

# BAKTERIEN POST

1/2023 vom gemeinnützigen Verein EM Bakterienfreunde



## Die Grundlage unseres Lebens

Effektive Mikroorganismen  
im Garten und  
der Landwirtschaft  
S. 5 - 8

## Raus mit den Giften

Frühjahrskur und Reinigung  
des Körpers  
S. 13 - 16

## EXTRA

4 Seiten mehr  
geballte  
Bakterieninfos

Wir sind  
ProBIO  
tisch. —

## Liebe Bakterienfreunde und Menschen, die es noch werden möchten!

Als erstes wünsche ich Euch noch nachträglich ein glückliches, gesundes und vor allem ein friedliches neues Jahr.

Ich möchte mich bei allen Spendern und Mitgliedern für ihre Unterstützung ganz herzlich bedanken. Es ist in der heutigen Zeit nicht selbstverständlich, einen gemeinnützigen Verein und dessen Projekte zu unterstützen. Ich verspreche Euch deshalb, das Geld kommt 1:1 den Böden und Menschen in Afrika zugute.

Dies ist meine erste Ausgabe, die ich in Afrika schreibe. Ich sitze hier bei 25 bis 28 Grad im warmen Tansania unter Palmen und schreibe die Ausgabe März 2023.

Meine Frau und ich sind nun seit 4 Wochen hier, um den kalten Winter in Deutschland zu entfliehen und unser Projekt mit dem Schulungszentrum für Afrika und vielleicht für die Welt voranzutreiben.



Wir befinden uns in einer spannenden Zeit des Umbruchs. Wir spüren das hier in Afrika hautnah. Viele afrikanische Staaten haben erkannt, dass ein Streben nach immer mehr Verbunden mit dem westlichen Kapitalismus nicht die Lösung sein kann. Die Menschen hier leben im Jetzt. Wichtig ist nicht der Status, sondern der Umgang miteinander in Liebe, Harmonie und durch gemeinschaftliche Hilfe. Hier kann man sich auf die Familie noch verlassen. Jeder hilft jedem, auch wenn es „Polle Polle“ (langsam, langsam) geht. Ich war schon in vielen Ländern aufgrund meiner landwirtschaftlichen Projekte unterwegs, habe aber noch nie Menschen getroffen, die so freundlich und hilfsbereit auch gegenüber uns Ausländern sind, wie die Menschen in Tansania. Hier zählt noch der Mensch und nicht die Hautfarbe, Religion, Statussymbole, Geld oder sonst was. Was man hier als Tugend lernen kann, ist Geduld. Leider ist dies vielen von uns Europäern abhandeln gekommen. Auch ich muss es lernen und erfahren: Termine immer mit Verspätung, Stromausfälle und kein Internet oft mehrmals täglich, Besprechungen, die sich stundenlang ziehen, da sich 80 % des Gesprächsanteils auf privater Ebene bewegt wie z.B., wo man herkommt, wie es der Familie geht, wie viel Kinder oder Enkel man hat, was man beruflich macht und so weiter und so weiter. Unhöflich wäre es, nicht auch Gegenfragen zu stellen. Deshalb ist Geduld gefragt. Das hebt die Gespräche auf eine persönliche Ebene, die vom Herzen kommt und der Seele einfach guttut. Zeit ist hier kein Faktor, wie ich schon in der letzten BakterienPost geschrieben haben.

Jürgen Amthor



# Addis Abeba

Effektive Mikroorganismen in Äthiopien



**Im November 2022 war ich mit Adis und seiner Frau Jerusalem 2 Wochen in Addis Abeba und ganz im Süden auf einer 3000 ha großen Farm, die von mir auf Regenerative Landwirtschaft mit Effektiven Mikroorganismen und sEM KompostTee umgestellt wird.** Adis arbeitet in Nürnberg an der IHK und seine Frau ist Apothekerin. Beide brennen durch eigene Erfahrungen für Mikroorganismen und Produkte der Eußenheimer Manufaktur. Deshalb möchten sie diese nach Äthiopien bringen.

Auf unserer gemeinsamen Reise konnte ich viele positive Eindrücke sammeln, habe aber auch die Armut in Addis Abeba und im Land gesehen. Wir hatten viele Gespräche mit hohen Regierungsbeamten aus den Ministerien Gesundheit und Landwirtschaft, die für unser Konzept mit Effektiven Mikroorganismen sehr offen waren. Der Reise ging ein Treffen mit der Botschafterin von Äthiopien voraus, die uns den Weg für die Mikroorganismen in Äthiopien geebnet hat. Am 09. November 2022 haben wir sie in Berlin besucht und auch die Botschafterin war begeistert von der Idee, ihr Volk mit gesunder Nahrung zu versorgen. Ich werde weiterhin über die Aktivitäten in Äthiopien berichten.

*Weitere Bilder von dieser und weiteren Reisen findet ihr auf dem Instagram Kanal der EM Bakterienfreunde: @em\_bakterienfreunde*

# BURUNDI

*Ein weiteres Land, das für Hilfe an unseren Verein herangetreten ist.*

**Burundi** ist das ärmste Land auf der Welt, wie meine Recherche ergeben hat. Über einen Kunden, der Landwirtschaft in Unterfranken betreibt, wurde der Kontakt mit Pfarrer Joseph hergestellt. Bei einem Besuch in der Eußenheimer Manufaktur war für mich sehr schnell klar, dass man hier helfen muss. Am 10. November 2022 hatte ich einen Vortrag in Altbessingen im Pfarrheim gehalten „Hilfe für Burundi“, um Spendengelder für die Menschen zu sammeln. Inzwischen hatte ich auch Zoom Kontakt mit Pfarrer Chelestin, den ich im April auf meiner Reise nach Burundi persönlich treffen werde. Der Bischof von Burundi hat mich eingeladen, um mit mir über die Möglichkeiten einer Zusammenarbeit in seinem Land zu sprechen. Wie in Äthiopien und Tansania geht es nicht alleine um Regenerative Landwirtschaft, sondern auch um die Gesundheit der Menschen.

**In Burundi soll eine Nachhaltigkeitsuniversität entstehen, bei dessen Aufbau ich helfen darf und Dozent sein werde.**

**Eine sehr schöne Gelegenheit die Mikroorganismen in die Welt zu bringen, denn wir wissen wie wichtig sie für unsere Böden und Gesundheit sind.**

**Die Zukunft der Menschheit auf dieser Erde liegt in einer Hand voll Mikroorganismen.**

Die beiden Priester hatten mir erzählt, dass viele junge Menschen aus dem Land fliehen und schon teilweise über die Balkanroute in Europa sind, da sie keine Perspektive mehr sehen und ansonsten verhungern würden. Das Land ist so arm, dass es sich keinen Dünger leisten kann, um ihre Menschen zu ernähren.

In anderen Ländern wird noch zum großen Teil auf industrielle Landwirtschaft und Gartenbau mit Kunstdünger und Chemie gesetzt. In Burundi haben sie nicht mal Geld dafür.

Dies ist natürlich auch eine große Chance, den Menschen vor Ort Schulungen durch die Universität für Farmer Humus mit Hilfe von Bokashi, Kompost, sEM KompostTee, pflanzliche Spritzmittel und Boden-Verbesserer mit Effektiven Mikroorganismen aufzubauen. Denn nur in einem gesunden Boden wachsen gesunde Pflanzen.

Auch die Herstellung von Probiotika vor Ort würde die gesundheitliche Situation enorm verbessern. Durch den Einsatz von EM könnte man direkt positiven Einfluss auf die Wasserqualität nehmen und die Umwelt entlasten.

Ich werde in der nächsten Ausgabe der BakterienPost ausführlich über Burundi berichten. Wer für die Ärmsten der Armen spenden möchte, kann dies gerne über unser Vereinskonto oder direkt bei Pfarrer Joseph tun.

## **Spendenkonto EM Bakterienfreunde Bankverbindung:**

Raiba Bodensee-Leiblachtal eGen

BIC: RVVGAT2B431

IBAN: AT29 3743 1000 0623 4629

**PayPal:** paypal@em-bakterienfreunde.com

## **Spendenkonto der Katholischen Kirchenstiftung Schwebenried:**

IBAN: DE26 7906 9165 7506 0193 07

Bitte das Stichwort „Hilfe für Burundi / Aufbau der Landwirtschaft“ angeben.

Wir haben gesehen, wie verwundbar wir sind und wie fragil unsere Umwelt ist. Alles hängt mit allem zusammen. Wir leben auf einem kleinen Planeten, den es zu schützen und für nachfolgenden Generationen zu erhalten gilt. Es gibt viele Probleme, aber auch viele Lösungen.

Gerade in dieser Coronakrise hat sich gezeigt, dass wir mit Mikroorganismen einen großen Beitrag für unsere Gesundheit und unseren Planeten leisten können. Ohne Bakterien ist Leben nicht möglich. Ohne Mikroorganismen kein Sauerstoff zum Atmen, kein Humus in dem nährstoffreiche Pflanzen wachsen. Ohne unsere Bakterien im Körper könnten wir nicht existieren. Allein im Darm befinden sie ca. 2 kg Mikroorganismen, die 80 % unseres Immunsystems ausmachen und so könnte man unendlich Aufzählen.



Foto: Pfarrer Joseph und Jürgen Amthor

# Die Grundlage unseres Lebens

Effektive Mikroorganismen  
im Garten und  
der Landwirtschaft

*Nicht nur in Afrika, sondern auch in Europa und dem Rest der Welt wird „langsam“ erkannt, dass wir mit Kunstdünger und chemischen Spritzmitteln, hergestellt von der Agroindustrie, nicht mehr weiterkommen. Durch diese Maßnahmen wird Humus, die Grundlage für gesundes Pflanzenwachstum, abgebaut, die Böden ausgelaugt und tot gespritzt, die Umwelt und unser Wasser belastet, eine große Abhängigkeit von der Agro- und Pharmaindustrie erzeugt und für nachfolgende Generationen die Basis für Landwirtschaft und Gartenbau genommen, um die Menschen auf diesem Planeten auch in Tausenden von Jahren noch mit gesunden, vitalstoffreichen, in guten humusreichen Böden gewachsenen Pflanzen, zu ernähren.*

Deshalb braucht es Lösungen



## Die Grundlage unseres Lebens liegt in der Hand von Effektiven Mikroorganismen

Die Vorteile der Mikroorganismen sind:

### **Gesundheit, Vitalität und Langlebigkeit aller Organismen, einschließlich des Menschen.**

Denn diese hängen von der Gesundheit und Lebendigkeit des Bodens ab. In einem kranken, humusarmen Boden – den wir leider in den meisten Fällen vorfinden – können keine Pflanzen wachsen, die genügend Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente usw. enthalten. Nur durch das Zusammenspiel der Kleinstlebewesen im Boden mit guter Bodennahrung (z. B. Bokashi und EM behandelte Kompost oder Mist) ist es möglich, vitalstoffreiche Pflanzen zu ernten.

Durch den Einsatz der Mikroorganismen entstehen keine Fäulnisprozesse im Boden. Hier gilt das alte Gärtnersprichwort:

„Wer Fäulnis säht,  
wird Fäulnis ernten“

Humusaufbau und die damit verbundene Wasserspeicherung geht nur in der Kombination mit Mikroorganismen.

**Der Regenwurm ist unser wichtigster Helfer** im Boden. Regenwürmer benötigen gute Nahrung am besten aus Bokashi, Kompost, Gründüngung oder unbehandeltem Mist und alles mit EM bereichert.

Deshalb empfehle ich, baue Humus in deinem Garten selbst auf. Werden dein eigener Düngerproduzent. Stelle Terra Preta (schwarze Erde), den Dünger der Zukunft selbst her.

Terra Preta ist für viele Gärtner inzwischen ein Begriff geworden und gilt in Wissenschafts- und Expertenkreisen als der Stoff der Zukunft, um die Menschen auf unseren Planeten dauerhaft gesund zu ernähren.

Terra Preta kann unser Weltklima retten, indem diese Böden Unmengen von CO<sup>2</sup> speichern. Ich

verstehe nicht, warum auf den Weltklimakonferenzen diese einfache, kostengünstige, effektive, schnell wirksame Möglichkeit keine Beachtung findet. Liegt es vielleicht an den wirtschaftlichen Interessen der agrotischen Industrie?

**Ein Vorreiter und prominentes Sprachrohr für die Rettung des Weltklimas ist der ehemalige Bundestagsabgeordnete Hans-Josef Fell.** Mit ihm arbeitet die Eußenheimer Manufaktur seit Jahren sehr eng zusammen. Er wird einer der Referenten auf dem Kongress in Bamberg sein, den ich mit meinem Verein und dem Verein von Prof. Dr. Kavouras am 22. und 23. April 2023 ausrichte. Hans-Josef Fell hatte 2018 einen Umweltpreis für seinen Einsatz auf diesem Gebiet erhalten.

**Jeder qm Boden, den du und wir ökologisch bewirtschaften, ist wichtig für das Klima auf unserem kleinen Planeten und für die gesunde Ernährung der Menschheit. Wir sollten wieder über mehrere Generationen denken und es auch tun, wie es uns viele Naturvölker vormachen. In weiten Teilen Afrikas wird dies über drei Generationen praktiziert.**

Werde dein eigener  
Düngerproduzent.



## Herstellung

### Was brauche ich und wie mache ich Bokashi und Terra Preta?

#### Bokashi aus Küchenabfällen:

Man gibt die zerkleinerten Küchenabfälle in den Bokashi-Eimer (ist in der Eussenheimer Manufaktur erhältlich), sprüht **spezifische Effektive Mikroorganismen Hell oder spezifische Effektive Mikroorganismen Garten** über die Küchenabfälle, streut **Terra Symbiotika schwarz** für die Herstellung von Terra Preta darüber, drückt gut an und verschließt mit dem Deckel das ganze luftdicht. Das Prozedere wird so lange wiederholt, bis der Eimer voll ist. Eventuell mit einem Sandsack das Bokashi immer beschweren. So erreicht man, dass es immer festgedrückt und luftdicht abgeschlossen ist. In dem Bokashi-Eimer können Küchenabfälle jeder Art (Gekochtes wie Nudeln oder Reis, Fette, Zitronenschalen, Fleischabfälle, kleine Knochen...) fermentiert werden. Den Feuchtigkeitsgrad von Bokashi kannst du mit mehr oder weniger **sEM Hell oder sEM Garten bzw. Terra Symbiotika schwarz** regulieren. Bitte gebe keine verfaulten oder stark verschimmelten Speisereste in den Eimer.

**Das Bokashi ist bei Zimmertemperatur nach ca. 14 Tagen Reifezeit fertig**, riecht leicht säuerlich und kann einen weißlichen Belag auf der Oberfläche aufweisen. Je länger du brauchst, um den Eimer zu füllen, umso kürzer die Fermentationszeit. **Die sich bildende Flüssigkeit regelmäßig ablassen**. Man verwendet den Bokashi-Saft als Dünger (1:20 bis 1:200) oder pur für Abflüsse.

#### Ausbringen von Küchen-Bokashi:

Kleinen Graben ziehen (bis zu 10cm), Bokashi einfüllen und mit Erde zudecken. Mit sEM Garten (50ml auf 10l Wasser) kräftig gießen. Mit dem Anpflanzen oder Säen mindestens 2 Wochen warten. Das Bokashi ist in wenigen Wochen von den Bodenlebewesen völlig umgesetzt. Bokashi gaben lockern den Boden innerhalb weniger Monate. Wöchentlich mit sEM Garten gießen und eine zusätzliche Mulchschicht unterstützen das Bodenleben enorm. Nun kann sich duftende, nach Waldboden riechende Gartenerde entwickeln.

#### Bokashi als Dünger in Blumenkästen und -töpfen:

**Auch die Erde für Blumenkästen oder Kübelpflanzen lässt sich hervorragend mit Küchenbokashi aufwerten.** Zuerst 1/3 des Kübels mit Erde füllen, dann 1/3 Küchen-Bokashi und schließlich mit Erde auffüllen. Mit einer **sEM Garten** Verdünnung angießen und mindestens 2 Wochen mit dem Bepflanzen warten. Die Mikrobiologie setzt das Bokashi langsam um. Wertvolle Nährstoffe und Enzyme werden für die Pflanzen zur Verfügung gestellt.

Wenn du keine Möglichkeit hast, Küchenbokashi zu vergraben, z. B. im Winter, gibt es verschiedene **Varianten es zu lagern**. Um es in Plastiksäcken zwischenzulagern, bitte vor dem Umfüllen den Sickersaft ablaufen lassen. **Das Bokashi ist konserviert und einsatzbereit für das Frühjahr.** Eine einfache Methode Bokashi während der Vegetation in stehende Bestände zu bringen, ist das Füllen von Tontöpfen mit Bokashi. Dazu etwas Erde in die Töpfe geben, mit Bokashi füllen und gut festdrücken. Dann vor Ort auf den Kopf stellen. Innerhalb von 6-8 Wochen wird das Bokashi vererdet, während es bestehende Kulturen düngt. Sobald der ganze Inhalt umgesetzt wurde, wird der Tontopf weggenommen. Diese Methode ist auch während der Wintermonate einsetzbar.

#### Den idealen Zeitpunkt um Bokashi auszubringen, sehe ich im zeitigen Frühjahr und nach der Ernte.

Die Küchenbokashi-Produzenten sind überzeugt von den vielen positiven Ergebnissen Ihres Einsatzes. **In kurzer Zeit siedeln sich wieder Würmer an, die das Bokashi zu wertvollem Humus und Terra Preta umwandeln. Die Erde ist belebt und wird locker.** Wertvolle Organik gelangt ohne Energieverlust in den Boden und liefert gesunde Vital- und Nährstoffe. Küchenabfälle werden schnell und sinnvoll verwertet. Der Einsatz von Küchenbokashi überzeugt.

## Warum Bokashi?

- Bildung von Vitaminen, Enzymen und Antioxidantien (wie bei der Sauerkraut-Herstellung)
- Die Bodenstruktur (Bodenlockerung) wird in kurzer Zeit enorm verbessert, weil das Bodenleben aktiviert und gefördert wird
- Schnelle Bereitstellung von Nährstoffen für die Pflanzen
- Humusaufbau durch Organik Eintrag. Bodenlebewesen brauchen Organik als Futter (der Wurm frisst keine Erde).
- Bokashi fördert die Population des Bodenlebens
- Keine schlechten Gerüche
- Keine CO<sup>2</sup> - Ausdünstung
- Keine hohe Temperaturentwicklung, dadurch auch kein Energieverlust
- Nicht nur aus Küchenabfällen ist es möglich Bokashi und Terra Preta zu machen, sondern auch aus Grüngut und Rasenschnitt, sowie Mist
- Die Wasserspeicherung des Bodens wird erhöht

**Bei Fragen rund um das Thema Garten und Bokashi Herstellung stehen wir dir gerne zur Verfügung. Schau auf die Webseite der Eußenheimer Manufaktur, rufe an, schicke eine Mail mit deinen Fragen oder komme in dem Laden der Eußenheimer Manufaktur vorbei. Hier wird dir mit Sicherheit geholfen.**



## Ende April bin ich genau zu diesem Thema in Eritrea.

Das ganze Land möchte als Regierungsprojekt Bokashi und Terra Preta mit Effektiven Mikroorganismen herstellen. In Eritrea gibt es riesige Mengen an Fischabfällen und Meeresalgen. Dieses organische Material wird zukünftig als Basis für Terra Preta aus Bokashi dienen. 2022 habe ich mehrer Versuch mit den Materialien gemacht, die sehr erfolgreich waren. Jetzt geht es an die Umsetzung. Ich werde in der nächsten BakterienPost darüber berichten.

## Es geht auch ohne Chemie

Es geht auch ohne Chemie, dies hat der Versuch von Frau Katharina Schifferstein, Pflanzenschutzberaterin beim Landesbetrieb Landwirtschaft Hessen in Mainz-Kastel gezeigt. Das **sEM Mehltau** der Eußenheimer Manufaktur ist nun das zweite Jahr auf dem Markt und wurde inzwischen auch von einigen Winzern mit Erfolg getestet. Wenn du Probleme mit Mehltau hast, ist dies in Kombination mit **sEM 500** und dem **sEM KompostTee die erste Wahl bei Pflanzenkrankheiten.**

*sEM Mehltau am besten täglich, aber mind. 2 x die Woche, 7 Wochen lang vorbeugend oder bei Befall auf 10 l Wasser 250 ml als natürlichen Pflanzenschutzmittel geben.*





# EM KOMPOSTTEE BIO

Die Basis für regenerativen Garten-, Weinbau und Landwirtschaft

Als Ergänzung oder auch Alternative zur bisherigen Bodenverbesserung auf EM-Basis hat die Eußenheimer Manufaktur einen sEM KompostTee entwickelt. **Die Handhabung ist kinderleicht, da die fertigen Teebeutel einfach in eine Gießkanne mit Wasser gehängt werden und dann der Inhalt im Garten oder bei Zimmerpflanzen vergossen wird.** Die Teebeutel können umweltfreundlich im Garten oder auf dem Kompost entsorgt werden.

Aufgrund der einfachen, unkomplizierten Anwendung (einfach Aufgussbeutel über Nacht in die Gießkanne geben) und der kleinen Portionierung ist der „Tee für Pflanzen“ ein **ideales Pflanzenstärkungs-Produkt für alle GärtnerInnen und Landwirte in Stadt und Land.**

Für **Landwirte** gibt es größere Gebindeeinheiten, die mit Hilfe eines Verwirblers mit EM-Keramik aktiviert werden.

Link: <https://youtu.be/R02VLSKRKQWY>

**Viele Winzer** arbeiten inzwischen mit sEM KompostTee. Sie sind von EM so begeistert, dass sich über 40 Winzer auf Initiative der Bayr. Landesanstalt für Garten- und Weinbau zum Arbeitskreis Probiotischer Weinbau zusammengeschlossen haben. Mehr Infos zu dem Thema findet man hier: [www.piwi-international.de/2021/11/erster-probiotischer-piwi-weinberg-in-franken/](http://www.piwi-international.de/2021/11/erster-probiotischer-piwi-weinberg-in-franken/)

Das **Innovative** ist, dass in dem sEM KompostTee mehrere wichtige Komponenten, die für unsere Pflanzengesundheit und Humusaufbau wichtig sind, vereint werden.

1. **Effektive Mikroorganismen**
2. **Bio-Regenwurmhumus** mit 40.000 Bakterienstämmen direkt aus der Natur
3. **Mykorrhiza**  
Als Mykorrhiza wird eine Form der Symbiose von Pilzen und Pflanzen bezeichnet, bei der ein Pilz mit dem Feinwurzelsystem einer Pflanze in Kontakt ist.
4. **100 % biologische Zutaten aus der Region:**

Malzkeime, Kräutermischungen aus Acker-schachtelhalm, Baldrian, Brennnessel, Beinwell, Ringelblume, Weiderinde.

5. **Pflanzenkohle** zum Aufbau von Terra Preta
6. **Mineralien**, die so dringend in den Böden und Pflanzen benötigt werden
7. **Feinstoffliche Informationen**

**Die Vorteile des sEM KompostTees sind:**

- Die **Humusbildung des Bodens** wird unterstützt.
- Die **Wasserspeicherfähigkeit** durch bessere Lebendverbauung des Bodens wird erhöht.
- Die **Symbiose** und die aktive Kommunikation **zwischen Pflanze und Bodenleben** verstärkt sich.
- Pflanzenreste werden schneller in **Humus umgewandelt.**
- **Verdichtungen werden abgebaut** und der Aggregatzustand des Bodens verbessert.
- Das **Wachstum und die Entwicklung** der Pflanzen werden gefördert.
- Die **Stresstoleranz** gegen negative Umweltbedingungen durch ein größeres Wurzelwachstum der Pflanzen erhöht sich.
- Die **ernährungsphysiologische Qualität** von pflanzlichen Produkten wird erhöht.

**Der sEM KompostTee der Eußenheimer Manufaktur schafft die besten Wachstumsbedingungen für Pflanzen und sorgt für dauerhafte Vitalität, lang andauernde Blütenpracht und eine üppige Ernte.**



# START



So startest du mit Effektiven Mikroorganismen im Garten:

Frühjahr

1 Min. 2 - 3 Wochen vor dem Pflanzen und Säen restliche Pflanzenrückstände abschneiden und zerkleinern.

„Wer Fäulnis sät, wird Fäulnis ernten“

2 Mit sEM Garten begießen (200 ml auf 10 l) und leicht einarbeiten.

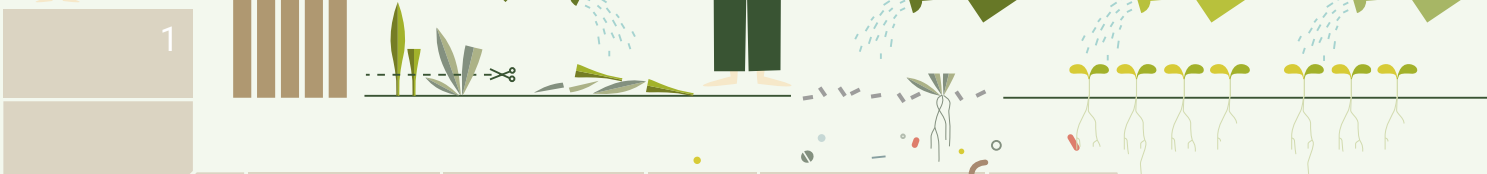
3 Eine Handvoll voll (ca. 33g) Bokashi+400 pro m<sup>2</sup> ausstreuen

oder eigenes Bokashi (6) oder Kompost (9)

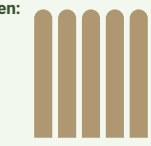
4 sEM Garten alle 2 Wochen

sEM Flüssigdünger

sEM KompostTee (7) ideal bei Jungpflanzen alle 2 Wochen



1



sEM Garten

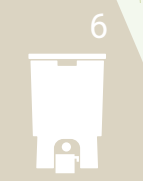


Bokashi+400



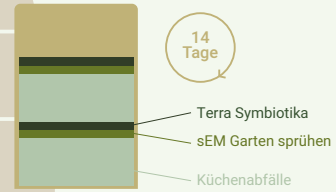
sEM Flüssigdünger

5 Mulchen  
Mulchen  
Mulchen  
Mulchen  
Wer keinen Bokashi-Eimer hat, kann über den Schleichweg weiterziehen.



Bokashi-Eimer

6 Bokashi-Eimer  
Wer Bokashi aus Küchen-/Gartenabfällen hat, sollte danach mit dem Bepflanzen 14 Tage warten.  
300 - 500 g Küchen-Bokashi pro 1 m<sup>2</sup> im Jahr  
festdrücken und luftdicht verschließen



## 8 Topfpflanzen

sEM Flüssigdünger alle 2 Wochen  
oder  
sEM KompostTee alle 1 - 2 Wochen



## 5 Mulchen

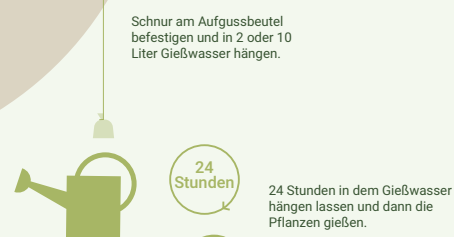
Regelmäßiges Mulchen schützt den Boden und unsere kleinen Helfer vor direkter Sonneneinstrahlung und Austrocknung.  
Mit sEM Garten (100 - 200 ml auf 10 l) gießen, Mulchmaterial aufbringen und im Anschluss das aufgebrauchte Mulchmaterial mit sEM Garten benetzen. Gutes Mulchmaterial bietet Grün- und Grasschnitt, angefeuert Kompost und im Herbst Laub.



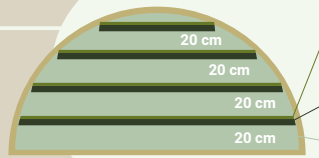
Terra Symbiotika

8 Topfpflanzen  
Du hast keinen Kompost? Macht nichts! Laufe am Kompost vorbei und nehme eine Packung sEM KompostTee mit.

7 sEM KompostTee Anwendung



## 9 Kompost



3. sEM Garten sprühen 200 ml auf 1 l Wasser mischen 1-2 l auf 1 m<sup>3</sup> sprühen  
2. Terra Symbiotika 1 cbm ca. 5 kg  
1. Kompostmaterial

Es geht auch ohne Chemie, denn Gesundheit fängt im Boden an!

## 10 Regenwurm

Der Regenwurm ist einer unserer wichtigsten Helfer im Boden. Er benötigen gute Nahrung, am besten aus Bokashi, Kompost, Gründüngung oder unbehandelten Mist, alles mit EM behandelt.

## gesunder Boden

### gesunde Pflanzen

### gesunder Mensch

## 11 Mikroorganismen

In einer Handvoll Erde sollten mehr Mikroorganismen sein als es Menschen auf der Erde gibt.

Pflanzen nehmen Vitamine, Spurenelemente usw. über ihre Wurzeln auf. Je höher der organische Gehalt im Boden, desto mehr Vitaminstoffe wird von den Bodenbakterien gebildet. Je mehr Bodenbakterien im Boden, desto höher ist der Vitamingehalt in unseren Pflanzen.

Boden nicht umgraben, nur hacken, zum Schutz der Mikros.

# ERNTE





## In Österreich gibt es einen neuen Verbündeten für die Mikroorganismen.

Martin Hinterleitner übernimmt ab sofort den Vertrieb der Eußenheimer Manufaktur UG in Österreich.

### Kontaktadresse:

Zentrum für ganzheitliches Wohlbefinden  
 BIO - Laden  
 Martin Hinterleitner  
 Hauptstraße 22  
 A-4360 Grein an der Donau  
 Tel.: +43 (0)7268 200 36  
 Mobil: +43 (0)664 260 66 36  
 E-mail: martin@naturundwissen.net  
 Web: [www.naturundwissen.net](http://www.naturundwissen.net)

Martin ist wie ich, ein Afrikafreund. Wir hatten uns das erste Mal in Österreich bei einem Vereinstreffen kennengelernt. Im September hatte ich einige Vorträge bei ihm im Laden gehalten. Gemeinsam waren wir in Tansania, da er mit seiner Frau Waltraud unser Projekt unterstützt. **Hier hat er mir viel über Noni erzählt. Dies ist seine große Leidenschaft.**

Martin schreibt:

*Ich habe NONI (morinda citrifolia) im Sommer 2007 durch meinen Freund Enrico Mandl in Vorarlberg kennengelernt. Nach einigen Erfahrungen mit dem Fruchtsaft der NONI-Frucht, die ich persönlich miterleben durfte, war ich motiviert das Getränk an mir auszuprobieren. Zu dem Zeitpunkt war ich oft krank, hatte ständig Kopfschmerzen und hartnäckige Zahnwurzelentzündungen. Nach einigen Zahnarztbesuchen und Antibiotikum Einnahmen, die keine spürbare Veränderung bewirkten, gab ich dem NONI-Fruchtsaft eine Chance und ich wurde überrascht.*

*Bereits am nächsten Tag verspürte ich einen starken Anstieg meines Energielevels, meine Zahnwurzelentzündungen verschwanden innerhalb 6 Wochen dauerhaft und ich fühlte mich so fit und*

*vital wie schon lange nicht mehr.*

*Meine Neugierde war zur Gänze geweckt und ich begann damit, den Fruchtsaft in meinem Verwandten- und Freundeskreis zu verteilen. Zu meiner Überraschung häuften sich in kurzer Zeit die Erfahrungsberichte in verschiedensten Bereichen. Von Verbesserungen bei Entzündungen, Wundheilung, Energie, Gelenksbeschwerden bis zu Menstruationsbeschwerden uvm. erlebte ich hautnah die wundersamsten Verbesserungen des Wohlbefindens.*

*Diese Erlebnisse waren für mich der Anstoß, alles in unserer Schulmedizin zu hinterfragen und meine Lebenssituation gänzlich zu verändern.*

*Für mich öffneten sich neue Wege in den Bereichen Ernährung und Naturheilkunde. Auch in den Bereichen Körperpflege, Baubiologie und Wasser war mein Interesse geweckt. Fortan widmete ich den Großteil meiner Freizeit, um meinen neu geweckten Wissensdurst in diesen Bereichen, zu stillen.*

*2008 war für mich die Inspiration einer neuen Berufung spürbar und ich folgte dieser Aufforderung in eine neue Lebensqualität. Viele Bücher, Seminare, Schulungen, Ausbildungen und Lebenserfahrungen begleiten mich seitdem. 2016 eröffnete ich den BIO-Laden und das Zentrum für ganzheitliches Wohlbefinden in Grein. In Zusammenarbeit mit vielen Therapeuten bieten wir seitdem nicht nur hochwertige Lebensmittel & Nahrungsergänzungen, sondern auch Workshops und Beratungen in den Bereichen Körperreinigung, Entgiftung, Entspannung und geistiger Gesundheit an.*

*Auf dem Weg durfte ich auch Jürgen Amthor kennenlernen und in die Welt der effektiven Mikroorganismen eintauchen, die mich seither ebenfalls begleiten.*

*Mein Freund Enrico und ich hatten während der Jahre immer Kontakt und im Sommer 2021 traf uns die Inspiration, unseren NONI-Saft, dem wir sehr viel unserer heutigen Gesundheit und Lebensqualität zu verdanken haben, auf die nächste Qualitätsebene zu begleiten.*

*NUI-NONI war geboren. Mit höchstmöglichem Anteil an NONI-Püree von wild wachsenden Früchten aus französisch Polynesien, BIO-Trauben, BIO-Granatapfel und BIO-Heidelbeersaft gaben wir dem NONI-Saft ein neues Vitalstoffspektrum.*

*Ich wünsche jedem von Herzen nach 3 Monate täglich 2x 1/6 Liter NONI trinken die Veränderung zu spüren und zu erleben.*

# Frühjahrsputz mit Bakterien!



Mehr Infos zum Reinigen mit EM findet ihr in unserem Blogbeitrag auf: [em-bakterienfreunde.com](https://em-bakterienfreunde.com) oder bei der Eußenheimer Manufaktur: [eussenheimer-manufaktur.de](https://eussenheimer-manufaktur.de)

**NEU**



## Die EM-Reinigungs-Vorteile auf einen Blick

- ungiftig und ökologisch absolut unbedenklich
- greifen die Haut und die Schleimhäute nicht an – im Gegenteil, sie helfen ihr
- reinigen kraftvoll und zuverlässig – besser als chemische Mittel
- erzeugen ein gesundes Raumklima
- wirken antistatisch und schmutzabweisend, denn wo sich gute Bakterien breit gemacht haben, sind die schlechten nicht mehr willkommen.
- beseitigen die meisten Gerüche
- säubern den Abfluss und fördern die Abwasserklärung

Wenn der Allzweckreiniger mal nicht ausreicht, ist der Intensivreiniger eine kraftvolle Ergänzung, der auch richtig hartnäckige, ölige und fettige Verschmutzungen beseitigt. Und das ganz ohne scharfe Chemie, sondern mit der Superpower unserer kleinen und liebevoll aufgezogenen probiotischen Bakterien. Die helfen nicht nur auf der Haut und im Darm gesund zu bleiben. Sie helfen auch beim Putzen und machen gleichzeitig das gesamte Umfeld gesund. Denn unsere Atemwege und die Natur freuen sich über die gesunden Bakterien, die beim Saubermachen in der Luft und auf den Oberflächen verteilt werden und schließlich mit dem Abwasser ins Grundwasser gelangen.

## Der Intensivreiniger auf einem Blick

- hochwertige Reinigungsflüssigkeit aus eigener Herstellung
- mit effektiven Mikroorganismen und speziellen Pflanzen
- für alle stark verschmutzten, öligen und fettigen Oberflächen
- fördert die Besiedlung mit „positiven“ effektiven Mikroorganismen
- baut einen natürlichen Biofilm gegen Neuverschmutzung auf
- schafft ein positives Umfeld (Milieu)
- nachhaltige Wirkung im Abwassernetz, in Kläranlagen, Flüssen und anderen Gewässern
- aus kontrolliert biologischem Anbau in Deutschland
- 100 % natürlich, vegan

**Zeit, sich wieder mal um seine Darmbakterien zu kümmern, zum Entgiften und Entschlacken.**

# RAUS MIT

## **Darmreinigung und Schwermetallausleitung**

Von Natur aus sind Metalle wie Blei, Cadmium, Quecksilber und Aluminium nur in sehr geringen Mengen vorhanden. Durch die Industrie werden sie konzentriert abgebaut und wieder über die gesamte Umwelt verteilt und gelangen so in Nahrung, Wasser und Luft.

Schwermetalle können über die Umwelt oder die Ernährung in den Körper gelangen. Auch Lebensmittel, wie Obst und Gemüse enthalten oft große Mengen an Schwermetallen, wenn sie aus belasteten Böden kommen. Daher ist es sehr wichtig darauf zu achten, wo kommt mein Obst und Gemüse her und in welchen Böden (am besten bio und mit Effektiven Mikroorganismen) ist es gewachsen. Dies gilt ebenso für Fleisch, denn auch hier ist wichtig, wie die Tiere gefüttert worden sind.

Zahnfüllungen aus Amalgam können ebenfalls Quecksilber in den Körper abgeben. Auch ein hoher Fischkonsum gilt inzwischen als Gesundheitsrisiko. Wie muss die Welt verseucht sein, wenn vor Fischkonsum gewarnt wird. Auch hier könnten die Effektiven Mikroorganismen, wenn wir sie in die Welt bringen, unsere Meere und unsere Umwelt wieder reinigen.

## **Schwermetalle neigen dazu, sich im Körper abzulagern, und zwar in Knochen, Leber, Gehirn und Nieren.**

Hier lassen sie sich nur sehr schwer ausscheiden. **Vor der Industrialisierung war die Belastung der Menschen bis zu 1000-mal geringer als heute.** Schon kleine Mengen der giftigen Metalle begünstigen viele moderne Leiden wie z.B. Krebs, Bluthochdruck, ADHS, Lernschwächen bei Kindern und sogar Haarausfall. Bei Menschen mit Pilzbelastungen (Candida), Multipler Sklerose oder Neurodermitis findet man häufig Schwermetallbelastungen. Bei Epileptikern können Schwermetalle zu erhöhter Wahrscheinlichkeit von Anfällen führen. Bei Alzheimer spielen z.B. Blei, Quecksilber (Amalgam-Plomben) und Zinn eine Rolle. Da Quecksilber in Verbindung mit vielen anderen körperbelastenden Stoffen Synergieeffekte bildet, gibt es eine ganze Reihe von Beschwerden und Krankheiten, die begünstigt werden, wie z.B. starke Müdigkeit, Kopfschmerzen, Schilddrüsenprobleme, Zahnfleischbluten, lockere Zähne, Hautprobleme, Colitis ulcerosa, Magen- u. Darm-

probleme, Nierenerkrankungen, verminderte Leistungsfähigkeit, Schwindelanfälle, Morbus Crohn, MS, ADS/ADHS, Asthma, Allergien, Alzheimer, Ängste, Depressionen, Nervosität, Koordinationsprobleme u.v.a.

## **Chronische Metallbelastungen sind heute häufig und werden stark unterschätzt.**

Metalle sind Katalysatoren für Oxidation, d.h. sie fördern die Bildung freier Radikale, die dann zu Zell- und Gewebeschädigungen, Entzündungen und Alterungsvorgängen führen können. Sie sind ursächlich an alltäglichen Erkrankungen mitbeteiligt und verdrängen Mineralstoffe und Spurenelemente von ihren Enzymstellen, so dass der Stoffwechsel blockiert wird. Es kommt zu Mangelerscheinungen der verdrängten Stoffe (z.B. Magnesium- und Zinkmangelsymptome). Chronische Metallbelastungen können Eiweiße verändern, was zu Infektanfälligkeit, Überempfindlichkeitsreaktionen und Autoimmunerkrankungen führen kann.

## **Probiotika entgiften Schwermetalle**

**Probiotika wie ProTop Antioxidans können zur Entgiftung von Schwermetallen eingesetzt werden.** Milchsäurebakterien zeigten in einer kanadischen Studie an Schwangeren und Kindern eine entgiftende Wirkung. Aber auch viele andere probiotische Bakterienstämme könnten zur Entgiftung beitragen, wie erste Laborstudien zeigen, u. a. im Zusammenhang mit der Entgiftung von Wasser.

**ProTop BioRedox 1 entgiftet den Körper und entlastet dadurch die Ausleitungsorgane wie Darm, Niere, Leber, Galle, Bauchspeicheldrüse und Haut.** Durch die Inhaltsstoffe Chlorella, Weizengras, Kurkuma, Löwenzahn, Brokkoli, Acerola, Knoblauch, Bärlauch und Pfeffer ist es abgestimmt, um Magen, Darm, Niere und Leber zu entlasten. Das wusste schon Hildegard von Bingen. Dr. Klinghard schwört ebenfalls auf diese Zutaten.

## **Anwendung zur intensiven Darmreinigung und Entgiftung:**

Einnahmeempfehlung:

1 Teelöffel Antioxidans mit Wasser schlückchenweise trinken. Jeweils 1 gestrichenen Teelöffel BioRedox1 und Flohsamenschalen in einem Glas Wasser täglich trinken.

# DEN GIFTEN

Frühjahrskur und  
Reinigung des  
Körpers

## Eine perfekte Kombination – Flohsamenschalen und ProTop BioRedoX1.

Flohsamenschalen enthalten eine ganze Menge an Schleimstoffen, wodurch ihre Wirkung zustande kommt. Aufgrund ihrer chemischen Struktur sind sie in der Lage, ihre wasserbindenden Eigenschaften während der gesamten Darmpassage aufrecht zu erhalten. Sie werden also kaum von den Darmbakterien abgebaut.

**Sie quellen nämlich im Darm auf und erhöhen dort das Volumen des Stuhlgangs.** Das wiederum hat zur Folge, dass dieser sich ausdehnt und an den Darminnenwänden diverse Ablagerungen, die sich dort im Laufe der Zeit angesammelt haben, mitnimmt. So wirken sie wie eine Bürste im Darm.

## Flohsamenschalen wirken wie eine Bürste im Darm.

**Flohsamenschalen indisch** wirken mild abführend bei Verstopfung, sowie regulierend bei Durchfall. Zudem kann man mit Flohsamenschalen das Abnehmen unterstützen.

## Flohsamen, beziehungsweise deren Schalen, können innerlich in folgenden Fällen angewendet werden:

- bei wiederholter Verstopfung (Obstipation), auch in der Schwangerschaft
- zum Aufweichen des Stuhls (etwa bei schmerzhaftem Stuhlgang aufgrund von Hämorrhoiden oder Analfissuren)
- zur „Darmpflege“, etwa bei Reizdarm oder bei medikamentös behandelter Divertikulitis (Entzündung von Ausstülpungen der Darmschleimhaut)
- zur Aufrechterhaltung der Verdauung bei ballaststoffarmer Ernährung
- bei unspezifischen Durchfällen (etwa bei HIV-Patienten oder Kurzdarmsyndrom)

## Die Wirkung der Heilpflanze bei diesen Gesundheitsproblemen gilt als anerkannt.

Sie beruht auf den Schleimstoffen, die in großer Menge in den Schalen der Flohsamen enthalten sind. Diese Schleimstoffe können viel Wasser binden. Somit wirken Flohsamen als Quellmittel – sie vergrößern das Stuhlvolumen, wodurch mehr auf die Innenwand des Darms ausgeübt wird. Das regt die Darmperistaltik an – der Stuhl wird schneller in Richtung Ausgang befördert. Außerdem machen die Schleimstoffe den Stuhl gleitfähiger. **Die Wirkung setzt meist nach 12 bis 24 Stunden ein, manchmal aber auch erst nach sieben bis zehn Tagen.** Durch die Verdünnung des Stuhls und damit die kürzere Verweildauer des Stuhls im Darm, haben krebserregende (kanzerogene) Substanzen weniger Kontaktzeit mit der Darmschleimhaut. Daher nimmt man an, dass Flohsamen, über einen längeren Zeitraum eingenommen, auch vor Darmkrebs schützen können.

**Die heilsame Wirkung der Pflanze bei Durchfall ist ebenfalls auf die Schleimstoffe zurückzuführen:** Sie binden die bei Durchfall vorhandene überschüssige Flüssigkeit im Darm, wodurch sich der Stuhl verdichtet. Bei bakteriell verursachten entzündlichen Darmerkrankungen, meist begleitet von Durchfall, binden die Schleimstoffe der Flohsamen zudem die Gifte der Bakterien. Das lindert die Entzündung und schützt die Darmschleimhaut vor weiteren Schädigungen. So ist auch eine Darmreinigung mit Flohsamen möglich.

**Auch Cholesterin wird von den Schleimstoffen der Flohsamen gebunden.** Die Heilpflanze kann also die Behandlung erhöhter Cholesterinwerte unterstützen.

**Die Schleimstoffe der Flohsamenschalen legen sich zudem schützend auf eine gereizte oder entzündete Darmschleimhaut.** Davon können zum Beispiel Menschen mit Reizdarm oder chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen wie Morbus Crohn profitieren.

**Da die Einnahme das Sättigungsgefühl fördert, können Flohsamen das Abnehmen unterstützen.**

Sehr interessant fand ich den Beitrag von AUF1 im österreichischen Fernsehen

### Die Überschrift lautet: Effektive Mikroorganismen: Die wohl günstigste Gesundheitsprävention

Der Chirurg und Wissenschaftler Prof. Dr. med. Fred Fändrich hat in seinen Forschungen erkannt, wie bedeutsam das Mikrobiom ist, insbesondere bei Verlauf des Alterungsprozesses.

Je dichter die Schleimhäute des Darms sind, was aber im Alter leider abnimmt, desto weniger Entzündungsprozesse entstehen im Körper und desto weniger belastende Stoffe können durch den undichten Darm in Richtung des Gehirns strömen.



### ProTop Antioxidans mit Effektiven Mikroorganismen aus der Eußenheimer Manufaktur UG

- Topinambur 18 Monate fermentiert mit 80 ausgewählten Bakterienstämmen wie Bifido-, und Milchsäurebakterien (Laktobazillen).
- pro- und präbiotisch
- biozertifiziert
- hohe Wirkung zum Aufbau der Darmflora
- seit über 20 Jahren erfolgreich im Einsatz
- von der Eußenheimer Manufaktur in liebevoller Handarbeit geerntet und hergestellt

### Bifidobakterien und Laktobazillen

Probiotika wie Laktobazillen oder Bifidobakterien gelten als Jungbrunnen schlechthin.

Gesundheit beginnt im Darm. 80 % unseres Immunsystems sitzt im Darm.

Wer gesund werden oder bleiben möchte, sollte sich gut um die 100 Billionen Bakterien im Darm kümmern.

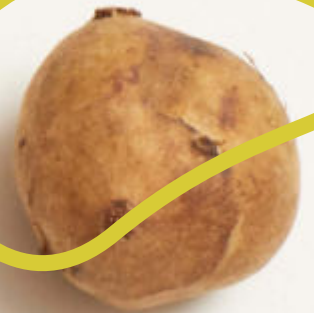
Die Einnahme von ProTop Antioxidans ist denkbar einfach. Bei Neigung zu Durchfall abends, bei Neigung zu Verstopfung morgens 1 bis 2 Teelöffel der Flüssigkeit in ein halbes Glas Wasser geben und schlückchenweise trinken. Ein weißer Belag oder kleine Topinamburstückchen in dem Getränk ist durch die enthaltenden Mikroorganismen normal und beeinträchtigt nicht die Wirkung.

**Um die erwünschten Ausleitungseffekte zu erzielen, sollte man zum ProTop Antioxidans eine Kombination mit Flohsamenschalen und ProTop BioRedoX1 wählen.**

## Topinambur - das unterschätzte Superfood

Topinambur ist die Wunderknolle, die als neuestes Superfood gehandelt wird. Die Knolle macht besonders satt, schlank und hält den Blutzuckerspiegel konstant.

Topinambur gilt, dank des hohen Inulin-Gehaltes, als Präbiotikum, ist gut für die Darmgesundheit und sorgt für ein angenehmes Sättigungsgefühl. Das Knollengewächs ist außerdem ein guter Lieferant von Antioxidantien.



### 1. Sattmacher

In Topinambur stecken viele Ballaststoffe wie zum Beispiel Inulin, die im Magen und Darm aufquellen und lange sättigen. Dadurch bleiben wir länger satt und der Blutzuckerspiegel bleibt konstant. Das macht Topinambur auch bei Diabetikern beliebt.

### 2. Figurwunder

Topinambur besteht zu 80 Prozent aus Wasser und hat auf 100 Gramm gerechnet, gerade mal 73 Kalorien. Wegen seines hohen Anteils an Ballaststoffen können nicht alle Kalorien als Energieträger genutzt werden. Ballaststoffe werden mit samt ihrer Kalorien unverdaut wieder ausgeschieden.

### 3. Nährstoffbombe und perfekt für Veganer

Topinambur liefert viele wichtige Vitamine der B-Gruppe, Vitamin C und D, Nikotinsäure und Biotin. Das Gemüse ist außerdem reich an Spurenelementen, an Kalium (400 -800 mg/100g) und besteht zu rund drei Prozent aus Eiweiß. Das macht die Knolle auch perfekt für alle, die auf eine rein pflanzliche Ernährung setzen.

### 4. Stärkung für Darm und Abwehrkräfte

Wegen der vielen Ballaststoffe, die in Topinambur enthalten sind, wird der Darm in Schwung und die Darmflora gesund gehalten. Eine gesunde Darmflora ist wiederum wichtig für das Immunsystem und unsere Gesundheit.



# Bamberger Kongress

Unsere Nachhaltige Zukunft

I. Bamberger Kongress  
„Unsere Nachhaltige Zukunft“  
22./23. April 2023  
- Natur, Mensch und Umwelt -

Vorläufiges Programm (*Themen und Referenten können sich noch ändern*)

## 1. Tag Mensch, Gesundheit, Natur und Umwelt

**Hans-Josef Fell** – ehemaliger Bundestagsabgeordneter, Energiespezialist „Erneuerbare Energie, Klimaschutz und Gesundheit“

**Prof. Ernst Zürcher** – Professor für Holzwissenschaften, u.a. Lehrbeauftragter ETH Zürich “Wald & Holz – unsere Verbündeten bei der ökologischen und gesundheitlich-energetischen Wende“

**Karl-Heinz Weinisch** – Sachverständiger Gebäude- & Produktprüfung, Vizepräsident DGUHT „Nachhaltiges und Gesundes Bauen – wichtig für unsere Gesundheit“

**Birgit Gnadl** – Ausbilderin für Landwirte, Praxis für ganzheitliche Nutztiergesundheit „Positive Erfahrungen mit integrativer Tiermedizin am Beispiel der Landwirte im Chiemgau und Rupertigau“

**Jürgen Amthor:** Biologe, Experte für Effektive Mikroorganismen „Gesundheit fängt im Boden an – wie man mit probiotischen Acker- und Gartenböden Menschen gesund ernähren kann“

**Prof. Klaus Buchner** – Physiker, ehemaliges Mitglied des Europaparlaments „Gesundheitliche Gefährdung durch gepulste EM-Strahlung & Lösungsmöglichkeiten“

**AO Prof.(UMFT) Dr.med Jorgos Kavouras** Spezialist für Integrative Medizin „Wir sind Teil der Natur und unsere Gesundheit ist mit der Natur eng verbunden“

## 2. Tag Sonntag, 23. April 2023 Gesundheit, Natur und Umwelt

**Prof. Klaus Buchner** – Physiker, ehemaliges Mitglied des Europaparlaments „Elektromagnetische Strahlung als Herausforderung- wie können wir besser damit umgehen“

**Birgit Gnadl** – Ausbilderin für Landwirte, Praxis für ganzheitliche Nutztiergesundheit „Besondere Bedeutung des Grünlandes und nachhaltiger Nutztierhaltung in Zeiten des Klimawandels“

**Karl-Heinz Weinisch** – Sachverständiger für Gebäude- & Produktprüfung, Vizepräsident DGUHT „Gesundes Bauen am Beispiel von Kitas, Schulen und der Seniorenwohnanlage Waldmünchen“

**Jürgen Amthor:** Biologe, Experte für Effektive Mikroorganismen „Regenerative Landwirtschaft für die Ernährung der Weltbevölkerung, gleichzeitige CO<sup>2</sup> Speicherung durch den Boden“

**Prof. Ernst Zürcher** – Professor für Holzwissenschaften, u.a. Lehrbeauftragter ETH Zürich „Gesünder durch Bäume und deren Geheimnisse“

**Hans-Josef Fell** – ehemaliger Bundestagsabgeordneter, Energiespezialist “Was der Einzelne für den Klimaschutz tun kann –mit Freude für unsere Natur“

**AO Prof.(UMFT) Dr.med Jorgos Kavouras** Spezialist für Integrative Medizin

„Wie stille Entzündungen (=silent inflammation) beim Menschen und das stille Leiden der Natur zusammenhängen und was wir tun können um beides zu reduzieren“

Nachdem wir seit 3 Jahren sehr erfolgreich den Bamberger Kongress für Integrative Medizin organisieren, kam uns der Gedanke, nicht nur einen Kongress für unsere Gesundheit, sondern auch für das Wohl unserer Welt zu organisieren. Unsere eigene Gesundheit hängt ja in hohem Maße auch von der Gesundheit unseres Planeten ab und wir wollen dazu beitragen, dass dieser auch noch für unsere Kinder und Enkelkinder und künftige Generationen lebenswert bleibt.

Der Gedanke ist, Projekte und Ideen für unsere Welt vorzustellen, die nachhaltig, zukunftsweisend, realisier- und finanzierbar sind. Es ist nicht die Größe des Projektes ausschlaggebend, sondern neben den erwähnten Attributen der gewisse „Spirit“, die Überzeugungskraft, das „In-sich Schlüssige, Logische und Glaubwürdige“.

Vorzugsweise möchten wir Projekte zeigen, die schon laufen oder gar abgeschlossen sind und erfolgreich waren bzw. sich bewährt haben. Ideen, die zum Wohl unseres Planeten beitragen und konkrete Projekte nach sich ziehen können.

Der Kongress wird gemeinsam von zwei gemeinnützigen Organisationen organisiert.

### **EM Bakterienfreunde e.V.**

#### **Förderverein Forschungsstiftung Integrative Medizin**

Die Menschen, die diese Projekte vorstellen, haben zudem sowohl „Herz“ als auch „Verstand“ beides Attribute, die absolut notwendig sind. Sie können Menschen begeistern, so dass wir alle wacher werden und wissen, was jeder von uns tun kann.

Der Kongress ist gemeinnützig und es gibt bei uns traditionell eine sehr schöne Atmosphäre und hervorragenden Wissensaustausch, wie es die Menschen bereits von unserem *Bamberger Kongress für Integrative Medizin (jährlich stattfindend, der nächste und IV. findet am 23./24. September 2023 zum Thema „Silent Inflammation“ statt)* kennen, der bereits drei Mal sehr erfolgreich war und allmählich zur Institution wird.

Eine ähnliche Tradition wollen wir jetzt mit den Bamberger Kongressen für unsere nachhaltige Zukunft im Frühjahr eröffnen und wünschen uns neben den Sprechern, die mit Herzblut bei der Sache sind, auch ebenso begeisterungsfähige Zuhörer.

**Eintrittspreis** (es ist jeweils ein Mittagsbuffet enthalten) sind 50 € je Tag bis zum 15. März, danach 60 €, beide Tage 100 € bis zum 15. März, danach 110 €. Eine verbindliche Anmeldung entsteht durch Überweisung des jeweiligen Betrags, Angabe des Namens, des Tages und der E-Mail-Adresse auf das Konto des

Fördervereins Forschungsstiftung Integrative Medizin  
Sparkasse Bamberg  
IBAN: DE64 7705 0000 0302 7765 62  
BIC: BYLADEM1SKB

Wer das Geld überwiesen hat, kommt automatisch auf eine Liste, die am Eingang zum Kongress ausliegt, was dann den Eintritt ermöglicht. Rückzahlung des Geldes ist nicht möglich, es kann aber auf den nächsten Kongress angerechnet werden.

Da der Kongress auch **Online** stattfindet, beträgt die Online-Gebühr bis zum 31. März jeweils 30€ pro Tag, danach jeweils 40€ pro Tag.

Es ist absolut sinnvoll beide Tage zu buchen, aber auch ein Tag wird sich für dich lohnen.

Eine verbindliche Anmeldung entsteht auch hier durch Überweisung des jeweiligen Betrags, Angabe des Namens, des Tages und der E-Mail-Adresse auf das Konto des

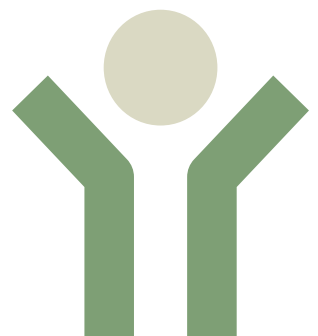
EM Bakterienfreunde Verein  
Raiba Bodensee-Leiblachthal eGen  
IBAN: AT29 3743 1000 0623 4629  
BIC: RVVGAT2B431

Infos über  
Homoeopathie@kavouras.info oder  
09353-996301 (Eußenheimer Manufaktur)

Wir würden es begrüßen, wenn Aussteller von gesundheits- oder innovativen Produkten und Dienstleistungen einen Stand für die beiden Tage buchen würden. Ihr könnt euch gerne bei uns melden, wenn ihr Interesse habt.

Prof. Dr. Jorgos Kavouras und Jürgen Amthor

*Die Einnahmen für den Kongress werden nach Abzug der Kosten den beiden Vereinen für ihre gemeinnützigen Projekte zur Verfügung gestellt*



# CHECK DICH DURCH!

Vital-Check zum Wohle eurer Gesundheit

In Zusammenarbeit mit Harald Stumpf, Vorsitzender vom Verein Naturkraft Gesundheit und ganzheitlicher Gesundheitsberater in der Eußenheimer Manufaktur, wurde der Vital-Check entwickelt. Viele Menschen, die nicht in die Eußenheimer Manufaktur kommen können, da sie zu weit weg wohnen oder so krank sind, dass eine Reise ins schöne Unterfranken nicht möglich ist, haben mit dem Vitalcheck die Möglichkeit ihren Gesundheitsstatus zu überprüfen.

Ganzheitliche Gesundheit hängt von 4 Faktoren ab:

**Verdauung** (Magen, Dünndarm, Dickdarm, Leber, Galle, Niere, Bauchspeicheldrüse)

**Säure-Basen-Haushalt** (denn jede Krankheit kann nur im sauren Milieu entstehen)

**Vitalstoffe** (Vitamine, Spurenelemente, Mineralien, Aminosäuren)

**Belastungen** (Schwermetalle, Elektromog, Medikamentenrückstände, Impfbelastungen und andere Umweltgifte)

**Psyche/Seele** (Stress, Ängste, negative Erfahrungen usw.)

Wenn alle Faktoren in Harmonie sind, werden wir nicht krank oder sogar gesund.

Leider wissen die wenigsten Menschen, in welchen dieser 4 Bereiche Disharmonien oder Mängel bestehen.

Mit unserer 20-jährigen Praxiserfahrung haben wir ein Computerprogramm (Vitalcheck) entwickelt, damit wir dir gezielt helfen können.

Bitte beachte, dass dieser Vitalcheck keine Diagnose ersetzen kann!

## Ablauf:

Nachdem der Vital-Check bei der Eußenheimer Manufaktur UG von dir gebucht wurde, erhältst du einen Fragebogen direkt als Download mit mehr als 45 Fragen zu deinem Vitalzustand.

Fülle diesen Fragebogen aus und sende ihn an:  
**VitalCheck@eussenheimer-manufaktur.de**

Nach der Auswertung durch geschultes Personal erhältst du nach einigen Tagen ein individuelles Konzept, wie du wieder in dein Gleichgewicht kommen kannst.

Die Auswertung stellt nur Richtwerte dar und kann keinen Arzt oder Heilpraktiker ersetzen!

Dein Wegweiser zur  
Ganzheitlichen Gesundheit  
mit *Effektiven Mikroorganismen*



01/08 Fragenkatalog

Name  E-Mail

01 Trinkst Du täglich mind. 1,5 Liter stilles Wasser oder Kräutertee?  ja  nein

02 Hast Du eine Unverträglichkeit gegen Käse, Sauerkraut, Bier, Rotwein, Sekt, Tomaten, Essig, Essiggurken, Ananas, Nüsse, Fermentiertes?  ja  nein

03 Hast Du Lebensmittelunverträglichkeiten, wie z.B. Gluten, Glukose, Laktose- und/oder Fruktoseintoleranz?  ja  nein

04 Wie ernährst Du dich?  Mischkost  vegetarisch  vegan  
Isst Du zwei bis drei mal im Monat Fisch?  ja  nein

05 Hast oder hattest Du in Deiner Wohnung eine Belastung mit Schimmel?  ja  nein

06 Leidest Du oft an...  Müdigkeit oder fühlst Du dich schlapp  
 unerklärlichem Schwitzen, Schweißfüßen oder an Haarausfall?

07 Leidest Du an Übergewicht oder unregelmäßigem Stuhlgang?  ja  nein

08 Hast Du Gelenk- oder Knochenbeschwerden, Rheuma, Gicht oder wurde eine Krebsbehandlung durchgeführt?  ja  nein

Beispiel: 8 von 45 Fragen

# Veranstaltungstermine

vom EM Bakterienfreunde Verein und  
der Eußenheimer Manufaktur

**11.03 - 12.03.2023 März Saatgutmesse Lau-  
denbach. Eußenheimer Manufaktur stellt aus.**

**06.03.**

**Montag, 06. März 2023, 19.00 Uhr**  
in der Eußenheimer Manufaktur  
und online

Vortrag: **Gartenvortrag: Wie bereite  
ich meinen Garten für die kommende  
Saison vor?**

Gesunder Boden, gesunde Pflanzen,  
gesunder Mensch

Referent: **Jürgen Amthor**

**16.03.**

**Donnerstag, 16. März 2023, 19.00 Uhr**  
im Point Center Bad Neustadt  
bei Dr. Streit

Vortrag: **Spezifische Effektive  
Mikroorganismen für einen gesunden,  
giftfreien Garten**

Referent: **Jürgen Amthor**

**16.03. - 26.03**

**„Ernährung und Landwirtschaft –  
gemeinsam den Wandel leben und  
gestalten“**

**Der Onlineerdkongress findet vom  
16.- 26. März zum zweiten Mal** statt,  
diesmal geht es darum, Visionen einer  
lebendigen Erde in einer friedvollen Welt  
zu entwickeln. Angela Küster spricht  
mit Menschen, die den Wandel aktiv ge-  
stalten und zeigen, wie wir ein Leben in  
Einklang mit der Erde eigenverantwort-  
lich, selbstbestimmt und gemeinschaft-  
lich gestalten und uns achtsam und  
bewusst ernähren können.

Am Erdkongress nehmen Experten und  
Praktiker u.a. aus den Agrarwissenschaf-  
ten, der Landwirtschaft, Boden- und Hu-  
musforschung, der Agrarforstwirtschaft  
und der Permakultur, Ernährungsbera-  
tung, Pflanzenkunde, Agrarökologie und  
Gemeinschaftsprojekten teil.

**Ich, Jürgen Amthor, habe mich sehr gefreut,  
dass ich einer dieser Experten sein durfte, den  
Angela Küster interviewt hat.**

Wenn wir uns mit der Natur verbinden und aktiv  
werden, wird die Gestaltung einer lebenswerten  
Welt zur Realität. Auch du kannst deinen Teil dazu  
beitragen. Melde dich an und lerne Menschen  
kennen, die uns Mut machen und zeigen, was  
alles machbar ist.

Ich freue mich, wenn du dich von mir und den an-  
deren engagierten Menschen inspirieren und mo-  
tivieren lässt, deinen Beitrag dazu zu leisten, dass  
der notwendige Wandel in der Ernährung und der  
Landwirtschaft gelingt. Hier kannst du dich zum  
Kongress anmelden: [www.erdkongress.de](http://www.erdkongress.de)

**03.04.**

**Montag, 03. April 2023, 19.00 Uhr**  
in der Eußenheimer Manufaktur  
und online

Vortrag: **NUI NONI Saft- die harmoni-  
sche Kraft der Natur**  
Info Vortrag über die Noni Pflanze

Referent: **Martin Hinterleitner**

**08.05.**

**Montag, 08. Mai 2023, 19.00 Uhr**  
in der Eußenheimer Manufaktur  
und online

Vortrag: **Spezifische Effektive  
Mikroorganismen für einen gesunden,  
giftfreien Garten**

Referent: **Jürgen Amthor**

# AktionsSets

von der Eußenheimer Manufaktur



## DARM-DETOX-SET\*

1x ProTop Antioxidans 500 ml  
1x BioRedox1 Pulver 120g  
1x Flohsamenschalen Pulver 300g

### + GRATIS

1x Flohsamenschalen Pulver 300g

Zum Sonderpreis\* von **74,90 Euro**  
Du sparst 13,00 Euro.

\*gültig 01.03.2023 - 31.05.2023

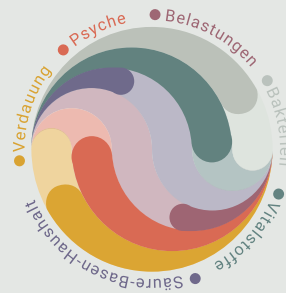
Ostern ist vom 07. April bis einschließlich Freitag, 14. April die Eußenheimer Manufaktur geschlossen.

Pfingsten ist vom Montag 29. Mai bis einschließlich Freitag 02. Juni die Eußenheimer Manufaktur geschlossen.

Am 09. Juni ist Brückentag. (Fronleichnam)  
Hier ist unser Betrieb geschlossen.

### Wie immer alles in Bioqualität

Ab **70,00 Euro** ist jede Bestellung innerhalb Deutschlands bei der Eußenheimer Manufaktur frachtfrei.



Einführungspreis VITAL-CHECK online

**19,90 Euro** statt 24,90 Euro



## BOKASHI-STARTER-SET\*

1x Bokashieimer  
1x Terra Symbiotika 5kg  
1x sEM Garten 5l

Zum Sonderpreis\* von **99,00 Euro**  
Du sparst 35,70 Euro.

### Eußenheimer Manufaktur UG

(haftungsbeschränkt)

An der Tabaksmühle 3

97776 Eußenheim

Tel. 0 93 53 / 99 63 01

Fax 0 93 53 / 99 63 02

kontakt@eussenheimer-manufaktur.de

[www.eussenheimer-manufaktur.de](http://www.eussenheimer-manufaktur.de)

### Bestellannahme

Tel. 0 93 53 / 99 63 01

### Öffnungszeiten im Laden und Büro

Mo bis Fr von 8:30 - 12:00 Uhr

13:00 - 17:30 Uhr

jeden 3. Samstag im Monat von

9:00 - 12:00 Uhr



## Ansetztermine für EM-A nach dem Mondkalender

### März 2023

|    |       |
|----|-------|
| Do | 02.03 |
| Fr | 03.03 |
| Sa | 04.03 |
| Di | 07.03 |
| Mi | 08.03 |
| So | 12.03 |
| Mo | 13.03 |
| Fr | 17.03 |
| Sa | 18.03 |
| Di | 21.03 |
| Mi | 22.03 |
| Sa | 25.03 |
| So | 26.03 |
| Mo | 27.03 |
| Do | 30.03 |
| Fr | 31.03 |

### April 2023

|    |       |
|----|-------|
| Mo | 03.04 |
| Di | 04.04 |
| Mi | 05.04 |
| Sa | 08.04 |
| So | 09.04 |
| Mo | 10.04 |
| Do | 13.04 |
| Fr | 14.04 |
| Di | 18.04 |
| Mi | 19.04 |
| Sa | 22.04 |
| So | 23.04 |
| Mi | 26.04 |
| Do | 27.04 |

### Mai 2023

|    |       |
|----|-------|
| Mo | 01.05 |
| Di | 02.05 |
| Sa | 06.05 |
| So | 07.05 |
| Do | 11.05 |
| Fr | 12.05 |
| Mo | 15.05 |
| Di | 16.05 |
| Fr | 19.05 |
| Sa | 20.05 |
| Di | 23.05 |
| Mi | 24.05 |
| So | 28.05 |
| Mo | 29.05 |



Mitgliedsantrag abschneiden und an uns per Post, Mail oder Fax schicken

Du kannst dich auch direkt online unter [www.em-bakterienfreunde.com](http://www.em-bakterienfreunde.com) anmelden.

## Jetzt Mitglied werden!

Vor- / Zuname

geboren am

PLZ  Wohnort

Straße/Hausnr.

Telefon

E-Mail

Hiermit beantrage ich folgende **Mitgliedschaft** bei dem gemeinnützigen Verein EM Bakterienfreunde:

- förderndes Mitglied**  
Jahresbeitrag 24,- €
- förderndes Mitglied Premium**  
Jahresbeitrag 240,- €
- BakterienPost per Post**
- BakterienPost per E-Mail**

### Bankverbindung:

Raiba Bodensee-Leiblachtal eGen  
 BIC: RVVGAT2B431  
 IBAN: AT29 3743 1000 0623 4629  
 BLZ: 37431  
 KontoNr. 6234629

**PayPal:** paypal@em-bakterienfreunde.com

EM Bakterienfreunde  
 Schaltberg 40  
 3323 Neustadt | Österreich  
 info@em-bakterienfreunde.com  
 www.em-bakterienfreunde.com  
 ZVR-Zahl 1603485645

Postanschrift Deutschland:  
 EM Bakterienfreunde  
 Jürgen Amthor  
 An der Tabaksmühle 3  
 97776 Eußenheim  
 Fax: 09353 996302

### Zahlungsmöglichkeiten:

- Barzahlung** - Sie erhalten eine Quittung über den gezahlten Betrag.
- Überweisung** des Beitrages innerhalb von 8 Tagen auf unten angegebene Bankverbindung.

### Zahlung per Bankeinzug

Die gesonderte Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats ist per Unterschrift zu bestätigen! Möchten Sie Ihre Teilnahme am Bankeinzug widerrufen, können Sie Ihr Einverständnis ganz einfach schriftlich wieder zurücknehmen.

### Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats

(Creditor ID: AT98ZZZ00000071698 | Mandatsnummer ist Ihre Mitgliedsnummer)

Ich bin damit einverstanden, dass mein Beitrag

in Höhe von  €

jährlich von meinem Konto abgebucht wird.

Diese Ermächtigung erlischt durch Widerruf oder Austritt.

IBAN

BIC

Datum/Unterschrift

Empfohlen von:

Datum/Unterschrift

Der Bakterienfreunde Verein und das Team der  
Eußenheimer Manufaktur wünschen euch ein  
frohes Ostern- und Pfingstfest!



**EM BAKTERIEN  
FREUNDE** gemeinnütziger  
Verein

EM Bakterienfreunde  
Schaltberg 40  
3323 Neustadt | Österreich  
info@em-bakterienfreunde.com  
[www.em-bakterienfreunde.com](http://www.em-bakterienfreunde.com)  
ZVR-Zahl 1603485645

Postanschrift Deutschland:  
EM Bakterienfreunde  
Jürgen Amthor  
An der Tabakmühle 3  
97776 Eußenheim  
Fax: 09353 996302

**Bankverbindung und Spendenkonto:**

Raiba Bodensee-Leiblachtal eGen  
BIC: RSVGAT2B431  
IBAN: AT29 3743 1000 0623 4629  
BLZ: 37431  
KontoNr. 6234629

**PayPal:** paypal@em-bakterienfreunde.com

**Datenschutzerklärung**

Es gilt immer die aktuelle Version, die Sie per E-Mail erhalten haben (zumindest beim Eintritt in den Verein).

Die **Rechtsgrundlage** der Verarbeitung der Mitgliederdaten für die Mitgliederverwaltung und den Mitgliederbereich entsteht durch die vorvertragliche und vertragliche Erfüllung, die durch die Mitgliedschaft bei dem gemeinnützigen Verein EM Bakterienfreunde entsteht, gemäß Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO. Die Verarbeitung der Foto-, Audio- und Videodateien beruht auf unserem berechtigtem Interesse zur Öffentlichkeitsarbeit, gemäß Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO, entstehend aus dem Vereinsgesetz 2002 und unseren Statuten. Ihre personenbezogenen Daten werden an unsere IT-Dienstleister übermittelt. Zur Sicherheit Ihrer Daten wurde mit den betroffenen IT-Dienstleistern eine Auftragsvereinbarung im Sinne der DSGVO geschlossen. Sofern nichts Anderes beschrieben, erfolgt keine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte.

**Mitgliederverwaltung**

Wir verarbeiten die personenbezogenen Daten unserer Mitglieder (Vereinszugehörigkeit) und zukünftigen Mitglieder (Antragsteller auf Mitgliedschaft) im gemeinnützigen Verein EM-Bakterienfreunde, damit die in unseren Statuten festgelegten Ziele bestmöglich verwirklicht werden können zu folgenden Zwecken:

Mitgliederverwaltung und -pflege, Vertragsverwaltung, Kontaktaufnahme und Korrespondenz mit Mitgliedern, Verrechnung und Zahlungsverwaltung von Mitgliedsbeiträgen und Projektförderbeiträgen, Vernetzung unter den Mitgliedern, Öffentlichkeitsarbeit des Vereins, Organisation von Veranstaltungen, Foto-, Video- und Audiodateien zur Erfüllung der Öffentlichkeitsarbeit des Vereins.

Wir verarbeiten dazu die auf diesem Antrag angeführten personenbezogenen Daten zuzüglich von: Bank- und Zahlungsdaten, Daten zur Beziehung von Mitgliedern untereinander, Ein- und Austrittsdatum, Teilnahmedaten an Projekten, Korrespondenzdaten und Foto-, Video- und Audiodateien. Eine Weiterverwendung dieser Daten findet projektbezogen bei der freiwilligen Teilnahme an Projekten des Vereins EM-Bakterienfreunde statt. Sehen Sie dazu die Aufklärung bei den Projekten.

Wir speichern diese Daten für 7 Jahre nach Beendigung der Mitgliedschaft.

**Foto-, Audio-, Videodateien**

Auf unseren Veranstaltungen werden regelmäßig Fotos, Audioaufnahmen und Videos gemacht, die wir im Rahmen unserer Öffentlichkeitsarbeit auf der Website des Vereins EM-Bakterienfreunde, fallweise in sozialen Medien und in Printmedien

(auch zu internen Dokumentationszwecken), veröffentlichen werden.

Wenn Sie nicht fotografiert werden wollen oder versehentlich fotografiert worden sind, wenden Sie sich bitte an den Fotografen. Dieser wird das angefertigte Foto sofort löschen. Weitere Infos finden Sie bei den Veranstaltern (meist im Eingangsbereich oder auf der Homepage des Vereins).

Wir speichern diese Foto-, Audio- und Videodateien für 5 Jahre auf der Webseite und sie können bis zu 14 Jahre in reiner Printform existieren.

**Mitgliederbereich**

Zweck des Mitgliederbereichs ist die Erreichung des statutarisch festgelegten Ziels der Vernetzung der Mitglieder untereinander, sowie die erleichterte, sichere Bereitstellung von Informationen des Vereins, seiner Verbände und Dachverbände. Deshalb bieten wir unseren Mitgliedern auf der Vereinswebseite einen vereinsinternen, passwortgeschützten Mitgliederbereich an. Dazu werden folgende personenbezogenen Daten verarbeitet und sind nur für Sie ersichtlich: Logindaten (Passwort), Zahlungsdaten, Projektteilnehmer-Informationen und -Dokumente (z. B.: Verein, Gründer, Club). Folgende personenbezogene Daten werden verarbeitet und sind für alle Mitglieder des Vereins EM-Bakterienfreunde sichtbar: Logindaten (Benutzername), E-Mail, geographische Daten, selbst veröffentlichte Informationen, Organisation von Veranstaltungen des Vereins EM-Bakterienfreunde, sowie dessen Verbänden und Dachverbänden. Sie können selbst veröffentlichte Inhalte jederzeit selbst löschen, veröffentlichen und bearbeiten. Wir löschen sämtliche Daten spätestens 7 Jahre nach Beendigung der Mitgliedschaft und selbst veröffentlichte Inhalte spätestens 1 Jahr nach Austritt.

**Einwilligungserklärung Mitgliederpost (elektronisch):**

Ich möchte die elektronische Mitgliederpost des Vereins EM-Bakterienfreunde mit Informationen über dessen Aktivitäten und Projekten per E-Mail erhalten. Dies beinhaltet ebenfalls eine Erfolgsmessung der Mitgliederpost. Meine Daten werden keinesfalls an Dritte weitergegeben. Meine Einwilligung kann ich jederzeit per E-Mail an [info@em-bakterienfreunde.com](mailto:info@em-bakterienfreunde.com) mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Zudem ist in jeder E-Mail ein Link zur Abbestellung weiterer Informationen enthalten.

**Ich möchte Mitgliederpost erhalten.**

Ich stimme mit meiner Unterschrift dem Datenschutz für die Mitgliedschaft zu.

Datum/Unterschrift