfarbe**. **Glanz und Leuchtkraft** hängen allerdings von der Haarstruktur ab, also davon, ob das Haar gesund ist und die Schuppenschicht schön geschlossen anliegt. All das bringt uns **satuscolor Pflanzenhaarfarbe**. Sie ist die Kur, die unsere Haarstruktur glättet – und als Henna neutral die **tolle Brillanz und Kräftigung** ins pigmentfreie Haar zaubert bzw. ein **breites, natürliches und individuelles Farbenspiel** ermöglicht. Alles weitere erfährst du im Hauptbeitrag.

Viel Vergnügen.

Katharina

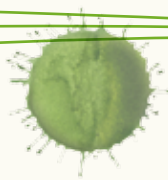


Glanz-Volle Farben

MIT DER KRAFT DER PFLANZEN

Die Zeiten, in denen Pflanzenhaarfarben nur rot färben konnten sind schon lange vorbei – genauso wie die Zeiten, in denen konventionelle Haarfarben als gesundheitlich unbedenklich galten. Aber was macht die Letzteren so belastend für Mensch und Umwelt? Was sind die Vorteile von Pflanzenhaarfarben und wie genau funktionieren sie? Hier findest du die wichtigsten Antworten. >

Glanz-Volle Farben



Zu Jahresbeginn hat die deutsche Zeitschrift „Ökotest“ auch in den immer noch als vergleichsweise harmlos gehandelten Tönungen **bedenkliche Inhaltsstoffe** nachgewiesen. Untersucht wurden die angesagten Regenbogennuancen von 14 Einkomponentenhaarfarben, also von Farben, die sich nach einiger Zeit auswaschen. „Wir können kein einziges Produkt empfehlen“, so Marieke Jörg, Leiterin der Studie. Die Tönungen enthalten einige Konservierungsstoffe und Färbesubstanzen, die als **allergieauslösend, hormonwirksam und krebverdächtig** gelten. Sogar das als Färbemittel eingesetzte aromatische Amin Anilin, das sich in Tierversuchen als krebserzeugend erwiesen hat, wurde nachgewiesen. Beim Färbevorgang können alle diese Stoffe, vor allem durch den direkten Kontakt mit der Kopfhaut, in den Körper eindringen

und wirken so auf den gesamten Organismus.

Sollen die Haare mit konventionellen Farben dauerhaft gefärbt werden, kommen häufig noch andere bedenkliche Inhaltsstoffe zum Einsatz. Bei diesen Produkten dringen die Farbpigmente in die Faserschicht des Haars ein. Damit das funktioniert, muss die Haarschuppenschicht geöffnet werden. Das Haar wird aufgeraut. Als Farbentwickler werden sehr oft p-Phenylendiamine (PPD) oder p-Toluyldiamine (PTD) verwendet.

Diese Stoffe können unter anderem Kontaktallergien auslösen. Es kann sofort oder erst Tage später zu **Juckreiz, Schuppen, starken Ekzemen, Ausschlag am ganzen Körper** oder selten zum **Anschwellen einzelner Gesichtspartien** kommen. In der Regel verursachen dunkle Farben häufiger Allergien. Aber auch bei

Blondierungen, bei denen mit Peroxid gearbeitet wird, kann es zu Hautirritationen kommen.

Phenylendiamine und andere synthetische Farbstoffe als Farbentwickler waren gestern, Henna und Walnusschalen sind heute!

Die Wirkungsweise von reinen Pflanzenhaarfarben ist grundsätzlich anders. Dabei kann man sich Mechanismen der Natur zunutze machen. Ein zentraler Wirkstoff in rein natürlicher Pflanzenhaarfarbe ist die **Gerbsäure**. Sie ermöglicht, dass die Farbpigmente der Pflanzen gebunden und das Haar so dauerhaft gefärbt werden kann. Ohne sie würde sich die Farbe gleich beim Ausspülen auswaschen. Das ist der Grund, warum **Henna** als Färbemittel so bekannt ist. Die schon im alten Ägypten zum Färben verwendete Pflanze hat einen extrem hohen



Individuelles, natürliches Farbbild statt Einheits-Look

Gerbstoffanteil. Das Gleiche gilt z. B. für Walnusschalen. Die Gerbsäure schließt durch ihre zusammenziehende Wirkung die Schuppen-schicht der Haare. Dadurch wird es fester, weniger splissanfällig und es wirkt voller. Die jetzt glatte Haarstruktur hat einen wunderbaren Glanz, reflektiert die Lichtstrahlen und sorgt für facettenreiche Farbreflexe. Zudem lässt sich das Haar so leichter kämmen.

Bei der Herstellung rein pflanzlicher Haarfarben werden Inhaltsstoffe stark gerbstoffhaltiger Pflanzen mit anderen kombiniert, die sodann mit ihren unterschiedlichen Farbpigmenten den gewünschten Ton entstehen lassen. So enthält zum Beispiel die **100 % natürliche Pflanzenhaarfarbe satuscolor BasisGold** neben Henna unter anderem auch **Kamillenblüten, Birkenblätter und Kurkumawurzel**, sodass sie im braunen/mittelblonden Bereich leichte Nuancen heller wirken kann und bei weißem Haar einen warmen und goldigen Blondton ergibt. Kombiniert mit anderen Pflanzen erreicht das Henna in **satuscolor EffektGranat**, bei unvermischter Anwendung ein kühles, leuchtendes Rot.

Individuelles, natürliches Farbbild statt Einheits-Look

Statt bunte Regenbogenfarben oder einheitliches Aschblond vom Ansatz bis zu den Spitzen bieten Pflanzenhaarfarben ein voll **natürlich wirkendes Farbergebnis**. Der zugrunde liegende Naturton (Ausgangston) ist dabei wichtig. Einzelne hellere Haare bewirken einen schimmernden Strähncheneffekt. Der Helm-Effekt bleibt daher aus und der Ansatz wird weniger stark sichtbar, sodass ein Nachfärben

flexibler gehandhabt werden kann. Gleichzeitig haben die Farbpigmente von Pflanzenhaarfarben eine pflegende Wirkung, da sie sich wie eine Schutzschicht um die einzelnen Haare legen. Dadurch wirken diese voller und sind griffiger.

Friseurwissen und Kreativität sind gefragt

Da das Ergebnis von Pflanzenhaarfarben mehr als bei konventionellen Färbeprodukten von der Ausgangsfarbe der Haare abhängt, ist ein fundiertes Wissen über ihre Wirkungsweise für eine erfolgreiche Anwendung wichtig. Die gewünschte „richtige“ Nuancierung entsteht durch das **Können** und die **Kreativität des NATURfriseurs**. Er mischt zum Beispiel bei den **satuscolor Pflanzenhaarfarben** verschiedene **Basis-, Effekt- und Zusatzfarben**, um das angestrebte individuelle Ergebnis zu erreichen. Nach diesem Prinzip funktionieren alle Naturhaarfarben. Ist der Farbbrei auf das Haar aufgetragen, hängt die Einwirkzeit vom gewünschten Farbton und der Beschaffenheit der Haare ab. Die Einwirkzeit liegt dabei zwischen 5–60 Minuten. Wer sich entscheidet, mit Natur zu färben und ohne synthetische Chemie zu arbeiten, tut aber auch für die Umwelt Gutes. Neben dem angenehm natürlichen Geruch gelangen auch keine toxischen Mittel in den Abfluss und von dort in die Umwelt.

Pflanzenhaarfarbe kann unser Wohlbefinden steigern, aber vor allem **unser Haar zum Leuchten bringen**, uns stärken und inspirieren. Der schnelle Weg in den Friseursalon für eine synthetische Einheitsfärbung von der Stange, die im Eiltempo aufgebracht wird,

bevor die nächste Kundin dran ist, hat kaum einen Wohlfühleffekt. Der Besuch eines NATURfriseursalons ist eine klare Alternative. Der/die geschulte **COLUMNATURA® Haut- und HaarpraktikerIn** nimmt sich Zeit und bezieht den ganzen Menschen mit ein, um die individuelle „Wohlfühlfarbe“ seiner KundInnen festzustellen.

COLUMNATURA® – WISSEN AUS ERFAHRUNG UND LIEBE ZUR NATUR

Das professionelle Färben mit Pflanzen nach modernen Standards blickt auf eine jahrelange Erfahrung zurück. Bereits **seit über 20 Jahren arbeitet COLUMNATURA® als Hersteller zertifizierter NATURkosmetik**. Die Produkt- und Farbpalette wurde dabei immer weiter verfeinert, sodass heute eine perfekte Abstimmung mit fein nuancierten Mischungen möglich ist. In dem Wissen, dass diese Arbeit eine hohe Kompetenz erfordert, bietet **COLUMNATURA®** eine Ausbildung zum/zur **COLUMNATURA® Haut- und HaarpraktikerIn** an und bleibt im Friseuralltag als Partner stets verfügbar. Diese Wissensvermittlung auf der Basis eines immensen Erfahrungsschatzes liefert das Handwerkszeug für ein erfolgreiches Arbeiten mit Pflanzenhaarfarben. Dem **NATURfriseur** garantiert das einen natürlichen Salonalltag und den KundInnen eine neue Dimension der Pflanzenhaarfarbe.

Glanz-Volle Farben

Natürlich färben

Mit **satuscolor Pflanzenhaarfarbe**

Nach jahrelanger Entwicklungsarbeit ist es **CULUMNATURA®** gelungen, eine moderne Linie von Pflanzenhaarfarben mit **konsequent natürlichen pflanzlichen Inhaltsstoffen** zu entwickeln.

satuscolor bietet eine **gut deckende, brillante Farbpalette** mit perfekt aufeinander abgestimmten natürlichen Haarfarben im Baukastenprinzip. Alle Pflanzenhaarfarben sind auch untereinander mischbar und ermöglichen somit unbegrenzt **individuelle Farbgebungen**.

satuscolor Pflanzenhaarfarbe von **CULUMNATURA®** ist eine zertifizierte Naturkosmetik. Sie wird gemäß ÖLMB Kosmetische Mittel hergestellt. Laufende Kontrollen durch

die anerkannte Kontrollstelle **agroVet** stellen sicher, dass ausschließlich Naturstoffe enthalten sind. Somit wird gewährleistet, dass **keinerlei synthetische Zusatzstoffe** verwendet werden.

Schönheit, Ausstrahlung, Kraft und der Genuss, sich mit gutem Gewissen in natürliche Farbe einzuhüllen:

- rein natürliche Inhaltsstoffe
- optimale Deckkraft
- mehr Fülle und Kraft, sowie natürlicher Glanz
- individuelles Färben in warmen und kalten Farbtönen
- Färben auch unter 16 Jahren möglich
- nach dem **CULUMNATURA®**

Baukastenprinzip aufgebaut, d. h. alle Farben sind untereinander mischbar

Alle **CULUMNATURA® Produkte** werden exklusiv über **NATURfriseurInnen** und **NATURkosmetikerInnen** vertrieben. Denn eine professionelle und auf Know-how basierende **Kundenberatung** ist ganz wesentlich.

Entscheide auch du dich ganz bewusst für natürliche Pflege, Leichtigkeit und ganzheitliche Ausstrahlung.

Weitere Informationen zur **satuscolor Pflanzenhaarfarbe** erhältst du unter **www.culumnatura.com**



DER NACHWUCHS STEHT AUF

Natur

Das erste Mal als ich von **CULUMNATURA®** erfuhr, war ich in der Landesberufsschule in Hollabrunn in Österreich. Ich muss gestehen, mein Interesse für Naturkosmetik wurde erst ab der 3. Klasse geweckt. Da hat es mir so sehr Spaß und Freude bereitet, mit **CULUMNATURA®** zu arbeiten, dass ich mir nicht vorstellen konnte, am Ende der Berufsschulzeit damit aufzuhören. Ein paar Monate später besuchte ich mein erstes **CULUMNATURA® Ausbildungsmodul**, und ab diesem Zeitpunkt wusste ich: **Ich will NATURfriseur werden!**

Die größte Freude hatte ich, als sich meine künftige Chefin, Lydia Streicher, bei mir meldete und fragte, ob ich ein Praktikum bei ihr machen möchte. Ich konnte es gar nicht fassen, weil ich sie aus Erzählungen kannte und immer schon ein kleiner Fan von ihr war. Am ersten Tag meines Praktikums wurde ich herzlich empfangen. Nicht nur von Lydia, sondern auch von Sonja und Mila, und fühlte mich gleich sehr wohl und gut aufgenommen. Es war sehr interessant für mich, Lydia und Sonja bei ihrer Arbeit zuzusehen und wie sie mit den KundInnen umgingen. Es war anders als ich es bisher kannte:

Ich spürte, dass **das Wohlfühlen des Kunden** an erster Stelle steht.

NATURfriseur-KundInnen kommen gern zum Friseur und zwar weil sie wollen und nicht weil sie müssen. Es gab KundInnen, die sagten:

„Ich bin mein Leben lang noch nie gern zum Friseur gegangen, aber seit ich hier bin, freue ich mich schon sehr darauf wieder zukommen“.

Die Atmosphäre, die Ruhe, die Gerüche, das Bürsten, die Waschliege ... all

das ist etwas ganz Besonderes. Ich stand immer mit einem kleinen Notizbuch neben den NATURfriseurinnen und schrieb alles genau mit. Es ging nicht nur um Frisuren, sondern auch um **Ernährung** und wie wichtig das **Entgiften** für den Körper ist. Eine Menge interessanter Themen, von denen ich sehr viel für mich persönlich mitnehmen konnte.

Am schwierigsten fand ich die Wahl der richtigen Farbmischungen der Pflanzenhaarfarbe. Doch von Tag zu Tag entwickelte ich mehr und mehr Gefühl dafür, und Lydia bezog mich immer bei den Beratungen mit ein, was ich toll fand.



Klaus ist fest entschlossen:
„Ich will NATURfriseur werden!“

Das dreimonatige Praktikum verging wie im Flug und es fiel mir schwer, daran zu denken, aufzuhören. Ich weiß jetzt schon, dass ich auch einmal einen eigenen **NATURsalon** haben werde und bin für das Praktikum sehr dankbar.

Euer Klaus

NEUSTART

Natürlich und
ganzheitlich



Nicole Hundertmark – unsere Gewinnerin des CULUMNATURA® Stipendiums 2017

Berufskranke
Friseurin

CULUMNATURA®: Liebe Nicole, wie war es als du erfahren hast, dass du das CULUMNATURA® Stipendium gewonnen hast?

Nicole Hundertmark: Astrid hat mich persönlich angerufen und mir voll Freude erzählt, dass ich das **CULUMNATURA® Stipendium 2017 gewonnen** habe. Anfangs war ich etwas zurückhaltend und konnte es kaum glauben. Erst nach einiger Zeit realisierte ich, was geschehen war.

Denn im Juli 2017 musste ich mein Friseurgeschäft komplett schließen. Ich hatte große Probleme mit der Atmung und der Haut, und das bereits nach 20 Minuten im Salon. Die ganze angewandte Chemie hatte meine Gesundheit quasi ruiniert. Dabei war es seit Kindertagen mein Traum Friseurin zu sein. Diesen Weg verfolgte ich bis dahin auch konsequent.

Nach der Schließung meines Salons machte ich mir natürlich Gedanken, wie es beruflich weitergehen sollte. Mir schwebte eine Umschulung auf Typ- und Stilberaterin vor, denn ich wollte weiterhin in einem kreativen Umfeld arbeiten. Durch Zufall lernte ich eine Ärztin kennen, der ich meine Leidensgeschichte erzählte. Sie berichtete mir daraufhin, dass sie schon jahrelang zur NATURfriseurin geht und so erfuhr ich von **CULUMNATURA®**. Am nächsten Tag brachte mir eine Freundin und Kollegin Unterlagen mit – es handelte sich um Informationen zum **CULUMNATURA® Stipendium**. Ich habe daraufhin sofort meine

Bewerbung geschrieben und abgeschickt. Und irgendwie spürte ich, dass es klappen sollte!

CN: Du hast mittlerweile auch schon das Modul Haut- und Haarpflege besucht – wie hat es dich bereichert?

NH: Ich muss gestehen, dass ich sehr neutral, aber dennoch neugierig mein erstes Modul besucht habe. Ich wusste nicht was mich erwartet, obwohl ich mich bereits über die Homepage darüber informiert hatte.

Aber was soll ich sagen? Ich bin total begeistert! Alleine schon dieser angenehme Duft in der Nase beim Auftragen der Produkte hebt die Laune. Besonders begeistert hat mich die Bürstenmassage: Das Haar bekommt Volumen und einen seidigen Glanz.

CN: Wie planst du deine Zukunft als NATURfriseurin?

NH: Dieses Jahr werde ich noch einige Module besuchen und möchte nächstes

Jahr meine Ausbildung zur **CULUMNATURA® Haut- und HaarpraktikerIn** abschließen. Zudem steht ein Umzug an: ich übersiedle dieses Jahr noch ins Allgäu. Dort möchte ich in naher Zukunft einen kleinen, aber feinen NATURsalon eröffnen. Diesmal allerdings unter komplett anderen Voraussetzungen: Mein Ansatz wird ein ganzheitlicher sein, den Menschen als Ganzes zu betrachten. In meinem ersten Modul habe ich viele sympathische Teilnehmerinnen kennengelernt, die auf dem gleichen Weg zur NATURfriseurin sind. Es gab einen regen Erfahrungsaustausch und sehr viel Inspiration für die Gestaltung meiner Zukunft.

Nicole über ihr erstes Ausbildungsmodul Haut- und Haarpflege: „Was soll ich sagen? Ich bin total begeistert! Ein Highlight war die Bürstenmassage, das Haar bekommt ein tolles Volumen und seidigen Glanz.“



DIE CULUMNATURA® AKADEMIE – MEHR ALS EINE AUSBILDUNG

Die **CULUMNATURA® Akademie** wurde Anfang 2018 als Dachrichtung für alle Ausbildungsaktivitäten zum/zur NATURfriseurIn bzw. **CULUMNATURA® Haut- und HaarpraktikerIn** gegründet.

Mit der **CULUMNATURA® Akademie** gehen wir auf die wachsenden Ansprüche und Erwartungen von FriseurInnen sowie ihren KundInnen ein und heben die Ausbildung auf ein neues Niveau. Unter dem Dach der Akademie liegt ein besonderes Augenmerk auf der Beratungskompetenz. Dabei setzen die **Fach-Referentinnen**, die allesamt auch als PraktikerInnen tätig sind, neben dem Vermitteln von Fachwissen auch auf die **Stärkung des Bewusstseins** für eine nachhaltige, naturverbundene Lebensweise. **Höchste Produktqualität** und **beste Beratung** gehen Hand in Hand. Kundenberatung ist viel mehr als eine Produktempfehlung. Mit der Akademie setzen wir uns für die Aufwertung dieses inzwischen als Mangelberuf definierten Berufsfeldes ein. FriseurInnen haben die Möglichkeit, sich als Profis auf dem wachsenden Markt der NATURkosmetik neues Ansehen als kompetente HandwerkerInnen zu schaffen. Die **CULUMNATURA® Akademie** ist eine Kaderschmiede im deutschsprachigen Raum für NATURfriseurInnen in Theorie und Praxis.



AUS STEINEN, DIE DIR IN DEN WEG GELEGT WERDEN, KANNST DU ETWAS SCHÖNES BAUEN ...

ANJA BÄSCH, REFERENTIN DES
MODULS CULUMNATURA® PFLANZENHAARFARBE

Es ist schon ein Weilchen her, als ich mich auf den Weg zur **CULUMNATURA® Haut- und Haarpraktikerin** machte. Eine heftige Unverträglichkeit auf synthetische Haarfarben zwang mich umzudenken. Nach umfangreichen Untersuchungen war mein erster Gedanke wie auch der Vorschlag der Berufsgenossenschaft: Umschulung! Aber da hätte ich meinen geliebten Beruf aufgeben müssen.



kommen? Wird das Ergebnis der Pflanzenhaarfarbe wie erwartet? Und so kam es auch zu Rückschritten – dies war auch nicht schwierig, da wir immer noch die Chemie in den Regalen

hatten. Aber wir blieben weiterhin auf Kurs.

Nach allen acht Ausbildungsmodulen war der **CULUMNATURA® Haut- und Haarpraktiker** endlich geschafft und mit voller Begeisterung wurden wir sogar Referentinnen. Auch unsere KundInnen konnten sich für die **Naturprodukte** begeistern, und eben genau weil wir mit diesen Produkten arbeiteten, kamen neue Kunden hinzu. Schließlich trennten wir uns gänzlich von synthetischen Haarpflegeprodukten und -farben und beseitigten damit die letzten Kieselsteine auf unserem Weg. Warum haben wir uns nicht gleich getraut, sie einfach wegzufegen? Weil eben jeder seine **eigene Geschwindigkeit** finden muss!

Und nun? Nun könnten wir Bäume ausreißen! Oder vielleicht Grashalm – um die Bäume wäre es nämlich zu schade! **TRAUT EUCH!** Es lohnt sich mit einem Grashalm – oder eben nur einem Kieselstein – zu beginnen!

So machte sich meine Chefin auf die Suche nach Naturprodukten und wurde glatt fündig. Zugegeben, etwas skeptisch machten wir uns, hochblondiert und mit künstlichen Fingernägeln, auf den Weg zum ersten **CULUMNATURA® Ausbildungsmodul**. Doch genau hier begann unser gemeinsamer Weg.

Womit wir dabei gar nicht gerechnet haben: es wurden uns **zahlreiche Steine in den Weg gelegt**. Angefangen von Berufskollegen, die uns für übergeschnappt hielten bis hin zu Kunden, die lieber nicht mehr zu den plötzlich „missionierenden“ FriseurInnen kommen wollten. Es machten sich so ab und an bei uns Zweifel breit: Werden wir den Salon finanziell erhalten können? Wie stellen wir im Salon um? Werden noch genug Kunden

RINGELBLUME: HEILSAME SCHÖNHEIT

Wer denkt nicht an das warme Gefühl des Sommers, wenn er die leuchtend gelb-orangefarbenen Blüten der Ringelblume (lat. *Calendula officinalis*) entdeckt? Nicht nur optisch ist diese widerstandsfähige Pflanze ein echter Hit. Durch ihre **entzündungshemmende, adstringierende Wirkung** unterstützt sie vor allem die Heilung von Wunden und stillt Blutungen. Daher wird die Ringelblume, die den Namen ihren gekrümmten Samen verdankt, als die **vielseitigste Heilpflanze** in der westlichen Kräutermedizin gehandelt. Durch ihre **antiseptischen, antibakteriellen und antiviralen Eigenschaften** wird sie als Tinktur, Aufguss oder



klassisch als Salbe eingesetzt. Eine Ausbreitung von Infektionen wird so verhindert und die Wundheilung beschleunigt. Vor allem bei Schnittwunden, Abschürfungen, bei geröteter oder entzündeter

Haut (Verbrennungen und Sonnenbrand eingeschlossen), bei Akne und Ausschlägen sowie bei Pilzinfektionen ist die bis zu 60 cm hohe, einjährige Pflanze ein **wirksames Hausmittel**. Vorsicht ist nur bei einer bekannten Allergie gegen Korbblütengewächsen gegeben.

Kulinarisch verleiht die Ringelblume nicht nur dem Sommersalat oder dem saftigen Kuchen ein bezaubernd erfrischendes Aussehen, sie schmeckt zudem zart-würzig und wirkt **verdauungsfördernd**. Ein Allrounder für innen und außen, welcher schöner nicht sein könnte.

*Die Ringelblume
ist die Heilpflanze des
Jahres 2018 in
Niederösterreich!*

Sommersalat mit Ringelblumen

Die ersten Ringelblumen findet man bereits ab Juni und sie befinden sich in bester Gesellschaft mit vielen weiteren schmackhaften Wildkräutern, die sich wunderbar für einen bunten Sommersalat eignen:

- Sauerampfer
- Schafgarbe (Blätter)
- Roter Taubnessel
- Spitzwegerich
- Vogelmiere
- Knoblauchrauke
- Gundermann
- Löwenzahn



Natürlich lässt sich der Salat auch mit knackigem, kultiviertem Blattsalat auffüllen. Für die Marinade (Vinaigrette) verrührst du

- eine Brise Stein- oder Meersalz
- etwas frisch gemahlener Pfeffer
- 1 EL Senf
- 1 TL Honig (nach Geschmack)
- 2 EL Apfelessig und
- 6 EL kaltgepresstes Öl

und hebst es dann unter die Salatkomposition. Zum Schluss streue nach Belieben die Ringelblumen-Blüten darüber – fertig! Je nach Geschmack kann man den Salat mit gerösteten Sonnenblumenkernen, Eiern oder Ziegenkäse verfeinern. Wir wünschen guten Appetit!

Mehr von diesen schmackhaften und vollwertigen Rezepten erfährst du im Modul Vitalstoffreiche Ernährung!

CULUMNATURA® AKADEMIE

Motivationsseminare

DEINE CHANCEN UND MÖGLICHKEITEN ALS NATURFRISEURIN

In diesem Tagesseminar wird vermittelt, wie du in eine erfolgreiche und erfüllte Zukunft des Wachstumsmarktes NATURfriseurIn starten kannst.

Zukunftschance NATURfriseurIn

- 08. 07. 2018, D-93047 Regensburg
- 02. 09. 2018, I-39100 Bozen
- 09. 09. 2018, PL-00-159 Warschau (polnisch)
- 23. 09. 2018, A-5020 Salzburg
- 07. 10. 2018, D-34117 Kassel

Ausbildung zum/zur CULUMNATURA® Haut- und HaarpraktikerIn

Dieser Ausbildungs-Zyklus richtet sich an NATURfriseurInnen bzw. solche, die es werden wollen. Das Ausbildungs-Konzept umfasst die Vermittlung von fundiertem Wissen, praxisorientierten Übungen und eröffnet den Zugang zu einer natürlichen Arbeits- und Lebensweise. Die Module sind in sich abgeschlossen, Interessierte können sie einzeln buchen. Dauer pro Modul: 2 1/2 Tage. Wir empfehlen mit dem Modul „Haut- und Haarpflege“ zu starten, da es die Grundlage für alle weiteren Module bildet.

Haut- und Haarpflege | Leichtigkeit und Wohlbefinden mit Naturkosmetik

- 09. 06. 2018–11. 06. 2018, D-78112 St. Georgen
- 21. 07. 2018–23. 07. 2018, A-2115 Ernstbrunn
- 08. 09. 2018–10. 09. 2018, D-78112 St. Georgen
- 13. 10. 2018–15. 10. 2018, A-2115 Ernstbrunn
- 17. 11. 2018–19. 11. 2018, D-78112 St. Georgen

Die Haut | Spiegelbild der Seele

- 17. 11. 2018–19. 11. 2018, A-2115 Ernstbrunn

Das Haar | Was Haare verraten

- 20. 10. 2018–22. 10. 2018, A-2115 Ernstbrunn

Bewusst(er)leben | Gesund und vital im Salon und zu Hause

- 16. 06. 2018–18. 06. 2018, A-2115 Ernstbrunn (Ausgebucht)
- 15. 09. 2018–17. 09. 2018, A-2115 Ernstbrunn

Vitalstoffreiche Ernährung | Die Lebensgeister wecken und pflegen

- 29. 09. 2018–01. 10. 2018, A-2115 Ernstbrunn

CULUMNATURA® Pflanzenhaarfarben | Vom individuellen bis zum natürlichen Look

- 14. 07. 2018–16. 07. 2018, D-78112 St. Georgen
- 20. 10. 2018–22. 10. 2018, D-78112 St. Georgen
- 24. 11. 2018–26. 11. 2018, A-2115 Ernstbrunn

Kopfmassage | Die Zauberkraft der Hände

- 08. 09. 2018–10. 09. 2018, A-2115 Ernstbrunn

Beratungstraining | Ganzheitliche Kompetenz

- 22. 09. 2018–24. 09. 2018, A-2115 Ernstbrunn (Ausgebucht)
- 03. 11. 2018–05. 11. 2018, A-2115 Ernstbrunn (Ausgebucht)

Weiterbildungsseminare

CULUMNATURA® Pflanzenhaarfarbe für Fortgeschrittene

- 01. 09. 2018–03. 09. 2018, D-78112 St. Georgen (Ausgebucht)
- 10. 11. 2018–12. 11. 2018, A-2115 Ernstbrunn (Ausgebucht)

NATURfriseurInnen schneiden anders

- 22. 09. 2018–24. 09. 2018, D-78112 St. Georgen

Fit up für Haut- und HaarpraktikerInnen

- 26. 05. 2018–28. 05. 2018, A-2115 Ernstbrunn

Weitere
Termine und
alle Details zur
Anmeldung unter:
culumnatura.com

IMPRESSUM:

Medieneigentümer:

CULUMNATURA® für Haut und Haar
Wilhelm Luger GmbH
E-Werkgasse 13, A-2115 Ernstbrunn
Tel.: +43 2576/20 89
info@culumnatura.at

Grafische Konzeption und Gestaltung:

Helmut Kindlinger – Atelier für
feine Grafik und gute Werbung
Druck: Riedeldruck

Auflage: 183.500 Stk.

Bilder: CULUMNATURA®, Rita Newman,
colors/shutterstock.com, Guy's Art/shutter-
stock.com, Anjo Kan/shutterstock.com
Für namentlich gekennzeichnete Artikel
übernimmt die Luger GmbH keinerlei
Verantwortung.

Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit
verzichten wir manchmal auf geschlechts-
spezifische Formulierungen. Alle personen-
bezogenen Bezeichnungen beziehen sich
gleichermaßen auf Frauen und Männer.



Durch jedes Druckerprodukt wird Strom, Heizwärme und Wasser verbraucht, für den Transport wird Energie benötigt, dadurch entsteht CO₂. Diese CO₂-Emissionen können nicht gänzlich verhindert werden. Doch können verursachte Emissionen an anderer Stelle eingespart werden. Indem Klimaschutzprojekte unterstützen werden, werden CO₂-Emissionen im Ausmaß der verursachten Emissionen ausgeglichen. Dieser Vorgang wird als CO₂-Kompensation bezeichnet.

Hergestellt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“ des Österreichischen Umweltzeichens, Riedeldruck GmbH, UW-Nr.966