

atento

ACHTSAMKEIT FÜR EIN NATÜRLICHES LEBEN

Ausgabe Winter 2023

sublimare

CULUMNATURA®
für Haut und Haar



DIE PURE ESSENZ DER NATUR
100% NATURreine ätherische Öle für Haut und Haar

MODUL KOPF-MMMH-MASSAGE
Die Zauberkraft der Hände

»In den kleinsten Dingen zeigt die NATUR die allergrößten Wunder.« (Carl von Linné)

LIEBE LESERIN! LIEBER LESER!

Sei es ein ausgedehnter Spaziergang im Wald, das Staunen über einen farbenprächtigen Sonnenaufgang oder der typische Duft beim Riechen an einer Rose! In dieser Ausgabe unseres Magazins wenden wir uns ganz speziellen Wundern zu – ätherischen Ölen und alles Wissenswerte rund um diese Kostbarkeiten, die uns die NATUR schenkt.

Unsere Fachreferentin und Aromaexpertin Beatrix Nägele beleuchtet, warum es so wichtig ist auf die Qualität von ätherischen Ölen zu achten – denn Öl ist nicht gleich Öl. Sie gibt nützliche Tipps und Anwendungsmöglichkeiten rund um diese kostbaren Essenzen und wie diese mit Bedacht anzuwenden sind. Wir beschreiben die unterschiedlichen Gewinnungsverfahren und wie der Preis von ätherischen Ölen zustande kommt. Als NATURfriseurin verwendet Beatrix Nägele **sublimare 100% NATURREINE ÄTHERISCHE ÖLMISCHUNGEN** in ihrem NATUR-

salon und durch das Baukastensystem passt sie damit CULUMNATURA® Produkte individuell für ihre Kund:innen an!

Und noch eine ganz **besondere Überraschung** hält diese Ausgabe für euch bereit: Unsere **sublimare 100% NATURREINEN ÄTHERISCHEN ÖLMISCHUNGEN**, die es bisher in sechs verschiedenen Mischungen gab, bekommen Zuwachs! Ab **Februar 2024** sind alle verwendeten ätherischen Öle auch als EINZELÖLE bei CULUMNATURA® erhältlich. Zum Einführungsstart haben wir uns etwas Exquisites einfallen lassen – den sublimare Koffer. Dieser besteht aus den bisher bekannten **sublimare 100% NATURREINEN ÄTHERISCHEN ÖLMISCHUNGEN**, 14 neuen sublimare EINZELÖLEN und dem neu designten sublimare KARTENSET mit gebrandetem KARTENHALTER (mehr dazu auf Seite 6).



Helene Žugčić und Michaela Bauer CULUMNATURA® Geschäftsführerinnen

Wir sind ein gemeinwohlfertifiziertes, soziokratisch geführtes Unternehmen. Seit 1996 sind wir Hersteller konsequent natürlicher biozertifizierter Haut- und Haarpflegeprodukte sowie verlässlicher Partner von NATURfriseur:innen und zertifizierten CULUMNATURA® Haut- und Haarpraktiker:innen, welche im staatlich ausgezeichneten Unternehmen mit Sitz in Ernstbrunn (nahe Wien) in der CULUMNATURA® Akademie ganzheitlich ausgebildet werden. Wir verbinden Schönheit mit Natürlichkeit – schützen dabei alle Lebewesen und Mutter Erde. Konsequent. Natürlich. Ehrlich.



Ökonomie der Menschlichkeit
Folge der Freude



DIE PURE ESSENZ DER NATUR



.....

Die Vielfalt der NATUR ist unerschöpflich und wir Menschen wissen ihre Heilkraft immer mehr zu schätzen.



Die Pflanzen bieten uns den Grundstock – aus ihren Samen, Blüten, Blättern und Wurzeln lassen sich unterschiedlichste Stoffe gewinnen, wie Pulver, Extrakte und ätherische Öle – diesen wollen wir uns gemeinsam mit unserer Fachreferentin und Aromaexpertin Beatrix Nägele in diesem Artikel genauer zuwenden, denn ätherische Öle sind wahre Energiebündel. In ihnen steckt die pure Essenz der NATUR.

Dies ist ein Grund warum die hochwertigen Öle gerne für (NATUR)Kosmetikprodukte verwendet werden. Ihre komprimierte Eigenschaft sorgt dafür, dass alle enthaltenen Substanzen in geringer Menge zu hoher Wirkung führen können. Ob anregend oder beruhigend, erfrischend oder entspannend – es kann für so Vieles ein passendes ätherisches Öl geben.



Auf die Qualität kommt es an

Es heißt, am Duft der Blumen/Pflanzen können wir ihre Gefühle wahrnehmen und die ätherischen Öle sind ein Teil der Seele. Der zweite Teil ist in den Pflanzenwässern/Hydrolaten enthalten.

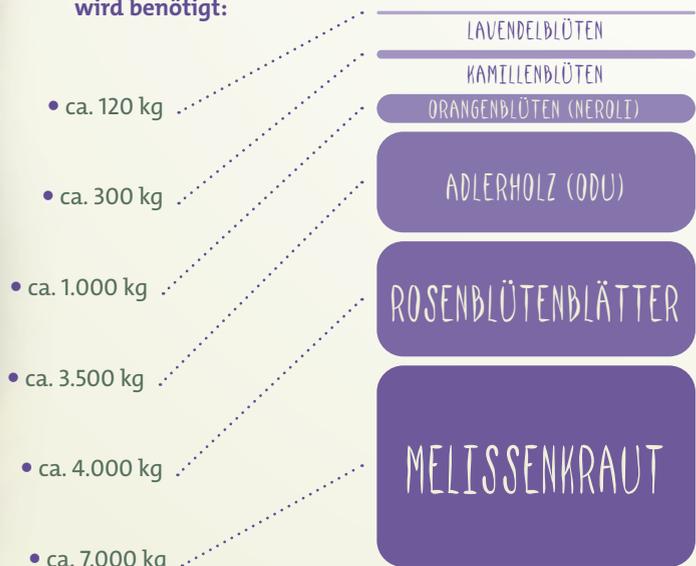
Jede Pflanze hat ihre eigenen, speziellen Qualitäten und Eigenschaften. Diese können wir über unsere Haut und sogar über ihren Duft in unser emotionales Nervensystem aufnehmen.

„Gerade deshalb ist es wichtig auf 100% NATURreine ätherische Öle zu setzen.“, appelliert Beatrix. Sie werden ausschließlich aus der jeweiligen Pflanze oder dem Pflanzenteil (Blüten, Blättern, Samen, Fruchtschalen, Harzen, Rinden, Wurzeln oder Hölzern) gewonnen und enthalten keinerlei synthetische Inhaltsstoffe.

Anders verhält sich das bei naturidenten bzw. naturnahen ätherischen Ölen – sie werden aus Stoffen gewonnen, die dem gewünschten Geruch am ähnlichsten kommen, haben jedoch von der angegebenen Pflanze keine Bestandteile enthalten. „Wenn du z. B. naturidenten Rosenöl kaufst, ist dieses vielleicht aus vielen unterschiedlichen synthetischen Stoffen hergestellt, wurde jedoch aus keinen Rosenblättern gewonnen.“, meint Beatrix weiter. Demnach enthält dieses „Nachbau“-Öl auch keine Informationen oder Qualitäten der Rose und kann daher weniger bis gar keine positiven Wirkungen auf deinen Körper oder dein emotionales System vorweisen. Ganz im Gegenteil, synthetische Öle können sogar negative Auswirkungen auf deinen Organismus haben.

„Qualität und Reinheit sind die fundamentalen Grundlagen für die Wirksamkeit ätherischer Öle.“ betont unsere Fachreferentin und Aromaexpertin. „Die Gewinnung von hochwertigen, 100% NATURreinen Ölen ist sehr aufwendig. Kleinste Mengen dieser kostbaren Substanzen können einen hohen Preis haben. Wir dürfen uns vor Augen halten: Für einen Tropfen Rosenöl werden beispielsweise die Blütenblätter von ca. 30 Rosen benötigt.“

Für 1 Liter ätherisches Öl wird benötigt:



Ätherisches Öl ist kein geschützter Begriff bzw. Name

Der Begriff „äther“ leitet sich vom griechischen Wort „aither“ ab und beschreibt eine flüchtige Substanz. Übersetzt bedeutet es ebenso „Himmelsraum“ oder „strahlendes Sonnenlicht“.

Die Bezeichnung „Ätherisches Öl“ ist also neutral und kein Qualitätsmerkmal. Es kann sich dabei sowohl um hochwertige, 100% NATURreine als auch um synthetische Produkte handeln. Außerdem sind NATURreine Öle im Geruch kaum von synthetischen Ölen zu unterscheiden.

Ätherische Öle im Überblick:

100% NATURreine Öle...

werden direkt aus der Stammpflanze bzw. einem Pflanzenteil gewonnen. Alle Inhaltsstoffe und deren natürliches Mengenverhältnis der Pflanze bleiben so erhalten. NATURreine Öle werden zu 100% aus der namensgebenden Pflanze durch Wasserdestillation oder Kaltpressung gewonnen.

Natürliche Öle...

sind Mischungen aus verschiedenen 100% NATURreinen Ölen. Ein sehr hochwertiges NATURreines Öl kann mit einem oder mehreren anderen NATURreinen Ölen vermischt werden. Diese Mischungen dürfen keinerlei synthetische Zusätze enthalten. Es können dennoch Bestandteile namensgebender Pflanzen enthalten sein (z. B. mehrere Lavendelarten).

NATURidentische oder NATURnahe Öle...

sind synthetische Öle, deren chemische Zusammensetzung mit denen der jeweiligen Pflanzen identisch sind. Sie riechen wie ihre natürlichen Pendanten. Allerdings haben sie in der Regel deutlich weniger hochwertige Inhaltsstoffe, als das imitierte NATURreine ätherische Öl. Sie enthalten somit keinen Seelenanteil der Pflanze.

Synthetische Öle...

haben seitens der Inhaltsstoffe kein direktes Vorbild in der organischen Welt, sondern werden gezielt chemisch zusammengesetzt. Diese Öle bestehen aus ganz neuen, im Labor konstruierten Molekülen, die in der NATUR keinen Ursprung haben. Sie werden meist als „Duftöl“ oder „Parfümöl“ bezeichnet und haben in der Regel einen vergleichsweise geringen Preis.

Unser Team
stellt sich
vor



Margit

QUALITÄTS- UND PRODUKTMANAGEMENT

Einen wesentlichen Teil meiner Arbeit macht die Qualitätskontrolle aus, das reicht von der Überprüfung der Rohstoffe und Verpackungen beim Wareneingang, über die Kontrolle der einzelnen Produktionsschritte bis hin zur Freigabe der fertigen Produkte für den Verkauf. Dazu kommen noch die Einhaltung der Betriebs hygiene, regelmäßige Schulungen der Kolleg:innen sowie eine umfassende Dokumentation all dieser Dinge.

Der zweite Teil meiner Arbeit besteht aus der Produkt(weiter)entwicklung. In dieser Funktion bin ich die Schnittstelle zwischen Produktentwicklung und Produktion. Ich Sorge dafür, dass Willis Rezepturen für die Herstellung im großen Maßstab angepasst werden und erarbeite gemeinsam mit dem Produktionsteam einen geeigneten Herstellprozess. Da sich Willi langsam aus der Produktentwicklung zurückzieht, darf ich zur Zeit in diesen Bereich stärker hineinwachsen.

Ich mag es, dass meine Arbeit sehr abwechslungsreich und herausfordernd ist und dass ich laufend Neues dazulernen kann. Bei meiner Tätigkeit bei CULUMNATURA® gleicht kein Tag dem anderen.

Zu meinen Lieblingsprodukten zählen **adulare 2-PHASEN-PFLEGE-LOTION** und **sanare BASISCREME**. Im Sommer verwöhne ich meine Haut jeden Abend mit **adulare 2-PHASEN-PFLEGE-LOTION**, während bei mir in der kalten Jahreszeit hauptsächlich **sanare BASISCREME** zum Einsatz kommt.

EINZELÖLE
+ KOFFER-SET
erhältlich ab
Februar 2024



CULUMNATURA® sublimare Koffer mit sechs 100% NATURreinen ätherischen Ölmischungen,
14 hochwertigen Einzelölen, Kartenset und Kartenhalter

Ein Tropfen mit grosser Wirkung

„Ätherische Öle werden hauptsächlich über die Nase und die Haut aufgenommen. Dabei steigen die Duftmoleküle durch die Nase in die Geruchszellen und setzen dort einen Impuls im Gehirn – genauer gesagt im limbischen System. Dort ist der Sitz unserer Trieb- und Instinkthandlungen. Außerdem werden im limbischen System Gefühle und Emotionen erzeugt, z. B. Lust oder Unlust, und das innerhalb von 0,2 Sekunden.“, erklärt Beatrix.

Ein kleiner Tropfen oder bereits der Duft des ätherischen Öls kann also in kürzester Zeit stimmungsaufhellend (Grapefruit), entspannend (Lavendel), kräftigend (Myrrhe) oder anregend (Pfefferminze) wirken.

Unsere Fachreferentin erläutert: „Für unsere Haut gilt Selbiges. Binnen Millisekunden werden die gebundenen Wirkstoffe in die Haut geschleust.“

Wir können mit der Zugabe ätherischer Öle die Haut- und Haarpflegeprodukte auf unsere Bedürfnisse anpassen. Dabei achte auf 100% reine NATURkosmetik. So kann die gewünschte Wirkung noch rascher erzielt werden.“

Für die Anwendung auf der Haut sollten ätherische Öle vorrangig verdünnt werden. Entweder direkt mit dem Pflegeprodukt oder 1 Tropfen auf 100 ml Trägeröl. Dafür eignet sich wunderbar **cutem HAUTFUNKTIONSOIL** oder fraktioniertes Kokosöl in Bio-Qualität.

„Manuka, Lavendel, Pfefferminze und Rose sind dabei eine der wenigen

*Ausnahmen – sie dürfen auch pur angewandt werden.“
fügt Beatrix hinzu.*

Moment mal... Gefahrenzeichen?

Jetzt gilt es noch eines zu klären: Warum sind am Etikett ätherischer Öle Gefahrenzeichen zu finden, obwohl deren Wirkung doch so effizient ist?

Die Erklärung ist: Ätherische Öle unterliegen in der EU der Chemikalien-Verordnung. Dies gilt auch für **natürliche Aromen in Bio-Qualität**. Sie sind Konzentrate, die eine Vielfalt an Inhaltsstoffen haben. Kommen wir auf die Rose zurück: Sie hat ca. 500 Inhaltsstoffe. Einzelnen betrachtet können einige dieser Inhaltsstoffe beispielsweise ätzend oder leicht entzündlich sein. Ob der entsprechende Inhaltsstoff synthetisch hergestellt ist oder natürlich im ätherischen Öl – also ursprünglich in der Pflanze – vorkommt, unterscheidet das Gesetz dabei nicht. Ebenso wird in der Verordnung bei der Kennzeichnung nicht differenziert, ob das ätherische Öl in 5 ml Fläschchen abgefüllt oder im 50 Liter Fass geliefert wird. Das bedeutet, dass auch geringe Mengen wie 5 ml mit den Gefahrstoff-Symbolen und den Gefahren-Sätzen versehen werden müssen, auch wenn diese Mengen nicht schädlich sind.

Warum dies nur für ätherische Öle, jedoch weder für konventionelle Kosmetikprodukte noch Haarfärbemittel gilt, bleibt fraglich und ist für uns unverständlich.

„Zurückhaltend bei der Anwendung ätherischer Öle solltest du allerdings bei Schwangeren, Epileptiker:innen, Babys und Kleinkindern sein. Dazu gibt es hilfreiche positive Fachliteratur. Bei der Verwendung von Zitrusölen solltest du zudem Sonnenlicht und künstliches UV-Licht meiden, da diese phototoxisch wirken können, das bedeutet sie können eine lichtempfindliche Hautreaktion auslösen.“ weist Beatrix hin.

Die Anwendung in meiner NaturHaarPraxis Ginkgo Biloba

COLUMNATURA® Haut- und Haarpraktikerin Beatrix verwendet ätherische Öle täglich und liebt Grapefruit als Stimmungsaufheller, die Atlaszeder zum Erden und Aufrichten oder die Pfefferminze zum Erfrischen und Durchatmen:

„Meine Kund:innen lieben die Düfte während den Streicheleinheiten der 100 Bürstenstriche zum Ankommen oder bei der Kopfmassage. Ich verwende sie täglich gerne im Salon zum Diffusen oder in einer Duftlampe als Raumduft und zum Reinigen.“

Ob in **vitalis HAUT- UND HAARWASSER** oder in **sanare HAUT- UND HAARLOTION** – die 100% NATURreinen sublimare Ölmischungen und Einzelöle lassen sich als zusätzlicher Booster in den meisten COLUMNATURA® Haut- und Haarpflegeprodukten integrieren. Damit kannst du unter anderem Kopfhaut-Packungen, Gesichtsmasken, Haarwäschen oder Kopfmassagen individuell verfeinern, veredeln und anbieten.

Eine liebevolle Idee hat Beatrix als kleines Kund:innen-geschenk: „Ich gebe meinen Kund:innen ein kleines Filz-Herz mit einem Tropfen ätherischem Öl, welches wir in meiner NaturHaarPraxis angewandt haben, mit nach Hause. So können sie länger an die angenehme Auszeit bei mir zurückdenken.“

Gerüche können nach vielen Jahrzehnten Erinnerungen in uns wecken.“

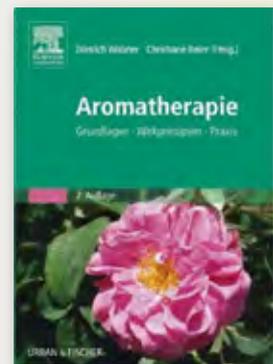
.....

Unsere Buch-Tipps:

Aromatherapie
Grundlagen
Wirkprinzipien
Praxis

Dietrich Wabner
Christiane Beier (Hrsg.)

Urban & Fischer Verlag
560 Seiten
Gebundene Ausgabe
ISBN: 978-3437569913



SOS Hustenzwerg
Ätherische Öle
und Kräuter
für Kinder von 0-12

Ingrid
Kleindienst-John

freya Verlag
240 Seiten
Gebundene Ausgabe
ISBN: 978-3-99025-159-1



sublimare

100% NATURREINE ÄTHERISCHE ÖLE FÜR HAUT UND HAAR

Konsequent – natürlich – ätherisch

Die sechs **sublimare 100% NATURREINEN ÄTHERISCHEN ÖLMISCHUNGEN** von CULUMNATURA® bestehen aus insgesamt 14 hochwertigen Einzelölen und sind für unterschiedliche Bedürfnisse hergestellt.

Zusätzlich sind nun auch diese NATURREINEN Einzelöle **einzeln oder als Set** im praktischen sublimare Koffer mit Kartenset und Kartenhalter erhältlich und werden im

Baukastenprinzip mit den CULUMNATURA® Haut- und Haarpflegeprodukten angewandt. Eine duftvolle Bereicherung für dich und deine Kund:innen!

Wie das Wort „sublimare“ schon sagt, kannst du mit den **sublimare 100% NATURREINEN ÄTHERISCHEN ÖLEN** deine CULUMNATURA® NATURprodukte „verfeinern & veredeln“ und individuell auf deine Bedürfnisse anpassen!



Atlaszeder

- lymphflussanregend
- juckreizstillend
- stimmungsaufhellend



Kamille

- schmerzlindernd
- gefäßverengend
- antiallergisch



Grapefruit

- hautstraffend
- entwässernd
- entspannend



Lavendel

- hautpflegend
- nervenstärkend
- desodorierend



Immortelle

- entzündungshemmend
- zellerneuend
- gewebestraffend



Linaloeholz

- schmerzlindernd
- Hautflora regulierend
- antibakteriell

sublimare
100% NATURREINE
ÄTHERISCHE ÖLE
sind ein wichtiges
Element unseres
Baukasten-
Prinzips!



Manuka

- wundheilend
- stark antibakteriell
- schmerzlindernd



Pfefferminze

- erfrischend
- durchblutungsfördernd
- wundheilend



Myrrhe

- zellregenerierend
- antiseptisch
- adstringierend



Rosengeranie

- zellenermend
- gewebestraffend
- tonisierend



Neroli

- krampflösend
- beruhigend
- entspannend



Rosmarin

- entgiftend
- stoffwechselanregend
- schmerzlindernd



Patchouli

- allgemein anregend
- desodorierend
- antiinfektiös



Ylang-Ylang

- juckreizstillend
- entzündungshemmend
- vitalisierend

Kopf-mmmh-massage

Für viele Friseur:innen ist die obligatorische Haarwäsche nur Mittel zum Zweck. Doch wer achtsam ist, wird schnell merken wie wohltuend die sanften, kreisenden Berührungen für die Kundinnen und Kunden sind. Da entfleucht schonmal ein leises „mmmh“...



Bei CULUMNATURA® ist die Kopfmassage ein wesentlicher Bestandteil der Ausbildung zum:zur CULUMNATURA® Haut- und Haarpraktiker:in – und zwar nicht nur bei der Haarwäsche!

In einer schnelllebigen Zeit, wie dieser, kannst du mit einer angenehmen Kopfmassage eine zusätzliche Dienstleistung mit höchstem Entspannungsfaktor anbieten. Da ein:e NATURfriseur:in zumeist allein oder separat arbeitet, bietet sich die Kopfmassage als weiteres Highlight beim Friseurbesuch bestens an.

Im Modul Kopfmassage lernst du Techniken, die deinen Kund:innen eine entspannte Auszeit schenken. Du lernst dabei, was es heißt, achtsam zu berühren und die Kund:innen genau da abzuholen, wo sie im Moment stehen. Für eine optimale Behandlung ist es wesentlich zu wissen, welche Griffe wie gesetzt werden müssen, um entweder anregend oder ausgleichend zu arbeiten. Massagen an der Kopfhaut fördern zudem die Durchblutung und können somit die Haarfollikeln besser mit Blut und Nährstoffen versorgen. Das wiederum kann das Haarwachstum anregen und somit die Haarwurzeln unterstützen und kräftigen.

Natürlich kannst du eine Kopfmassage auch noch mit passenden Bürsten und naturreinen ätherischen Ölen wunderbar ergänzen. Besondere Duftnoten der **sublimare 100% NATURREINEN ÄTHERISCHEN ÖLE** regen den Geruchssinn an und wirken wie eine Aromatherapie.

Alle aktuellen Termine zum Modul Kopfmassage der CULUMNATURA® Akademie findest du unter www.culumnatura.com

TIPP: Lass deine Kund:innen selbst ein sublimare Öfläschchen ziehen – meistens wählen die Menschen intuitiv die richtige Mischung, die sie im Moment brauchen. Du kannst dann davon einen Tropfen mit einem kleinen Schuss **velare HAUT- & HAARBALSAM** mischen und diese in deinen Händen verteilen, bevor du mit deiner Massage startest.

Das ideale Geschenk!

AMOROSA

Der sanfte, betörende Duft der Rose vermag so manches Herz zur Ruhe zu bringen und eine angenehme, liebliche Atmosphäre zu verbreiten. Vor allem in der kalten Jahreszeit, wenn die Tage kurz und die Kälte teils klirrend ist, spendet dir unser **amorosa EAU DE TOILETTE** im Rosenquarz-Roll-On als Komposition rosiger, 100% naturreiner ätherischer Öle, Zuversicht.



Pflege- & Stylingtipps im Winter

Die Fachreferent:innen der verschiedenen Ausbildungsmodule unserer CULUMNATURA® Akademie tragen das Wissen von natürlicher Haut- und Haarpflege im Herzen und nach außen. Sie sind diejenigen, die unsere Produkte so gut kennen, dass sie im Laufe der Zeit ein Repertoire an persönlichen Tipps gesammelt haben. In dieser Rubrik teilen wir diese wertvollen Anwendungstipps mit dir und wünschen dir viel Freude beim Ausprobieren!



RISSIGE HAUT IM WINTER – SOMMERLOTION AUCH IM WINTER NUTZEN, von Nicole Didier

Idyllische Schneelandschaften, Punschtrinken auf Weihnachtsmärkten und Skifahren – die schönen Seiten des Winters! Doch die Kälte führt manchmal zu rissiger und trockener Haut. Ein wertvoller Tipp aus Nicoles Salonpraxis ist unsere **apricatio SOMMERLOTION** auch im Winter als intensive Pflegecreme zu nutzen. So erholt sich deine strapazierte Haut. Nicoles Kund:innen, die beruflich regelmäßig Desinfektionsmittel verwenden müssen, haben mit **apricatio SOMMERLOTION** allerbeste Erfahrungen gemacht.



ERSTE-HILFE-GESICHTSMASKE, von Diana Veit



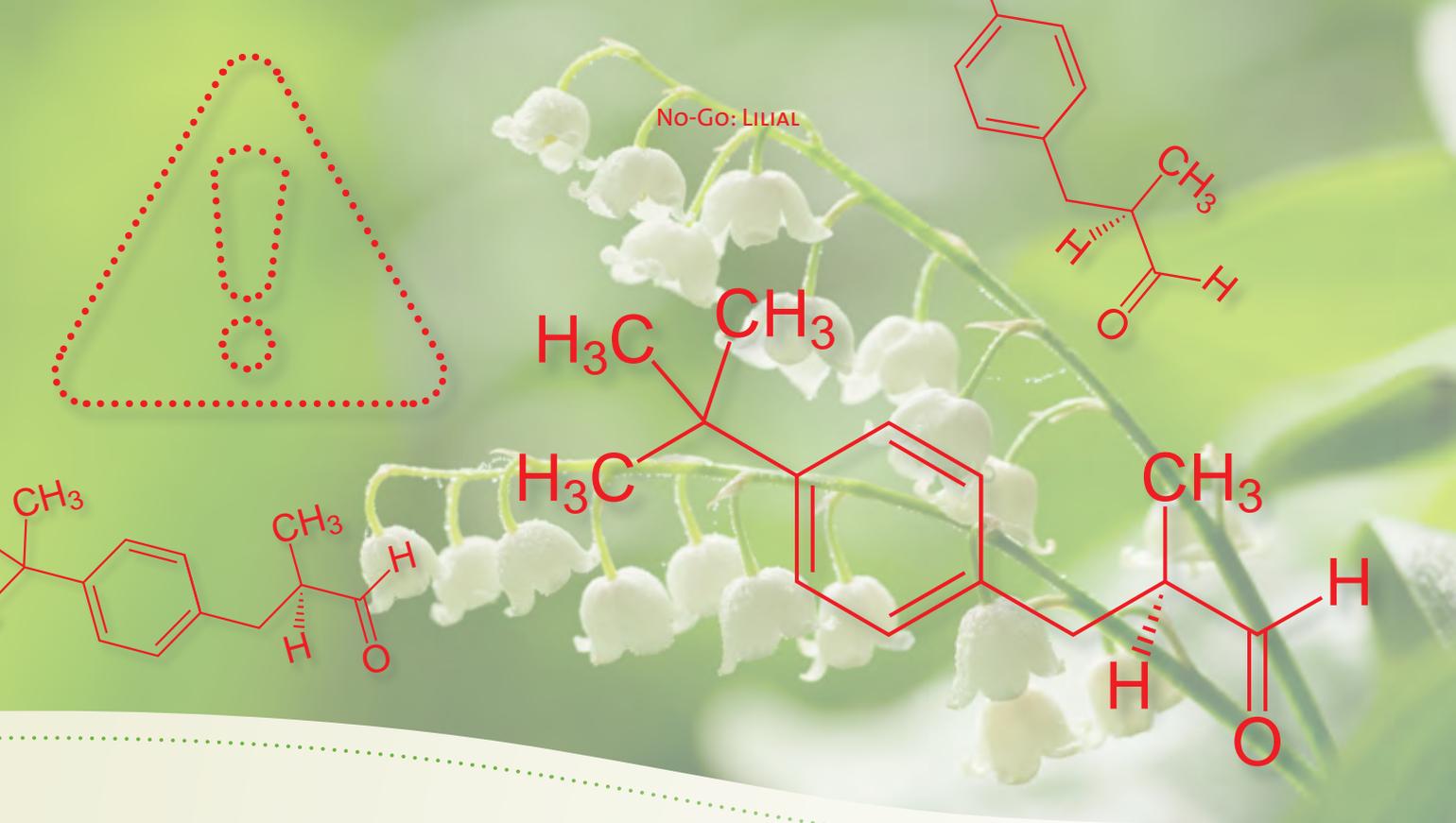
Du möchtest deine Haut im Winter ein bisschen verwöhnen? Dann haben wir von Diana einen wunderbaren Tipp für dich: Für eine reichhaltige Maske mischt du **adulare 2-PHASEN-PFLEGE-LOTION** in gleichen Mengen mit **ceratus HAUT- UND HAARWACHS** und trägst es großflächig auf dein gereinigtes Gesicht auf. Nach 10 bis 20 Minuten Einwirkzeit mit einem weichen Tuch die Überschüsse entfernen. Deine Haut ist nun wieder gepflegt und strahlt.



WINTER IST HAUBENZEIT – UNSERE LÖSUNG FÜR STATISCH AUFGEADENES HAAR, von Monika Banzirsch

Wir kennen es alle – du bist fertig gestylt, noch den Pullover über den Kopf ziehen oder den Schal anlegen – schon entsteht durch die Reibung eine aufgeladene Mähne. Gerade in den kalten Monaten treten elektrisierte Haare besonders häufig auf. Das liegt oftmals an den starken Temperaturunterschieden zwischen kalter Winterluft und warmer Heizungsluft. Deine Haare sind viel trockener als sonst und aufgrund der zusätzlich geringen Luftfeuchtigkeit können sich die Strähnen nicht so gut entladen. Monika hat die Lösung gefunden und verrät dir ihren Tipp: Mit **cultus PROTEINSPRAY** und **umor FEUCHTIGKEITSREGULATOR** sind deine Haare so reichhaltig und gut versorgt, dass statisch aufgeladenes Haar der Vergangenheit angehört.





NO-GO: Lilial

Dass Lilial von der Kosmetikindustrie so gerne verwendet wird, ist auf den milden und blumigen Duft von Maiglöckchen zurückzuführen – eine sehr wohlriechende Pflanze, die zumeist als angenehm und frisch wahrgenommen wird.

Da sich ätherische Öle nicht aus jeder Pflanze gewinnen lassen und entsprechende Versuche mit dem Maiglöckchen bisher erfolglos waren, wird seit den 1950er-Jahren Lilial in Parfums, Kosmetika und in Verbraucherprodukten verwendet, um sie durch den Frühlingsduft attraktiver zu machen.

Leider ist dieser Inhaltsstoff nicht ungefährlich. Schon jahrelang steht Lilial in Verdacht gesundheitsschädlich zu sein und wurde 2020 aufgrund seines wahrscheinlich erbgutschädigenden Potentials als CMR-Stoff (cancerogen, mutagen, reproduktionstoxisch) eingestuft.

Zur Information: Duftstoffe, für die ein allergieauslösendes Potenzial nachgewiesen wurde und die in einer bestimmten Konzentration im Produkt enthalten sind, müssen namentlich gekennzeichnet werden. Alle anderen werden in der Liste der Bestandteile auf der Verpackung („Ingredients“) unter dem Sammelbegriff „Parfum“ zusammengefasst.

Hintergrund für die Einstufung von Lilial als kritischen Stoff bildet auch seine weite Verbreitung in zahlreichen

und sehr verschiedenen Produkten. So kann laut SCCS (Scientific Committee on Consumer Safety) schwer eingeschätzt werden, wie hoch die tatsächliche Belastung im Alltag aussieht.

Im März 2022 wurde der Einsatz von Lilial EU-weit in kosmetischen Mitteln verboten. Leider wurden laut einer AGES-Schwerpunktaktion (Bericht vom Mai 2023) Lilial dennoch in 17 von 59 getesteten kosmetischen Mitteln (hauptsächlich in Parfums) nachgewiesen, obwohl er bereits verboten ist.

Die Industrie hat sich Großteils auf Alternativen umgestellt. Inzwischen gibt es eine Reihe von ähnlich duftenden Substanzen. Um jedoch generell Chemie wie künstliche Duftstoffe zu vermeiden, solltest du nach Möglichkeit auf unparfumierte Produkte zurückgreifen oder am besten in biozertifizierte NATURkosmetik investieren.

Weitere Bezeichnungen für Lilial: Bei Kosmetika, Reinigungs- oder Waschmitteln wird Lilial auch als Lysmeral oder Butylphenyl Methylpropional bezeichnet. Diese beiden Duftstoffe sind jedoch noch weit verbreitet, wie die Fülle an Meldungen im EU-Behördenschnellwarnsystem RAPEX zeigt. Die Meldungen deuten darauf hin, dass hauptsächlich Parfum und Eau de Toilette, jedoch auch vereinzelt Deos, After Shaves und parfümierte Hautpflegeprodukte diese Stoffe enthalten.

.....

Lavendel

Den leichten, blumigen Duft von Lavendel einfangen

Lavendel kannst du mittlerweile nicht nur in der Provence bestaunen. Auch in unseren heimischen Gärten, im Topf auf Balkons oder Terrassen wird der mehrjährige Halbstrauch immer beliebter. Punkten kann Lavendel neben seiner Pflegeleichtigkeit sowie Resistenz gegenüber Hitze und Trockenheit vor allem mit seinem Blütenreichtum und seinem intensiven Duft. Den enthaltenen ätherischen Ölen der Blüten wird eine beruhigende Wirkung nachgesagt. Und wusstest du, dass du den Duft von Lavendel ganz einfach einfangen kannst?

Lavendel-Duftsäckchen sorgen für Frische in jeder Umgebung

Im Schrank und in der Garderobe zaubern sie einen angenehm frischen Duft und können obendrein noch gegen Motten helfen. Lavendel-Duftsäckchen dienen als Duftbaumersatz im Auto oder helfen gegen Stress und dabei besser einzuschlafen. Die Blüten von Lavendel sind zur Herstellung ideal, da diese auch im getrockneten Zustand lange ihren frischen Duft behalten. Echter Lavendel (*lavandula angustifolia*) wie die Sorten 'Hidcote Blue', 'Grosso' und 'Purple' sind besonders gut für die Herstellung von Duftsäckchen geeignet. *Tipp: Ernte den Lavendel an einem warmen, sonnigen Tag am späten Vormittag. Da ist der Duftstoffgehalt am höchsten.*

Was brauchst du für deine Duftsäckchen

- getrocknete Lavendelblüten (Menge nach Belieben)
- Leinen- oder Jutesäckchen
 - Alternativ kannst du auch eigene Säckchen aus alten Stoffresten nähen, es funktioniert jedoch genauso gut mit Teefilter oder den kleinen teanatura-Stoffsäckchen
- dekoratives Bändchen zum Zuschnüren der Säckchen

So wird's gemacht:

Bevor es an die Herstellung der Säckchen geht, gibt es ein paar Dinge, die du bei der Ernte der Lavendelblüten und dem Trocknen beachten solltest:

- Erntezeit von Juni bis August
- nur an trockenen Tagen ernten, um ein Schimmeln zu vermeiden
- Zweige etwa 10 cm unterhalb des Blütenansatzes abschneiden
- zu kleinen Bündeln schnüren
- 7 bis 14 Tage kopfüber an einem warmen trockenen Ort aufhängen

Sobald die Blüten ausreichend getrocknet sind, kannst du daraus deine Duftsäckchen machen. Hierfür die grünen Stiele entfernen und die Blüten in Säckchen abfüllen. Nur noch gut verschließen und an deinem Lieblingsplatz aufbewahren.

Der Duft in den Säckchen hält mehrere Monate an.



Konsequent natürlich arbeiten

Kennenlernseminar: NATURfriseur:in HAUTnah



Begeisterte CULUMNATURA® Haut- und Haarpraktikerin & Fachreferentin
Sabrina Bandinu / Zürich

Schon am Morgen des Kennernlernseminars spürst du die besondere Atmosphäre. NATURfriseur:in zu sein bedeutet mehr, als nur mit NATURkosmetik zu arbeiten.

Es ist eine Lebenseinstellung, die sich der Schönheit und Gesundheit von Haut und Haaren verschrieben hat, ohne dabei die Umwelt zu belasten. Die konsequent natürliche Produktpalette umfasst biozertifizierte NATURkosmetik, wie Reinigung, Pflege, Finish, Pflanzenhaarfarben und ätherische Öle, die mit unbedenklichen Inhaltsstoffen aus der Natur hergestellt wird.

Die Friseurbranche hat sich in den letzten Jahren stark gewandelt, und Nachhaltigkeit spielt dabei eine immer größere Rolle. Konventionelle Friseur:innen werden stets neugieriger, wie NATURfriseur:innen arbeiten und wie sie umweltfreundliche Praktiken in ihren Salonalltag integrieren können. Genau hier setzt CULUMNATURA® an und bietet mit dem neuen Kennenlernseminar „NATURfriseur:in HAUTnah“ die Möglichkeit in den ganzheitlichen Salonalltag einer NATURfriseur:in zu blicken.

Unsere Fachreferent:innen der CULUMNATURA® Akademie führen bei „NATURfriseur:in HAUTnah“ durch den Tag und geben dir Einblicke in die Philosophie von CULUMNATURA®. Diese Philosophie beruht auf dem respektvollen Umgang mit der NATUR und der Überzeugung, dass wahre Schönheit

von innen kommt. Dies spiegelt sich auch in der Arbeitsweise wider. Im NATURsalon erlebst du aus erster Hand, wie die CULUMNATURA® Produkte, die im Baukastensystem verwendet werden können, angewandt werden, um Haut und Haar auf natürliche Weise zu pflegen und zu färben. Unter der Anleitung der Fachreferent:innen kannst du selbst erste Erfahrungen im achtsamen Bürsten und im Färben mit Pflanzenhaarfarben sammeln. Dabei erkennst du, wie wirksam und schonend die biozertifizierten Produkte sind. In einem entspannten Rahmen können alle offenen Fragen geklärt werden.

Viele der Seminarteilnehmenden von „NATURfriseur:in HAUTnah“ berichteten, dass sie unvergessliche Erfahrungen sammeln konnten. Es öffnete ihnen die Augen für die Zukunft des Friseurhandwerks und inspirierte sie, umweltfreundlichere Praktiken in ihren Salons zu integrieren.

Wenn du darüber nachdenkst, deine Fähigkeiten als Friseur:in zu erweitern und gleichzeitig einen gesunden und nachhaltigen Weg zu gehen, dann informiere dich auf unserer Website über die nächsten Termine in deiner Umgebung. Es ermöglicht dir einerseits aus erster Hand zu erfahren, wie NATURfriseur:innen arbeiten und gestaltet zudem eine umweltfreundliche Zukunft in der Friseurbranche.





DUFTENDE INTERNATIONALE FACHPRESSETAGE 2023

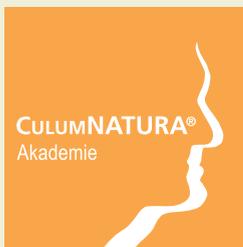
bei CULUMNATURA®

Die jährlich im Herbst stattfindenden Internationalen Fachpresstagen von CULUMNATURA® standen dieses Jahr ganz im Zeichen der Entspannung und duftenden ätherischen Öle.

Die Presservertreter:innen wurden am Donnerstag, 5. Oktober bei herrlichen vollwertigen Speisen und Salaten in Ernstbrunn, dem Firmensitz des Unternehmens von den beiden Geschäftsführerinnen Helene Žugčić und Michaela Bauer, empfangen. Im NATURsalon von Fachreferentin Monika Kürrer-Dittrich konnten sich die Teilnehmenden der Presstagen bei einer wohltuenden Kopf- oder Handmassage verwöhnen lassen. Vor Beginn der Behandlung durften alle eine entsprechende **sublimare 100% NATURREINE ÄTHERISCHE ÖLMISCHUNG** ziehen. Dieses Öl verwendeten Monika und Jitka (ausgebildete Sportmasseurin) beim ruhigen Massieren von Kopf und Händen – ganz nach der Philosophie von CULUMNATURA®. Entspannt und gut gelaunt ließen die Besucher:innen der Presstagen den Abend in der „Genusswirtschaft“ in Mailberg ausklingen. Besitzer & Koch Christoph Schüller zauberte aus den Inhaltsstoffen der NATURkosmetikprodukte ein herrliches 5-gängiges Menü, wie z. B. Rote Rüben Carpaccio mit Distelöl oder Gefüllte Hibiskus-Blüten mit Sesamöl.

Der nächste Tag startete mit einem kleinen Aktivprogramm im Kneipp-Becken im Erlebnispfad unter Anleitung der Fachreferentinnen Ursula Schneider und Dietlinde Habermann und einem ausgiebigen Frühstück im Ökologischen Gästehaus Luger. Als ärztlich geprüfte Aromatherapeutin informierte Monika Kürrer-Dittrich die Presservertreter:innen über die Gewinnung, Verwendung und Wirkung von ätherischen Ölen. Besonderes Augenmerk wurde dabei auf die unterschiedlichen Bezeichnungen und Qualitäten von ätherischen Ölen und deren Vor- und Nachteilen gelegt. Auch der Einsatz von **sublimare 100% NATURREINE ÄTHERISCHE ÖLMISCHUNGEN** im Baukastensystem von CULUMNATURA® wurde selbstverständlich ausgiebig erläutert.

Wir danken allen Pressevertreter:innen für zwei wundervolle, spannende Tage und freuen uns auf ein Miteinander 2024!



CULUMNATURA® Akademie

Ausbildung zum:zur CULUMNATURA® Haut- und Haarpraktiker:in

Diese Ausbildung richtet sich an Friseur:innen und Kosmetiker:innen. Das Ausbildungskonzept umfasst die Vermittlung von fundiertem Wissen, praxisorientierten Übungen und eröffnet den Zugang zu einer natürlichen Arbeits- und Lebensweise. Die Module sind in sich abgeschlossen und einzeln buchbar. Dauer pro Modul: Zweieinhalb Tage, inklusive biologischer Vollwert-Verpflegung. Wir empfehlen mit dem Modul „Haut- und Haarpflege“ zu starten, da es die Grundlage für alle weiteren Module bildet.

Haut- und Haarpflege

20.01.2024 - 22.01.2024, D-78112 St. Georgen im Schwarzwald
10.02.2024 - 12.02.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
04.05.2024 - 06.05.2024, D-78112 St. Georgen im Schwarzwald
01.06.2024 - 03.06.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
07.09.2024 - 09.09.2024, D-78112 St. Georgen im Schwarzwald

satuscolor Pflanzenhaarfärben

03.02.2024 - 05.02.2024, D-78112 St. Georgen im Schwarzwald
17.02.2024 - 19.02.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
06.04.2024 - 08.04.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
08.06.2024 - 10.06.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
22.06.2024 - 24.06.2024, D-78112 St. Georgen im Schwarzwald
12.10.2024 - 14.10.2024, D-78112 St. Georgen im Schwarzwald

Die Haut

03.02.2024 - 05.02.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
12.10.2024 - 14.10.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

Das Haar

27.01.2024 - 29.01.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
22.06.2024 - 24.06.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

Bewusst(er)leben

04.05.2024 - 06.05.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
13.07.2024 - 15.07.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

Vitalstoffreiche Ernährung

02.03.2024 - 04.03.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
27.07.2024 - 29.07.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
05.10.2024 - 07.10.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

Kopfmassage

23.03.2024 - 25.03.2024, D-78112 St. Georgen im Schwarzwald
06.07.2024 - 08.07.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

Beratungstraining

09.03.2024 - 11.03.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

Kennenlernseminare für Interessent:innen

Zukunftschance NATURfriseur:in

28.01.2024, D-60318 Frankfurt
19.02.2024, ONLINE
26.05.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
07.10.2024, ONLINE



NATURfriseur:in HAUTnah – Kennenlerntag im Salon

09.06.2024, CH-8003 Zürich
30.06.2024, DE-84387 Julbach

Weiterbildungsseminare

satuscolor Pflanzenhaarfärbefür Fortgeschrittene

20.01.2024 - 22.01.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
09.03.2024 - 11.03.2024, D-78112 St. Georgen im Schwarzwald
11.05.2024 - 13.05.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien
28.09.2024 - 30.09.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

Achtsames Haarschneiden – mit allen Sinnen

27.04.2024 - 29.04.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

satuscolor Farbtyp-Beratung

16.03.2024 - 18.03.2024, A-2115 Ernstbrunn, Nähe Wien

Den
aktuellen Status
und weitere Termine
findest du auf
culumnatura.com

Salonstempel



Impressum: Gesamtauflage: 143.880 Stück | Herausgeber: CULUMNATURA® Wilhelm Luger GmbH, E-Werkgasse 13, A-2115 Ernstbrunn, Tel.: +43 (0)2576/20 89, info@culumnatura.at, www.culumnatura.com | Redaktion: EINSIG-artig OG, www.einsigartig.at | Fotos: CULUMNATURA® / Rita Newman, Jessica Bammer | Pflanzen-Illustrationen: CULUMNATURA® / Ekaterina Archangelskaia | Druck: gugler* GmbH. Für namentlich gekennzeichnete Artikel übernimmt die Wilhelm Luger GmbH keinerlei Verantwortung. Änderungen und Druckfehler vorbehalten!



PurePrint®
innovated by gugler* DruckSinn
Gesund. Rückstandsfrei. Klimapositiv.
drucksinn.at