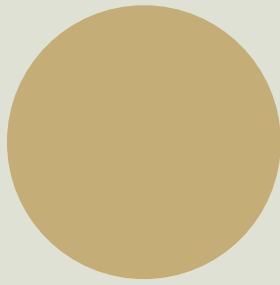


# BAKTERIEN POST

3/2023 vom gemeinnützigen Verein EM Bakterienfreunde



„Wir müssen warten, bis unsere Seele hinterherkommt!“

S. 3 - 5

**Glyphosat macht uns  
und die Welt kaputt**  
Die Folgen durch Glyphosat

S. 6 - 10



Wir sind  
ProBIO  
tisch • —

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

Es war bisher ein Jahr mit so vielen Reisen wie noch nie. Ich hätte nicht gedacht, dass man als Vorsitzender eines Vereins so viel unterwegs sein darf. Ende letzten Jahres Äthiopien, dann zu unserem Projekt nach Tansania, Burundi und wieder Tansania, Eritrea, Almerià und Mallorca. Zwischendurch – noch der Nachhaltigkeitskongress in Bamberg und schon wird aus Spaß Stress. Deshalb werde ich mich in dieser Ausgabe dem Thema Stress und Rolle der Mikroorganismen bei der Stressbewältigung widmen.

Auf meinen Reisen und durch den Vortrag von Dr. Gundula Rhoades aus Australien in der Eußenheimer Manufaktur am 03. Juli, werde ich das Thema Agroindustrie und die Auswirkungen auf unsere Gesundheit als weiteren Schwerpunkt behandeln.



Die Welt schreit nach Lösungen, daher bin ich so viel unterwegs und deshalb wird das Schulungs- und Bildungszentrum auf einer 35 ha großen Permakultur Farm in Tansania errichtet. Über den aktuellen Stand und wie ihr mithelfen könnt, dass die Welt ein Stück weit besser wird, ist ein weiterer Themenschwerpunkt.

Wer schon mal in der Eußenheimer Manufaktur war oder eifriger Leser der BakterienPost ist, weiß das wir ganzheitliche Gesundheit in fünf Bereichen sehen, die alle sehr eng miteinander verbunden sind. Wer gesund bleiben oder wieder werden will, sollte auf folgende Bereiche achten:

1. Vitamine, Mineralien, Spurenelemente, Aminosäuren usw. – also auf die **Ernährung**
2. **Säure- Basen- Haushalt:** Jede Krankheit kann nur im sauren Milieu entstehen.
3. **Verdauung:** 80 % unseres Immunsystems sitzt im Darm
4. **Belastungen,** wie z. B. Schwermetalle, Elektromog, Gifte usw., die unseren Körper vergiften
5. Stress, Ängste, Seelenheil, die alle Auswirkungen auf unsere **Psyche**, aber auch auf unsere Verdauung haben

Nach 25 Jahren ohne ärztliche „Hilfe“ und Medikamente und trotz ausgewogener Ernährung, Entsäuerung und Ausleitung von Giftstoffen, hat es mich dann nach den vielen Reisen und Terminen auch mal erwischt. Über vier Wochen hatte mich die Gürtelrose fest umschlungen. So fest, dass die Schmerzen fast nicht auszuhalten waren. Dies war ein Weckruf, mich um meine Seele zu kümmern und heute darüber zu schreiben.

Zu Guter letzt gibt es wieder wertvolle Tipps, wie wir unseren Garten für den Winter vorbereiten.

Viel Spaß beim Lesen

Jürgen Amthor

A person is shown in silhouette, hiking on a mountain ridge. The background features a dramatic sunset with a bright sun low on the horizon, casting a golden glow over a range of snow-capped mountains. The sky is filled with soft, wispy clouds. A thick, golden, wavy line curves across the right side of the image, partially overlapping the text area.

## Wir müssen warten, bis unsere Seele hinterherkommt!

**In Nepal machen die Sherpas oft Rast, nicht weil sie müde sind, sondern weil sie sagen: „Wir müssen warten, bis unsere Seele hinterherkommt!“**

Ich finde das sehr weise. Oft sind wir so schnell unterwegs, dass unsere Seele im wahrsten Sinne des Wortes „auf der Strecke bleibt“. So wird man dann unfreiwillig durch eine Krankheit gezwungen, einen Halt einzulegen und sich um seine Seele zu kümmern. Man könnte ja vorher schon mal langsamer machen, dann wären Körper, Geist und Seele im Einklang. Aber das Rad dreht sich schnell und da steckt man dann tief fest bis einem der Körper sagt: Stopp! So geht es nicht weiter. Viele Menschen bekommen dann wie ich eine Gürtelrose oder einen Herzinfarkt, Schlaganfall, Burnout, Depressionen, Psychosen und vieles mehr.

In Tansania sagt man zu uns Europäern: „Polle Polle“, was so viel bedeutet wie: „macht mal langsam, langsam.“ Da können wir noch viel von den Afrikanern lernen, was Geduld, Gelassenheit, Umgang mit Mitmenschen, Frieden, Freundlichkeit und Wertschätzung angeht.

Stress ist wie ein Gewürz – die richtige Menge bereichert den Geschmack eines Gerichts, zu wenig lässt das Essen fade schmecken, zu viel schnürt einem den Hals zu.

Was können wir tun, dass es uns nicht den Hals zu schnürt? Wie kann man Stress erkennen und reduzieren? Leider gibt es kein auf alle Menschen zutreffendes Rezept. Wir Menschen sind Gott sei Dank nicht gleich und jeder hat andere Vorlieben. Deshalb sollte jeder für sich die richtige Methode finden, um seinen Stress abzubauen. Ich denke eine Analyse, was einen stresst, ist der erste Schritt. Ist es der Arbeitsplatz, die Beziehung, die Kinder, der Nachbar oder Bekannte, die wirtschaftliche Situation, die Medien, die Politik und vieles mehr? Auch negative Nachrichten, die leider in den letzten Jahren überhand genommen haben, sind nicht zu unterschätzen. Wenn wir uns nur mit negativen Dingen umgeben, werden immer unbewusst Ängste und Stress aufgebaut. Auch äußere Einflüsse wie Elektrosmog, Wasseradern, Erdverwerfungen, Pestizide, Schwermetallbelastungen und Umweltgifte erhöhen das Stresslevel.

Bei zu viel Stress, einhergehend mit Krankheitssymptomen, sollte in unserem Leben eine Veränderung stattfinden. Dies ist schwer, da das Auflösen alter Muster meist weh tut und auch oft unser Umfeld betrifft.



**In dem Buch:** Krankheit als Chance von Dr. med. Rüdiger Dahlke, erfahren wir, wie wir Krankheit als Chance begreifen und den Ein- und Umstieg in ein umfassenderes Denken schaffen können.

Anhand von 50 alltäglichen und häufigen Beschwerden werden die psychosomatischen Zusammenhänge, sowie Wege und viele konkrete Tipps zur Selbsthilfe aufgezeigt. Die Krankheitsbilder-Deutung macht den in der Symbolik verborgenen Sinn körperlicher Symptome bewusst. Die Betroffenen sollen dadurch erkennen, was ihnen wirklich fehlt und dies als ihre Lernaufgabe annehmen. Dieser Weg führt sie letztlich in ein bewussteres und erfüllteres Leben. Unterstützen kann man die seelischen Aufgaben durch ganzheitliche Maßnahmen wie beispielsweise Homöopathie, vegane Ernährung, Fasten, Meditation, Yoga oder Bewegung. Einer der besten Wege, Stress zu reduzieren ist, ins Vertrauen und in die Herzenswärme zu gehen. Das Herz ist unser Energiezentrum, mit dem wir jede Art von Stress bewältigen können.

**Wichtig bei Stress ist auch ein starkes Immunsystem. Dies leidet in der Regel, da man mehr Energie verbraucht, als man bekommt. Deshalb ist es sehr wichtig auf eine ausgewogene Ernährung und auf eine gesunde Darmflora zu achten. 80 % des Immunsystems sitzt im Darm.**

**Mache Seelenfrieden zu deinem höchsten Ziel und organisiere dein Leben danach.**



## **Hirnforscher haben festgestellt: „Wir sind Marionetten unserer Darmbakterien“**

*Die Darmflora hat Einfluss auf sämtliche Aspekte unserer Gesundheit – besonders auch auf unser Gehirn, sagt der Neurologe John Cryan. Er schreibt in seinem Buch: „Sprachlich gibt es diese Verknüpfung längst: Man hat Schmetterlinge im Bauch, ein emotional aufwühlender Vorfall schlägt einem auf den Magen. Welche Verbindung besteht tatsächlich zwischen Darm und Hirn? Gefühlt wissen wir seit langer Zeit, dass es hier einen Zusammenhang gibt. Vor rund zehn Jahren haben wir herausgefunden, dass der Schlüssel die Darmbakterien und deren Zusammensetzung sind. Sie haben Einfluss auf sämtliche Aspekte unserer Gesundheit – nicht nur auf den Magen-Darm-Trakt, sondern etwa auch auf unser Herz-Kreislaufsystem. Als Neurowissenschaftler interessiert mich besonders unser Gehirn. Heute kann ich sagen: Unsere Darmbakterien beeinflussen, wie es uns geht und wie wir uns verhalten. Wir haben das vorerst an Mäusen getestet. Wir ließen sie in einer sterilen Umgebung aufwachsen, sodass sie keine Darmbakterien hatten. Gleich erste Ergebnisse zeigten, dass deren Gehirne sich nicht normal entwickelten. Besonders betroffen waren die Teile des Gehirns, die aktiv sind, wenn man Angst hat. Auch ihr Verhalten war anders als das von Vergleichsmäusen – die keimfreien Tiere hatten ein dauerhaft erhöhtes Stresslevel.*

*Es ist erwiesen, dass Menschen mit traumatischen Erlebnissen in der Kindheit mit größerer Wahrscheinlichkeit in ihrem weiteren Leben psychisch erkranken. Wir haben herausgefunden, dass bei diesen Menschen auch die Zusammensetzung der Darmbakterien anders ist, als bei Menschen ohne solche Erfahrungen. Man kann also im Darm ablesen, ob man in seinem frühen Leben psychischem Stress ausgesetzt war. Bei Mäusen funktioniert das auch nachweislich umgekehrt: Nimmt man ihnen die Bakterien, leiden sie an Dauerstress. Hier kommt die Ernährung ins Spiel. Wir haben Tieren gewisse Lactobakterien gefüttert und sie haben auf Stress weniger intensiv reagiert – sie verhielten sich, als wären sie auf Valium. Auch im Gehirn war die Veränderung nachweisbar. Eine Forschergruppe in Kalifornien hat kürzlich ein vergleichbares Experiment mit Menschen durchgeführt. Man hat Frauen ein fermentiertes Getränk mit bestimmten Probiotika und Lactobakterien verabreicht. Sie konnten in*

*den gleichen Bereichen eine veränderte Gehirnaktivität feststellen.*

*Es gibt einen Nerv, den Vagus, er sendet Signale vom Gehirn in alle Regionen des Körpers. Wir konnten mit Tierversuchen zeigen: Schneidet man den durch, reagieren die Mäuse nicht mehr auf die Darmbakterien, die wir ihnen zuführen. Er spielt also eine zentrale Rolle.*

*Bis in die Achtzigerjahre wurde in Dänemark Menschen mit Magengeschwüren der Vagusnerv durchtrennt. Ein großer Teil der Bevölkerung dort lebt also ohne diesen Darm-Hirn-Vermittler. Eine Studie zeigt, dass diese Menschen um fünfzig Prozent seltener Parkinson bekommen. Das sagt uns: Es gibt wohl auch Signale, die vom Darm ins Gehirn geleitet werden, die schlecht für uns sein können.*

*Bakterien waren da, lange bevor das menschliche Gehirn zu dem wurde, was es heute ist. Sie hatten einen wesentlichen Einfluss auf unsere Gehirnentwicklung und auch darauf, dass wir soziale Wesen wurden. Denn davon profitieren die Bakterien: In Sozialgefügen können sie sich wesentlich einfacher vermehren. Im Grunde sind wir die Marionetten unserer Darmbakterien. Studien aus Afrika zeigen: Das westliche Leben hat unser Repertoire an Darmbakterien verringert. Ein wesentlicher Faktor sind also Fertiggerichte. Auch Süßstoffe ruinieren nachweislich den Darm. Man sollte so vielseitig und ausgewogen essen wie möglich. Gemüse und Obst aus lebendigen Böden mit Mikroorganismen sind gut, am wichtigsten ist es aber, frisch zu kochen. Ein britischer Forscher ließ seinen Sohn zehn Tage lang bei McDonalds essen. Das Ergebnis war, dass die Vielfalt der Darmbakterien deutlich abnahm. Fast Food sollte man also auch deshalb meiden, um der Psyche nicht zu schaden. Auch Antibiotika, die ja die Darmflora angreifen, könnten psychische Krankheiten hervorrufen.“*

*John Cryan ist Professor für Neurowissenschaften am University College Cork in Irland.*

**Fazit: Unsere Ernährung, unsere Darmbakterien und unsere Umwelt haben großen Einfluss auf unsere Psyche. Geht achtsam mit euch und anderen um und ihr werdet ein glückliches Leben führen.**

# Glyphosat macht uns und die Welt kaputt

Wieder aktuell ist die Bewertung und damit Verlängerung von Glyphosat bei der EU-Behörde. Dies steht aktuell gerade an.

Die EU-Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat in ihrer wissenschaftlichen Begutachtung zur Risikobewertung von Glyphosat keine kritischen Problembereiche identifiziert. Bei den Risiken für Mensch und Tier oder die Umwelt gebe es keinen Anlass zur Sorge. Diese abschließende Schlussfolgerung legt die Basis für eine mögliche Wiedergulassung von Glyphosat in der EU.

Glyphosat ist eines der bekanntesten und meistverkauften Herbizide weltweit. Tonnenweise wird der Wirkstoff unter Handelsnamen wie „Roundup“ oder „Touchdown“ verkauft, obwohl es der Natur erheblichen Schaden zufügt.

Etwa 5000 Tonnen des Wirkstoffs werden pro Jahr allein in Deutschland verkauft. Auch an Gleisanlagen und in Haus- oder Kleingärten kommt der umstrittene Unkrautvernichter vielfach zum Einsatz. So dürfen von den etwa 84 Pflanzenschutzmitteln, die den Wirkstoff Glyphosat enthalten, 42 auch im Haus- und Kleingarten angewendet werden. Die im Kleingarten verwendete Menge ist jedoch nur ein Bruchteil der Gesamtmenge.

Weltweit werden jährlich etwa eine Million Tonnen Glyphosat eingesetzt. Allein in den USA hat sich zwischen 2002 und 2012 die Einsatzmenge nahezu verdreifacht. Vor allem in Kombination mit gentechnisch veränderten

(GV) Nutzpflanzen, die resistent gegen den Wirkstoff Glyphosat sind, wird das Mittel in Lateinamerika und Nordamerika in großen Mengen eingesetzt.

385 Millionen Menschen erkranken jährlich an Pestizidvergiftungen. Ein internationaler Verhaltenskodex der Weltgesundheitsorganisation soll den weltweiten Umgang mit Pestiziden verbessern und Vergiftungen vermeiden. Doch weil gesetzliche Regelungen fehlen, passiert wenig.

**Schwere gesundheitliche Folgen durch Glyphosat**



Viele der Betroffenen leiden an langanhaltenden Folgen. Pestizide verursachen nämlich nicht nur akute Vergiftungen, sondern können auch chronische Krankheiten auslösen. Wissenschaftliche Studien belegen einen Zusammenhang zwischen Pestiziden und Parkinson, sowie Leukämie im Kindesalter. Außerdem werden Pestizide mit einem erhöhten Risiko für Leber- und Brustkrebs, Typ-II-Diabetes, Asthma, Allergien, Adipositas und Störungen der Hormondrüsen in Verbindung gebracht. Auch Fehlbildungen, Frühgeburten und Wachstumsstörungen lassen sich auf den Kontakt mit Pestiziden zurückführen. In den letzten Jahren wurde die wohl bekannteste Pestiziddebatte um den Wirkstoff Glyphosat geführt. Zahlreiche Menschen, die mit dem Herbizid in Kontakt gekommen und an Krebs erkrankt sind, haben den Pestizidhersteller Bayer auf Schadensersatz verklagt: Rund 30.000 dieser Klagen sind noch offen, während der Konzern in den letzten Jahren bereits Vergleiche mit rund 96.000 Klägern erreichte – und verschiedene Gerichtsprozesse verlor. Die Kosten für die Vergleiche werden bislang auf 11,6 Milliarden Euro geschätzt. Im März 2015 stuft die Internationale Agentur für Krebsforschung (IARC) – eine Unterorganisation der Weltgesundheitsorganisation (WHO) – Glyphosat als „wahrscheinlich krebserregend“ ein. Eine wissenschaftliche Metastudie der Universität Washington aus dem Jahr 2019 ermittelte für Menschen, die dem Pestizid ausgesetzt sind, einen deutlichen Anstieg des relativen Risikos um 41 Prozent, am Non-Hodgkin-Lymphom zu erkranken.

Weil Pestizide nur schwer zu kontrollieren sind und sie leicht Gegenstände und Lebensmittel kontaminieren, sind auch Menschen außerhalb des Agrarsektors gefährdet. Wegen unzureichender oder nicht eingehaltener Sicherheitsvorkehrungen können schnell auch Unfälle passieren. Zwei Beispiele: Weil ihr Mittagessen mit einem Speiseöl zubereitet wurde, das durch das Pestizid Monocrotophos verunreinigt war, starben 2013 im indischen Bihar 23 Schulkinder. Im gleichen Jahr erlitten im brasilianischen Rio Verde über 90 Kinder und Erwachsene eine Vergiftung, weil der Pilot eines Agrarflugzeugs versehentlich den falschen Knopf drückte – und über einer Schule, die in der Nähe von Mais- und Sojafeldern liegt, ein Insektizid versprühte.

**Foto:**

Dr. Gundula Rhoades auf einer Farm in Australien. In Spanien habe ich es auch gesehen. Wer möchte Obst und Gemüse dieser Pflanzen noch essen?



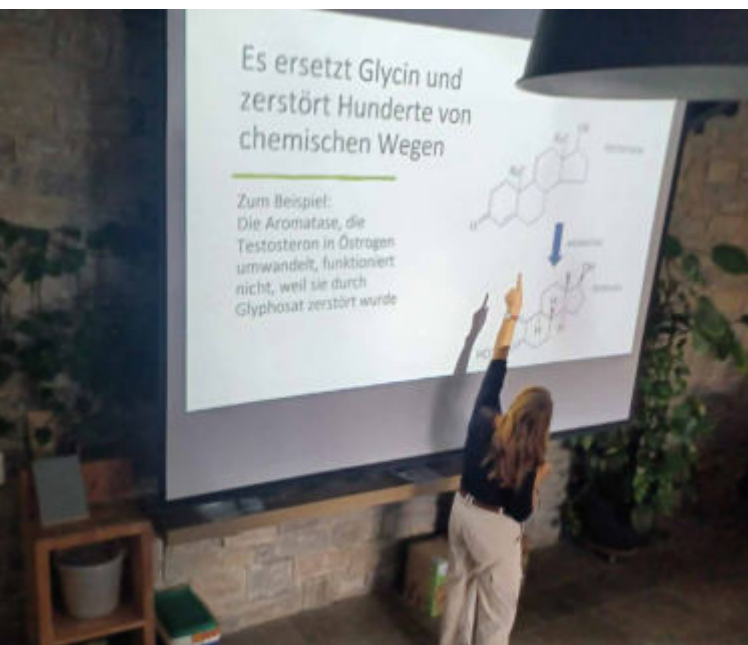
## Schwere gesundheitliche Folgen durch Glyphosat

Zu diesem Ergebnis kommt auch Frau Dr. Gundula Rhoades, die am 03. Juli 2023 live in der Eußenheimer Manufaktur bzw. Online einen Vortrag zu diesem Thema und die Rolle der Mikroorganismen gehalten hat. Es ist ein Skandal (wie so vieles in unserer Politik), dass dieses Mittel immer noch auf dem Markt ist und weiterhin zugelassen sein soll.

Dr. Gundula Rhoades hat durch ihre eigene Farm und ihre Tätigkeit als Tierärztin in Australien viel Leid gesehen, das durch die flächendeckende Ausbringung von Glyphosat verursacht wurde. Sie sagt: „Vielleicht ist es keine so gute Idee, jeden Zentimeter Erde mit einem Antibiotikum zu übergießen?“

**Glyphosat ist das häufigste eingesetzte Herbizid.**

Es ist ein Antibiotikum und tötet daher Bakterien, Archaeen, Nematoden, Regenwürmer und Pilze ab. Nicht nur im Boden, auch im Darm.







## Die Folgen des abgetöteten Mikrobioms im Boden sind:

In den Pflanzen sind keine Nährstoffe mehr, die von Bakterien produziert werden, daher essen wir nährstoffarme Pflanzen und Nahrung. Es erfolgt keine Nährstoffzufuhr durch Pilze im Boden und dadurch verringern sich die Erträge. Es werden von den Bakterien keine Mineralien mehr zur Verfügung gestellt, da sie eingeschlossen/chelatisiert sind. Sie fehlen dann in unserer Nahrung.

Wir brauchen Mikroorganismen und Pilze in unseren Böden, weil sie organische Stoffe verdauen und dadurch Humus formen. Nur Bakterien im Boden können B-Vitamine herstellen und Mineralien verfügbar machen. Ebenso verhält es sich mit den acht essentiellen Aminosäuren, den Bausteinen des Lebens. Ohne sie ist kein Leben möglich. Vitamin K, Karotin, Polyphenole/Alkaloide und 27000 weitere Komponente werden durch den Einsatz von Herbiziden zerstört bzw. gar nicht erst produziert. Wir verhungern an vollen Töpfen!

## Moderne Böden sind tot

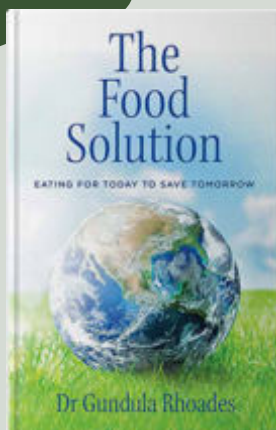
### Warum:

Gründe hierfür sind N-P-K, (Kunstdünger), Harnstoffe, Superphosphat, Agrarchemikalien (Herbizide), Pflügen, Fungizide. Die fehlende Bodenbedeckung, sowie eine stattfindende Überhitzung, töten die Bodenbakterien und reduzieren die Haarwurzelbildung. Dadurch werden unsere Pflanzen krank und wir auch.

**Den Vortrag** könnt ihr unter folgendem Link anschauen: [https://www.youtube.com/live/128SL\\_pYWFw?feature=share](https://www.youtube.com/live/128SL_pYWFw?feature=share)

Oder auf der Seite der Eussenheimer Manufaktur unter: <https://em-ug.de/termine-veranstaltungen/>

**Das Buch von Dr. Gundula Rhoades ist in der Eussenheimer Manufaktur auf Deutsch erhältlich.**



So wie wir auf und in unseren Böden mit Antibiotika die Bakterien zerstören, so zerstören die Ackergifte auch unsere Darmflora, erklärte Dr. Rhoades. Unser Darmmikrobiom erliegt Glyphosat & Co.

**100 % der Menschen, die sich modern (konventionell) ernähren, leiden unter Nährstoffmangel.**

75 % aller Amerikaner und 40 % der Kinder in den USA leiden an einer chronischen Krankheit, in Australien ist 1 Kind von 10 inzwischen Autist. Das ist alles auf mangelnde oder falsche Darmbakterien, sowie fehlenden Vitalstoffen in der Ernährung zurückzuführen. In Europa wird es nicht viel besser aussehen!



## Was können wir tun?

**Wir und viele Experten, wie Frau Dr. Gundula Rhoades, sehen in der Regenerativen Landwirtschaft und Gartenbau die Lösung.**

**Ein gesunder, lebendiger Boden braucht keine Chemie. Mit ausreichend Mikroorganismen in Form von EM und EM KompostTee, Bodenbedeckung, Verzicht auf den Pflug, pflanzen von Hecken und Bäumen auf den Feldern, Gärten und viel Gutem mehr, machen wir unsere Pflanzen resistent gegen Pflanzenkrankheiten und Insekten. Dadurch erhalten wir wieder nährstoffreiche, gesunde Pflanzen, welche Mensch und Tier ernähren und gesund halten – und dies über mehrere Generationen hinweg.**

**Um das zu zeigen, ist ein Schulungszentrum für Regenerative Landwirtschaft, Permakultur und Zentrum für Effektive Mikroorganismen in Tansania gegründet worden.**

# AUSBILDUNG

## zum/r zertifizierten sEM Berater/in

Komm mit uns nach Tansania und lerne alles über Effektive Mikroorganismen in Theorie und Praxis.

Für Interessierte, Engagierte, Umweltschützer, Selbstversorger, Gärtner, Landwirte und solche, die es werden wollen.

Erlebe mit uns  
**14 unvergessliche Tage**  
voller wertvoller Informationen und praktischen Übungen aus allen Anwendungsbereichen der Effektiven Mikroorganismen.



Dabei geben wir unser Wissen und unsere Erfahrungen an euch weiter und setzen es auch gleich auf unserer **35 ha großen Permakultur-Farm in Tansania** in die Tat um.

Wir freuen uns darauf, mit euch gemeinsam zu lernen, zu arbeiten und zu genießen. Wir möchten mit euch eine intensive Zeit verbringen, die euer Leben und das nachfolgender Generationen verändert wird.

Tauche mit uns in eine neue Welt ein und entdecke die Geheimnisse der Fermentation und die Freude an der Herstellung von probiotischen Produkten.

Für eure Unterkunft, ein spannendes Freizeitprogramm und eine gesunde Verpflegung wird gesorgt.

### Das Seminar gliedert sich in fünf Hauptbereiche:



01.

Gesundheit & Ernährung



02.

Landwirtschaft & Garten



03.

Haushalt & Kosmetik



04.

Tiere



05.

Umwelt

Auf einer 35 ha großen Farm möchten wir Interessierten aus aller Welt zeigen, wie es auch ohne Kunstdünger und Chemie gehen kann. Von Tansania und natürlich Eußenheim aus, soll es in die Welt getragen werden. Wer eifriger Leser meiner BakterienPost ist, weiß, dass viele afrikanische Länder wie Eritrea, Burundi, Äthiopien, Tansania aber auch Landwirte in Europa und Australien auf Chemie verzichten möchten. In den Mikroorganismen sehen sie ihre Chance, Menschen gesund zu ernähren und dies über mehrere Generationen hinweg.

**Unser Projekt ist offen für alle Menschen, die auf dieser Welt etwas zum Guten hin bewegen möchten und das Wissen an andere weitergeben wollen.**

2024 sind die ersten Gästehäuser fertig. Das Schulungszentrum ist gerade im Bau und die Gärten sowie landwirtschaftlichen Flächen sind angelegt und im Wachstum. Als Farmleiter konnten wir den Garteningenieur Josef Gunsel gewinnen, der Tansaniaerfahrung hat und mit Volker Weigand, Gärtnermeister aus Heßdorf in Unterfranken und mir, die Kurse leitet. Wer mich kennt, weiß, dass mir die ganzheitliche Gesundheit mit Mikroorganismen sehr am Herzen liegt. Deshalb werden Kurse angeboten zu den Themen Darmgesundheit, Säure-Basen-Haushalt, Belastungen, Vitalstoffe, Fermentation, gesunde Ernährung, Wasser, Umwelt usw. Alles zusammen umfasst die Ausbildung zum zertifizierten EM-Berater/in in einem 10-Tageskurs auf unserer 35 ha großen Permakultur Farm mit Blick auf das Meer. Wer Interesse hat, darf sich gerne bei mir melden.

Josef  
Farm Manager ORGANICA



Jürgen  
Mitgründer ORGANICA



Volker  
Gärtnermeister & Betriebswirt



**Der 10- Tageskurs mit 14 Übernachtungen, Frühstück und Abendessen kostet 1.690,- €** Ihr werdet vom Flughafen Mtwara abgeholt und wieder hingebacht.

Weiterhin ist es möglich, auf der Farm zu hospitieren. Das heißt, man bleibt für ein bis drei Monate oder länger bei uns in Tansania und lernt viel über Permakultur, Regenerative Landwirtschaft, Bokashi, EM und vieles mehr in der Praxis. Es ist auch möglich, bei den geplanten Baumaßnahmen zu helfen. Auch dafür gibt es ein Programm, welches über den Verein erhältlich ist.

**Der 4-wöchige Aufenthalt hierfür kostet 999,- € inkl. Übernachtung, Frühstück und Abendessen. Die Verlängerungswoche kostet jeweils 199,- €.** Auch hier wird man am Flughafen abgeholt und wieder hingebacht. Reisekosten sind nicht im Preis enthalten.

Die Einnahmen werden abzüglich unserer Kosten verwendet, um Menschen in Afrika die Möglichkeit einer kostenlosen oder verbilligten Schulung auf unserem Campus zu ermöglichen.

# KOMMT IN UNSEREN VEREIN

**Ohne eure Hilfe sind die Aufgaben nicht zu stemmen!**

**Mit eurer Fördermitgliedschaft von 24 Euro im Jahr erhaltet ihr:**

- 4 x im Jahr die BakterienPost per Post
- Online unbegrenzten Zugriff auf alle Vorträge
- Ihr unterstützt gemeinnützige Projekte weltweit
- Ihr tragt zur Unterstützung von Forschung aus dem Bereich Mikrobiologie, Gesundheit, Garten, Landwirtschaft und Umwelt bei

**Für 240 Euro im Jahr erhaltet ihr eine fördernde Mitgliedschaft Premium mit zusätzlichen Vorteilen wie:**

- Zugang zu kostenlosen Webinaren und Schulungen
- Therapeuten erhalten Therapieanleitungen und Analysefragebogen
- Ihr bekommt alle PowerPoint Präsentationen zum Nachlesen, Weitergeben oder für Vorträge
- Firmennennung auf Wunsch der Unterstützer und Sponsoren auf der Website des Vereins

Den Mitgliedsantrag findest du auf der letzten Seite der BakterienPost.



# Gesunder Körper – gesunder Geist. Und umgekehrt.

Für den Aufbau des Immunsystems, Aufbau der Darmflora und Ausleitung von Pestiziden empfehle ich folgendes:

1. **Vitamin C** am besten über bio Obst- /und Gemüse oder in liposomaler Form
2. **Achtet auf euren D3 Spiegel.** Am besten über die Sonne, indem ihr euch oft und wenn möglich in der Mittagszeit im Freien aufhaltet. Ansonsten D3 und K2 einnehmen.
3. **Entsäuern!** Am besten über die Nahrung, die basisch ist und vermeidet Stress soweit es geht. Ansonsten ProTop Basenkur und/oder ProTop Base einnehmen.
4. **Artemisia annua** (einjähriger Beifuß) Neu: erhältlich bei der Eussenheimer Manufaktur UG. Mund- und Hautspray mit Artemisia Annua fermentiert.
5. **Den Darm unterstützen!** Der Darm ist das Zentrum unserer Gesundheit. 80 % unseres Immunsystems sitzt im Darm.

Über den Darm und die Mikroorganismen im Darm habe ich schon viel geschrieben und Vorträge gehalten. 1,5 kg Darmbakterien spielen für unser Immunsystem und unsere Psyche eine sehr große, wenn nicht die wichtigste Rolle. Dies beweisen unzählige Studien zu dem Thema Darmgesundheit.

## Deshalb kann ich nur empfehlen auf einen gesunden Darm zu achten.

Dafür hat die EuBenheimer Manufaktur als Spezialist für „Därme“ einige **wunderbare Fermentprodukte** entwickelt.

**Meine Lieblingsprodukte sind ProTop Antioxidans und die Darmkur. ProTop Antioxidans** stärkt das Immunsystem und baut unsere Darmflora auf. Die **ProTop Darmkur** reinigt vor allem die Dünndarmzotten und fördert damit die Aufnahme von Vitaminen, Mineralien, Aminosäuren usw. Zusätzlich werden Leber, Galle und Haut entlastet.

Man sieht, dass die Natur uns genug Mittel zur Verfügung stellt, um unser Immunsystem hoch zu halten. Es gibt nicht umsonst den Spruch: „Gegen jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen!“ Wir sehen in der Prävention die besten Möglichkeiten, unsere Gesundheit zu fördern und zu halten. Dann kann uns auch ein Virus nichts anhaben.

Die Psyche spielt für unser Immunsystem und bei der Infektabwehr eine große Rolle, deshalb - Raus aus der Angst - lasst euch nicht durch Horrormeldungen verunsichern. Hört auf euren Bauch und glaubt nicht alles, was euch aufgetischt wird.

Verantwortlich ist man nicht nur für das, was man tut, sondern auch für das, was man nicht tut.

Macht etwas für eure Gesundheit, für die Böden, die Tiere, das Klima und rettet mit uns die Menschheit. Den Planeten müssen wir nicht retten, der heilt sich von selbst, wenn wir nicht mehr da sind. Es geht um uns und es gibt genug Lösungen.

Wir müssen es nur angehen.



ProTop Antioxidans und ProTop DarmKur  
von der EuBenheimer Manufaktur

# So stellst Du im Herbst die Weichen für gesundes Wachstum im Frühjahr.

**Bitte keinesfalls den Boden mit dem Spaten umgraben**, sondern nur leicht aufhacken, da sonst die Bodenbakterien und Kleinstlebewesen stark gestört und dezimiert werden. Die Frostgare, wie sie im Volksmund heißt, haben wir schon lange nicht mehr. Lasse die Regenwürmer deinen Boden lockern. Auch das Argument hoher Unkrautdruck beim Nicht-Umgraben ist widerlegt, da sich Samen teilweise 10 Jahre im Boden halten und dann zum Vorschein kommen, wenn die Verhältnisse es erfordern.

Die Ackerwinde zeigt uns z. B., dass unser Boden verdichtet ist; die Brennessel, dass wir Stickstoff im Boden haben.

Im Spätherbst empfehle ich nochmals eine Gabe selbstgemachtes **Bokashi** eingraben oder **Bokashi+400 Pellets** auf die Böden auszustreuen und mit **sEM Garten und/oder sEM Kompost - Tee** zu begießen. Anschließend mit organischem Material wie Laub, an angereiftem Kompost oder gehäckselte Beikräuter, mulchen.

*Durch den Einsatz der Mikroorganismen entstehen keine Fäulnisprozesse im Boden und das Mulchmaterial wird gut von den Regenwürmern angenommen.*

Anstelle von Mulchmaterial kann man auch Herbstsaaten wie Feldsalat, Spinat, Wintersalat, Kresse, Roggen, Inkarnat-Klee, Alexandriner-Klee usw. aussäen.

Es gilt, der Boden muss immer gut bedeckt sein und Nahrung für die Kleinstlebewesen bieten. Auch hier vor dem Säen nochmals **Bokashi+400 Pellets** austreuen oder eigenen **Bokashi mit Terra Symbotika schwarz** verwenden und den Boden gut mit **spezifischen Effektiven Mikroorganismen** gießen.

*Nur in einem gesunden Boden können gesunde Pflanzen gedeihen.*

**Bäume** behandelt man mit einem breiartigen Anstrich, der aus Urgesteinsmehl und **sEM Keramikpulver** im Verhältnis 10:1 gemischt und mit **sEM Garten** angerührt wird. Dies ersetzt das Kalken der Bäume und sorgt über den Winter für guten Schutz.

Die Baumscheiben um die Bäume bekommen nochmals **Bokashi+400 Pellets** oder selbst gemachtes **Bokashi** (dieses muss eingegraben werden!) und wird mit **spezifischen Effektiven Mikroorganismen** gegossen. Danach wird gemulcht. Auch hier sollte man das Mulchmaterial nochmals mit den Mikroorganismen begießen. Bei Neupflanzungen von Sträuchern und Bäumen geben viele Anwender Urgesteinsmehl und EM-Keramikpulver 10:1 in das Pflanzloch. Das Loch mit Erde füllen, Bokashi+400 Pellets um die Pflanze herumstreuen und mit „spezifischen Effektiven Mikroorganismen Garten“ oder selbst hergestelltem EM-A angießen. Danach Mulchen nicht vergessen.

*Im Herbst fällt viel Laub, welches sich sehr gut zum Kompostieren oder für die eigene Bokashi-Produktion eignet.*

**Den Komposthaufen** schichtweise alle 20 cm mit **spezifischen Effektiven Mikroorganismen** im Mischungsverhältnis 200 ml auf 10 l Wasser gießen.

**Um Terra Preta** (Dünger der Zukunft) herzustellen, benötigst du noch **Terra Symbiotika schwarz** von der Eußenheimer Manufaktur. Schichtweise alle 20 cm auf den Kompost streuen und du produzierst die beste Erde der Welt.

**Tipp:** Um die Haltbarkeit von Obst und Gemüse zu verlängern, streuen viele Anwender **EM-Keramikpulver** auf die Pflanzen. Auch beim Einmachen von Marmelade, Gurken usw. einfach eine Messerspitze **EM-Keramikpulver** mit in die Gläser geben!

Zimmerpflanzen und Topfpflanzen düngst du am besten über den Winter mit **sEM Flüssigdünger aus Eußenheim**.



# Veranstaltungstermine

vom EM Bakterienfreunde Verein und  
der Eußenheimer Manufaktur

## 04.09.

**Montag, 04. September 2023, 19.00 Uhr**  
in der Eußenheimer Manufaktur und online

Vortrag: **Garten vorbereiten für  
den Winter**

Referent: **Jürgen Amthor**

**Im Oktober ist kein Vortrag in der  
Eußenheimer Manufaktur**

## 06.11.

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

Vortrag: **„Breathworkmedicine“**  
**Dr. Streit erklärt in seinem Vortrag, was  
man darunter versteht, wie man das acht-  
same und bewusste Atmen lernt, unter  
Anwendung verschiedener Atemtechni-  
ken, um zu heilen, innerlich zu wachsen,  
klarer sehen zu können und um Körper,  
Geist und Seele in Einklang zu bringen.**

Referent: **Dr. dent. Harald Streit**

*Damit wir die Vorträge besser planen können,  
würden wir uns über eine Anmeldung per  
Telefon 09353-996301 oder*

*Mail an [info@eussenheimer-manufaktur.de](mailto:info@eussenheimer-manufaktur.de)  
sehr freuen.*

*Kurzentschlossene sind bei uns immer herzlich  
willkommen.*

*Wir freuen uns über zahlreiches Erscheinen!*

**Ab sofort könnt ihr auch wieder Vorträge bei  
euch zu Hause genießen. Lisa Sichert und  
Isabel Krebs besuchen euch und halten vor  
einer kleinen oder großen Gruppe bei euch im  
Garten oder Wohnzimmer einen Vortrag zu  
den Themen, Gesundheit, Haushalt, Garten.**

Details dazu, sowie Infos zu unseren EM-Beratern  
findet ihr auf unserer Homepage unter  
<https://em-ug.de/termine-veranstaltungen/>

Hier könnt ihr direkt Kontakt mit den Beratern  
aufnehmen und einen Termin vereinbaren.

Wer selbst Berater werden möchte, kann sich gerne  
bei der Eußenheimer Manufaktur melden.

# AktionsSets

von der Eußenheimer Manufaktur



## HERBST-GESUNDHEITS-SET\*

1 x ProTop Base 500 ml  
1 x Immu Mund-Rachen-Nasenspray  
probiotisch Artemisia annua 50 ml

Zum Sonderpreis\* von 69,00 Euro

Du sparst **8,40 Euro**



Buch von Dr. Gundula Rhoades  
**THE FOOD SOLUTION** in deutsch  
**15,00 Euro**

\*gültig 01.09.2023 - 30.11.2023

Am 02. Oktober ist die Eussenheimer Manufaktur geschlossen.

**Wie immer alles in Bioqualität**

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



## HERBST-BODEN-ZIMMERPFLANZEN-SET\*

1 x sEM KompostTee 400 g  
1 x sEM Flüssigdünger 5 Liter  
**GRATIS** dazu  
1 x sEM Flüssigdünger 1 Liter

Zum Preis\* von 51,80 Euro

Du bekommst **8,90 Euro** geschenkt

**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](mailto:kontakt@eussenheimer-manufaktur.de)

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

### 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

### Bestellannahme

Tel. 0 93 53 / 99 63 01

### Telefonzeiten

Mo bis Do von 10:00 - 12:00 Uhr

14:00 - 17:30 Uhr

Fr 10:00 - 12:00 Uhr



## Ansetztermine für EM-A nach dem Mondkalender

### September 2023

Fr	01.09
Sa	02.09
So	03.09
Mi	06.09
Do	07.09
So	10.09
Mo	11.09
Do	14.09
Fr	15.09
Di	19.09
Mi	20.09
So	24.09
Mo	25.09
Fr	29.09
Sa	30.09

### Oktober 2023

Di	03.10
Mi	04.10
Sa	07.10
So	08.10
Mi	11.10
Do	12.10
Fr	13.10
Mo	16.10
Di	17.10
Mi	18.10
Sa	21.10
So	22.10
Mo	23.10
Do	26.10
Fr	27.10
Mo	30.10
Di	31.10

### November 2023

Fr	03.11
Sa	04.11
So	05.11
Mi	08.11
Do	09.11
Mo	13.11
Di	14.11
Sa	18.11
So	19.11
Mi	22.11
Do	23.11
So	26.11
Mo	27.11



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

„Das Paradies ist kein Ort;  
es ist ein Bewusstseinszustand.“

Albert Schweizer hat einmal gesagt:  
„Wir leben in einem gefährlichen Zeitalter.  
Der Mensch beherrscht die Natur,  
bevor er gelernt hat, sich selbst zu beherrschen.“



**EM BAKTERIEN  
FREUNDE** gemeinnütziger  
Verein

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 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 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