

atento

Das Magazin für konsequent natürliche Achtsamkeit.

Ausgabe Sommer 2019

„Mit“ Wolf „mit“ Kreide

von Helmuth Santler

Wie Produkte mit nur drei
Buchstaben aufgewertet werden.

.....

NEU: facialis Gesichtsmaske –

natürliche Schönheit,
die unter die Haut geht.

.....

NO GO

Inhaltsstoff Glycerin





Der Verzicht auf Überflüssiges

Willi Luger
Firmengründer & Geschäftsführer

Wenn du dir die **COLUMNATURA® Haut- und Haarpflegeprodukte** schon einmal genauer angesehen hast, wirst du einen kleinen, aber wesentlichen, Unterschied zu anderen Kosmetikprodukten feststellen: Auf ihnen stehen keine überflüssigen Floskeln, keine Werbeversprechen, keine Wortverdrehungen. Damit meine ich, **wir verzichten bewusst auf auffällige, bunte Buttons** mit Aufschriften wie „MIT 100 % NATÜRLICHEN INHALTSSTOFFEN“. Auch wenn dies, bei all unseren Haut- und Haarpflegeprodukten seit über 20 Jahren konsequent durchgezogen wird, ist es für mich kein Anlass dies auf unseren Etiketten plakativ darzustellen. **Natürliche Inhaltsstoffe sind für mich ganz normal** – das was in unserer NATUR eben auch normal und natürlich wächst – und muss somit nicht extra betont oder hervorgehoben werden!

atento: Achtsamkeit

Auch bei unserem neuen **COLUMNATURA®** Magazin „atento“ wird auf Überflüssiges verzichtet. Wir möchten unseren Kunden nicht nur gespielte Schönheit präsentieren. Es geht vielmehr darum, **aufzuzeigen, aufzuklären** und vor allem **ACHTSAMER** mit sich und der Umwelt zu werden. Daher präsentiert sich unser Magazin nun im neuen Look und neuem Namen: atento – Das Magazin für konsequent natürliche Achtsamkeit. Dies gilt auch für unsere Ausbildung zum/zur zertifizierten **COLUMNATURA® Haut- und HaarpraktikerIn**: Gerade wenn **es um fundiertes Wissen und eine Ausbildung in einem staatlich ausgezeichnetem Unternehmen** geht, spielen **Ehrlichkeit, Klarheit und Konsequenz** eine wichtige Rolle. Nur so können unsere Kunden auf uns setzen und uns vertrauen – **und auf das wollen wir wiederum NICHT verzichten!**

.....

NEU: terra HAUTWÄSCHE in der Tube

Wer **terra HAUTWÄSCHE** kennt, liebt es – den blumigen Duft, die reinigende Wirkung der Lavaerde (Ghassoul) und das Frischegefühl auf deiner Haut nach jeder Anwendung. Auf vielfachem Wunsch unserer Kunden haben wir nun die Verpackung optimiert: **Ab 15. Juli 2019 ist terra HAUTWÄSCHE in der Tube (200 ml) erhältlich.** Das erleichtert die Handhabung um einiges. Bei der Auswahl des Materials lag uns vor allem auch die Nachhaltigkeit am Herzen, **daher besteht die Tube aus 55 % Recyclingmaterial.** Das 500 ml Gebinde ist nach wie vor in der Flasche erhältlich.

.....



**Erhältlich ab
15. Juli 2019**

NEU: JOJOBA-PERLEN

Zusätzlich haben wir terra HAUTWÄSCHE einen neuen Inhaltsstoff beigefügt: Perlen aus hochwertigem Jojobaöl pflegen ab jetzt deine Haut, spenden zudem viel Feuchtigkeit und durch den sanften Peelingeffekt fühlt sich deine Haut zart und geschmeidig an.

„Mit“ Wolf „mit“ Kreide

„Mit 100 % synthetischen Konservierungsstoffen“ preist niemand Produkte an. Warum eigentlich, wenn sie doch drin sind? Gedanken über das kleine Wörtchen „mit“ machte sich Helmuth Santler.

„Macht auf, ihr lieben Kinder, eure Mutter ist da und hat jedem von euch etwas mitgebracht.“ Aber die Geißlein hörten an der rauen Stimme, dass es der Wolf war, und machten nicht auf. Da fraß der ein großes Stück Kreide und machte damit seine Stimme fein.“

Es gab also Wolf MIT 100 % natürlicher, fair gehandelter, veganer, händisch abgebauter, tierversuchsfreier Kreide. **Das kleine Wörtchen „mit“** geht neben der Lawine an lobpreisenden Adjektiven ziemlich unter, zumal die oben vorgeschlagenen Verbalbehüschungen ja nahezu beliebig ausbaufähig sind, z.B. „von der Natur inspirierte Kosmetik“, „ethisch und nachhaltig hergestellt“, „bevorzugt aus natürlichen Inhaltsstoffen“ und „unter sonstiger Verwendung sicherer Alternativen“. Oder auch, ein altgedientes Highlight aus der Werkstatt der manipulativen Wortverdreher: „aus kontrolliertem Anbau“.

Mit Wirkung auf Verkaufszahlen

Nicht alle hier angeführten Beschreibungen sind Etikettenschwindel: „Natürlich“ ist natürlich, auch „fair gehandelt“ ist ein klar definiertes Label. Der Punkt ist aber, **dass die Menge des angepriesenen „mit“-Inhaltsstoffes gesetzlich nicht geregelt ist.** Soll heißen: ein Produkt „mit 100 % natürlichem Lavendelöl“ enthält vielleicht gerade mal ein Tröpfchen von diesem hochwertigen Stoff – der Rest kann jedoch ganz



anders aussehen. Und anders als beim bösen Wolf, der dank des Stückchens Kreide vom Grimmbass zum süß flötenden Tenor mutierte, ist dann auch die Wirkung der in Spuren zugesetzten Stoffe weitgehend vernachlässigbar, wie echt, Bio und fair sie auch immer sein mögen. Eine „Wirkung“ sollen sie ja auch nur auf die Verkaufszahlen haben.

Die Stunde der Wahrheit schlägt bei der Lektüre der Zutatenliste (INCI): Da findet sich dann in einem Duschgel „mit 100 % natürlicher Olive“ Olivenöl an 18. Stelle der nach Menge gereihten Inhaltsstoffe, gefolgt nur noch von Duft- und Farbstoffen und Konservierungsmitteln. **Selbst Mikroplastik ist mengenmäßig stärker vertreten!** Konkret findet sich im Produkt **weniger als 0,5% Olivenöl**. Jedoch immer noch besser als eine Ginseng-Gesichtspflege, bei der der Anteil des energispendenden Wurzelextrakts sogar unter 0,3 % liegt – Ironie Ende.

„Der eigentliche Zweck der Übung besteht darin, von dem abzulenken, was sonst noch alles drin ist.“

„Mit“ wenig davon und dafür vielem anderen
Kurz gesagt: **Liest du irgendwo ein „mit“, kannst du davon ausgehen, dass da „mit“ erstens extrem gespart wird und zweitens der eigentliche Zweck der Übung darin besteht, von dem abzulenken, was sonst noch alles drin ist.** Dasselbe versucht man auch mit Hinweisen, wie „zu 90 % natürlichen Ursprungs“, zu erreichen. Wenn das alles ist, was ein Produkt an Naturnähe zu bieten hat, sind wir von echter NATURkosmetik so weit entfernt wie der böse Wolf davon, Vegetarier zu werden.

Konsequent ehrliche Kosmetik (z.B. zertifizierte Biokosmetik mit Austria Bio-Garantie) **hat es nicht nötig, „mit“ etwas zu sein oder zu „x %“ aus etwas zu bestehen** – es sei denn, es handelt sich um eine wichtige Produktinformation, anstatt eines Täuschungsmanövers. Einmal mehr entscheidet der Blick auf die INCI-Liste: Darauf sind alle Zutaten angegeben, und jene, die zu mehr als 1 Prozent enthalten sind, müssen auch nach ihren Gewichtsanteilen gereiht werden. Findet sich die „Mit“-Zutat also weit hinten, kann man davon ausgehen, dass es sich um (sehr) geringe Mengen handelt. Und natürlich gilt auch in diesem Zusammenhang der eiserner Grundsatz: **Wer nichts verbirgt, hat nichts zu verbergen.**

.....



Weil die Haut das Spiegelbild der Seele ist

FACIALIS GESICHTSMASKE

Die Inhaltsstoffe unserer CULUMNATURA® Produktfamilie lesen sich wie ein Spaziergang über eine naturbelassene Wiese voller Wildblumen und Kräuter – und genauso soll es sein. Auch das neueste Mitglied hat wieder ein Füllhorn an natürlichen Kostbarkeiten mit auf den Weg bekommen: die facialis GESICHTSMASKE.

Natürliche Schönheit, die unter die Haut geht. Und weil wir auch in Sachen Haut nicht alle über einen Kamm scheren, gibt es die facialis GESICHTSMASKE abgestimmt auf zwei Hauttypen:



Erhältlich ab
02. Sept. 2019



Für feuchtigkeitsarme & reife Haut

Malvenblüten, Taubnessel, Rotkleeblüten und viele mehr wirken reizlindernd, entzündungshemmend und antibakteriell. Sie sorgen für einen ausgewogenen Feuchtigkeitshaushalt und geben der Haut ihre Strahlkraft zurück.

Für fettige & Mischhaut

Stiefmütterchen, Hamamelisblätter, Lavendel und weitere Schätze zeigen Wirkung bei Akne, beruhigen die Haut und geben ihr ihren natürlichen Teint zurück.

Natürlich innovativ. Natürlich biozertifiziert.

Die facialis GESICHTSMASKE gibt es in innovativer Pulverform: konsequent natürlich und praktisch zugleich. Keine Plastikflaschen, keine Dosen – einfach mit Wasser vermischen und auftragen.

Weil die Natur bereithält, was es braucht, um mit dem eigenen Spiegelbild um die Wette strahlen zu können, haben wir uns diesem Weg verschrieben – konsequent natürlich und das mit Haut und Haaren.

.....



Bürsten als natürliches Anti-Aging

Als ideale Vorbereitung für die facialis GESICHTSMASKEN, empfehlen wir eine Gesichtsbürstenmassage mit unserer CULUMNATURA® Pflegebürste.

In kleinerer, aber gleicher ergonomischer Form wie die **CULUMNATURA® Bürste** besteht die **CULUMNATURA® Pflegebürste** aus reinen, weichen **NATURborsten** und ausgesuchten **heimischen Hölzern**. Sie entfernt Hautschüppchen und durch die

sanfte Massage wird die Durchblutung angeregt, wodurch du bei regelmäßiger Anwendung einen frischen, strahlenden Teint erhältst.

Beginnend bei der Stirnmitte bürstest du mit kreisenden Bewegungen, sanft von der Gesichtsmitte nach außen. Die praktische Anwendung erfährst du in der **CULUMNATURA®**

Akademie im Ausbildungsmodul Haut- und Haarpflege.

Für die optimale Gesichtsmassage sind die kleinen Bürsten für Links- oder Rechtshänder sowie als Set in der passenden Holzbox inklusive Anleitungskarte erhältlich – **die ideale Geschenkidee.**

.....

Durch die weichen Borsten eignet sich die **CULUMNATURA® Pflegebürste** auch sehr gut als Babybürste.

TIPP

CULUMNATURA® vergibt wieder ein Stipendium

EINE CHANCE FÜR BERUFSKRANKE FRISEURINNEN

Bist du mit Leib und Seele FriseurIn und kannst aus gesundheitlichen Gründen deinen Beruf nicht mehr ausüben? Die Arbeit mit NATUR-kosmetik spricht dich an?

Wir finanzieren die Umschulung, indem wir die Kosten einer ganzheitlichen Ausbildung zum/zur zertifizierten **CULUMNATURA® Haut- und HaarpraktikerIn** übernehmen – bestehend aus acht Modulen.

Sobald uns deine vollständigen Bewerbungsunterlagen bezüglich der Berufskrankheit (belegt mit ärztlichem Attest) vorliegen, kontaktieren wir dich.

Bewerbungsunterlagen:

- Tabellarischer Lebenslauf inkl. Foto und Kontaktdaten
- Deine persönliche Geschichte (max. eine DIN-A4 Seite)
- Ärztliches Attest bzw. Berufskrankheit über Friseur-Asthma (Lungenprobleme), Friseur-Ekzem (Hauterkrankungen an den Händen), etc.
- Wenn vorhanden, Fotos von Erkrankungen



**Wir
suchen
dich.**

Bewirb dich jetzt unter:
info@culumnatura.at

oder per Post:
CULUMNATURA®
Wilhelm Luger GmbH
E-Werkgasse 13
2115 Ernstbrunn
Österreich

Einsendeschluss: 30.09.2019



„Für mich war das Stipendium die letzte Chance!“

Monika Dittrich erzählt wie sie ihre Berufskrankheit heilen konnte – dank dem Stipendium und ihrem Weg zur CULUMNATURA® Haut- und Haarpraktikerin.

Monika Dittrich ist die **allererste Stipendiatin** und macht heuer ihren Abschluss **zur CULUMNATURA® Haut- und Haarpraktikerin**. Im Zuge des 20-jährigen Jubiläums im Jahr 2016 vergaben wir erstmalig ein Stipendium an berufsranke FriseurInnen, welches eine aus acht Modulen bestehende Ausbildung beinhaltet. Monika hatte das Glück gezogen zu werden. Wie bereits berichtet, litt sie schon seit ihrer Berufsschulzeit an Schmerzen in Finger und Händen, Hauterkrankungen, Schwellungen im Gesicht und sogar an berufsbedingtem Asthma. Ihr Traumberuf Friseurin schien sich nach und

nach aufzulösen. Trotz allem hat sie ihre Lehre damals positiv abgeschlossen. „Ich wollte nicht alles hinschmeißen, was blieb mir anderes übrig? Ein richtiger Abschluss ist eben wichtig.“ so die verzweifelte Mama einer mittlerweile 2-jährigen Tochter. Es wurde ihr dann eine Umschulung angeraten, doch das war für Monika nie eine Option. Zudem hätte sie die Kosten dafür selbst tragen müssen!

Mit der Vergabe des Stipendiums wendete sich ihr leidlicher Weg. Sie begann mit dem **Modul Vitalstoffreiche Ernährung**, ein Thema, das ihr bis heute sehr wichtig ist. „Eine einseitige, unausgewogene Ernährung wirkt sich auch auf Haut und Haar aus. Daher weise ich auch meine Kunden immer darauf hin, wie wichtig es ist darauf zu achten.“ rät Monika.

Auch ihre Einstellung zu Ökologie und Nachhaltigkeit hat sich wesentlich verändert: „Eine NATURfriseurin sollte authentisch sein, da gehört die Kleidung, die Einrichtung im Salon und noch vieles mehr dazu. Nur was man selber lebt, kann man auch anderen vermitteln!“

Das Stipendium war ihre letzte Chance, ihren Beruf als Friseurin weiterzuführen. „Nie wieder Chemie!“ lautet Monika's konsequenter Weg – demnächst übernimmt sie übrigens den Schau-salon in Ernstbrunn, worauf sie sich schon sehr freut.

Das CULUMNATURA® Team wünscht Monika für ihren weiteren Lebensweg alles Gute und viel Erfolg.



MONIKAS
LIEBLINGSPRODUKT:
adultare 2-PHASEN-PFLEGE-LOTION



„MIT“ voller Überzeugung und „OHNE“ Zweifel!



Anna Moser
Marketing Polen

Das kleine Wörtchen „MIT“ weckt in uns, im Gegensatz zum Antonym „OHNE“, positive Assoziation, da es in der Regel mit Mehrwert in Verbindung gebracht wird. Viele Unternehmen nutzen dies schamlos aus und verkaufen Produkte **MIT einem Hauch von wertvollen Inhaltsstoffen**, aber leider auch **MIT einer ganzen Menge bedenklicher Substanzen**.

CULUMNATURA® bietet seit über 20 Jahren mit kompromissloser Konsequenz nicht nur reinste NATURprodukte an, sondern engagiert sich auch für die Sensibilisierung der Konsumenten. Dies geht über die deutschsprachigen Grenzen hinaus und erreicht seit einigen Jahren durch mich auch den polnischen Markt. Polen ist einer der größten Kosmetikmärkte Europas. Daher freut es mich,

dass wir nun die polnischen Berufsschulen zu unseren Partnern zählen dürfen. Die Lehrer haben inzwischen erkannt, wie wichtig fundiertes NATURkosmetik-Wissen ist. Die **CULUMNATURA®** Familie in Polen entwickelt sich schnell, daher bilden wir für die **CULUMNATURA® Akademie** weitere ReferentInnen aus.

Wenn du dich angesprochen fühlst und noch dazu zweisprachig sprichst, melde dich bitte bei mir **OHNE zu zögern und mach MIT!** Wie du siehst, sind „MIT“ und „OHNE“ sehr interessante Worte. Doch das Wichtigste für das Verständnis ihrer Bedeutung ist, wer sie spricht und mit welchen Absichten. Polnische Grüße, Anna

.....

NO GO – Glycerin

Einer der am häufigsten verwendeten Inhaltsstoffe in der Kosmetik ist der **Feuchtigkeitsregulator Glycerin**. Doch dieser wird nicht nur für die Haut eingesetzt. Vielmehr verwendet man ihn als **Emulgator, um eine unschöne Filmbildung auf Cremem zu verhindern**. Durch die hohe Affinität zur Feuchtigkeit dringt das Glycerin tief in die Hautzellen und **entzieht dieser von innen heraus die Feuchtigkeit**. Eine Luftfeuchtigkeit von über 65 % würde dies verhindern, jedoch

bräuchte man dann auch keine Pflege gegen trockene Haut. Man legt ja schließlich auch keine Eiswürfel in den Kühlschrank, damit er kälter wird. Leider wird Glycerin sogar von vielen Naturkosmetik-Herstellern verwendet, weil es aus pflanzlichen Stoffen gewonnen wird und daher als unbedenklich eingestuft wird. Im Grunde handelt es sich dabei aber um ein Abfallprodukt, **das z.B. bei der Biosprit-Erzeugung anfällt**.

Überdies hinaus kommt Glycerin auch **häufig in Putz- und Reinigungsmitteln** vor, womit wir uns durch täglichen, jahrelangen Gebrauch im mikroskopischen Bereich quasi nach und nach selbst konservieren. Das macht man übrigens auch mit Pflanzen: Man taucht Blätter oder Blüten in ein Glycerin-Wassergemisch, um sie zu imprägnieren. Die Zellen werden versiegelt und die Farbe bleibt dadurch erhalten.

.....



Kleines Kraut ganz groß

WILDES STIEFMÜTTERCHEN (VIOLA TRICOLOR)

Enthalten in facialis
GESICHTSMASKE
für fette und
unreine Haut

Das Stiefmütterchen kennt fast jeder als Zierpflanze aus unseren Blumenbeeten. Es zeichnet sich durch die gegenseitige Bedeckung der

Blütenblätter aus: Das breite unterste Kronblatt, die „Stiefmutter“, bedeckt teilweise die seitlichen, die „Töchter“, und diese wiederum die beiden obersten, die „Stieftöchter“. Das **Veilchengewächs** gilt als Symbol der Erinnerung.

Schleimstoffe, Gerbstoffe, Flavonoide, Salicylsäure und sind wirksame Bestandteile dieser Heilpflanze. Daher kann sie äußerlich und innerlich bei leichten, schuppigen **Hauterkrankungen mit**

gesteigerter Talgproduktion, Milchschorf bei Kindern, Juckreiz oder Akne verwendet werden und wirkt sogar **antioxidativ**.

Die enthaltene **Salicylsäure** beseitigt **Hautunreinheiten und regt die Hautneubildung an**. Außerdem hat sie entzündungshemmende Eigenschaften, die die Symptome von Hauterkrankungen lindern können. Die **Gerbstoffe** bewirken, dass sich Haut und Schleimhaut zusammenziehen und so **weniger Angriffsfläche für Krankheitserreger bieten**.

Wegen seines hohen Gehaltes an **Schleimstoffen** hat Stiefmütterchen-Tee **eine lindernde Wirkung bei Erkrankungen der Atemwege, die mit Hustenreiz einhergehen**.

.....

Bunter Salat MIT WILDKRÄUTERN & STIEFMÜTTERCHEN

Jetzt in der warmen Jahreszeit dürfen leichte Salate am Esstisch nicht fehlen. Hast du deinen Salat aber schon einmal mit Wildkräutern wie Sauerampfer, Schafgarbe, Spitzwegerich oder Löwenzahn probiert? Kombiniert mit dem milden Stiefmütterchen bringt dieser Bunte Salat ein abwechslungsreiches Geschmackserlebnis auf deinen Speiseplan.

- 1 Radicchio und
- 1 Pflücksalat klein zupfen und in eine große Schüssel geben.
- 1 Orange (geschält) und
- 1 Avocado in kleine Stücke oder Scheiben schneiden und unter den Salat mengen.

Für das Dressing

- Saft von einer Zitrone mit
- 4 EL kalt gepresstem Olivenöl,
- ½ TL Kräutersalz,
- frisch gemahlenem Pfeffer, sowie
- 2 Handvoll Wildkräutern (fein gehackt) vermischen und vorsichtig unter den Salat heben. Abschließend mit
- 1 Handvoll Stiefmütterchen-Blüten und
- 1 Handvoll Walnüsse (grob gehackt) bestreuen. Fertig!



Rezept von Dietlinde Habermann,
Referentin des Moduls Vitalstoffreiche
Ernährung und Bewusst(er)leben

CULUMNATURA® Akademie

Ausbildung zum/r Haut- und HaarpraktikerIn

Haut- und Haarpflege

22.06.2019 - 24.06.2019, D-78112 St. Georgen

20.07.2019 - 22.07.2019, A-2115 Ernstbrunn

07.09.2019 - 09.09.2019, D-78112 St. Georgen

05.10.2019 - 07.10.2019, D-78112 St. Georgen

23.11.2019 - 25.11.2019, A-2115 Ernstbrunn

Die Haut

27.07.2019 - 29.07.2019, A-2115 Ernstbrunn

16.11.2019 - 18.11.2019, A-2115 Ernstbrunn

Das Haar

24.08.2019 - 26.08.2019, A-2115 Ernstbrunn

19.10.2019 - 21.10.2019, A-2115 Ernstbrunn

Bewusst(er)leben

14.09.2019 - 16.09.2019, A-2115 Ernstbrunn

26.10.2019 - 28.10.2019, A-2115 Ernstbrunn

Vitalstoffreiche Ernährung

05.10.2019 - 07.10.2019, A-2115 Ernstbrunn

CULUMNATURA® Pflanzenhaarfärbem

29.06.2019 - 01.07.2019, A-2115 Ernstbrunn
(ausgebucht)

13.07.2019 - 15.07.2019, D-78112 St. Georgen
(ausgebucht)

31.08.2019 - 02.09.2019, A-2115 Ernstbrunn

19.10.2019 - 21.10.2019, D-78112 St. Georgen

30.11.2019 - 02.12.2019, A-2115 Ernstbrunn
(Zusatztermin)

Kopfmassage

07.09.2019 - 09.09.2019, A-2115 Ernstbrunn
(Zusatztermin)

12.10.2019 - 14.10.2019, A-2115 Ernstbrunn

Beratungstraining

21.09.2019 - 23.09.2019, A-2115 Ernstbrunn

02.11.2019 - 04.11.2019, A-2115 Ernstbrunn



Kennenlernseminare

Zukunftschance NATURfriseurIn

30.06.2019, D-51103 Köln

14.07.2019, D-22527 Hamburg

01.09.2019, I-39012 Meran

10.11.2019, D-85622 Feldkirchen, München

01.12.2019, D-10787 Berlin

Weiterbildungsseminare

CULUMNATURA® Pflanzenhaarfärbem für Fortgeschrittene

31.08.2019 - 02.09.2019, D-78112 St. Georgen
(ausgebucht)

09.11.2019 - 11.11.2019, A-2115 Ernstbrunn
(ausgebucht)

30.11.2019 - 02.12.2019, D-78112 St. Georgen

NATURfriseurInnen schneiden anders

02.11.2019 - 04.11.2019, D-78112 St. Georgen



Impressum
CULUMNATURA® für Haut und Haar
Wilhelm Luger GmbH
E-Werkgasse 13, A-2115 Ernstbrunn
Tel.: +43 2576/20 89
info@culumnatura.at
Auflage: 197.900 Stk.

culumnatura.com

Für namentlich gekennzeichnete Artikel übernimmt die Luger GmbH keinerlei Verantwortung. Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit verzichten wir manchmal auf geschlechtsspezifische Formulierungen. Alle personenbezogenen Bezeichnungen beziehen sich gleichermaßen auf Frauen und Männer.

