

# BAKTERIEN POST

4/2023 vom gemeinnützigen Verein EM Bakterienfreunde

**Burundi, das ärmste  
Land der Erde!**

S. 3 - 9

**Bakterie des Jahres 2023**  
Welche das ist, erfährst du  
auf Seite 14.

Wir sind  
ProBIO  
tisch • —

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

Und wieder geht ein ereignisreiches Jahr zu Ende. Corona ist wieder präsent, wird aber überschattet von dem Russland/ Ukrainekrieg und jetzt aktuell von dem Krieg zwischen Israel und Palästina. In Westafrika haben mehrere Länder eine Militärregierung bekommen und in Deutschland geht die Angst vor Inflation und Arbeitsplatzverlust um. Schade, dass wir Menschen immer in Angst leben müssen. Dabei wäre es doch so einfach, wenn nicht einige machtgierigen Politiker, Medien und Konzernlenker meinten, die Geschicke der Welt und damit der Menschen bestimmen zu müssen. Der Großteil der Menschen möchte in Frieden, Freiheit, Liebe und ohne Angst mit seinen Mitmenschen leben. Wie schön wäre es, auf diesem Planeten, wenn wir dies endlich erreichen würden. Gute Ansätze und Lösungen gibt es genug.

Mit unseren Mikroorganismen kann man viel zu einem besseren Leben beitragen. Davon bin ich fest überzeugt. Gerade die Projekte in Afrika zeigen mir, dass durch gesunde Böden und damit verbunden, gesunde Ernährung die Menschen wieder Perspektiven bekommen.

In dieser BakterienPost möchte ich:

1. mein Projekt in Burundi vorstellen
2. von dem Düngeversuch mit unseren EM's in Almería berichten
3. die Interessengemeinschaft Probiotischer Weinbau vorstellen
4. wichtige Tipps geben, wie wir gesund durch den Winter kommen.

Viel Spaß beim Lesen

Jürgen Amthor





# Burundi, das ärmste Land der Erde!

Im April diesen Jahres war ich zusammen mit Pfarrer Josef in Burundi und konnte mir ein Bild über die Situation vor Ort machen.

Mehr über die Reise, über die Situation in Burundi und wie du helfen kannst, erfährst du auf den nächsten Seiten.

## Die Reise nach Burundi

Der Kontakt zu Pfarrer Josef aus Burundi kam durch die Landwirte Maria und Gerold Rudloff aus Arnstein zustande. Pfarrer Josef war zur Aushilfe in der Kirchengemeinde und erzählte, wie schlecht es den Menschen in seinem Land geht und wie ausgelaugt und tot ihre Böden sind. Dadurch haben sie wenig und minderwertige Nahrung, viele Krankheiten – vor allem bei Kindern – und sehr viele Menschen, die deshalb nach Europa flüchten. Es besteht keine Perspektive für die Menschen.

Die beiden engagierten Landwirte wussten über meine Aktivitäten in Afrika und brachten Pfarrer Josef mit zu einem ersten Termin nach Eußenheim. Durch meine bisherigen Projekte in Afrika und das Konzept der Regenerativen Landwirtschaft mit Aufbau von Terra Preta, ist es möglich, viele der in Burundi anstehenden Probleme zu lösen.

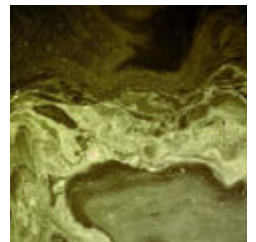
**Pfarrer Josef** hatte von 2008 bis September 2017 ein Projekt zur Armutsbekämpfung durch die Umsetzung von Entwicklungshilfeprogrammen zur Festigung von Gerechtigkeit und Frieden, geleitet. Darüber hinaus gab er Jugendlichen und Ex-Häftlingen in Burundi Nachhilfe und Handwerksunterricht.

Einige Wochen später organisierten wir einen Vortrag über Burundi und der Start für das Projekt war erfolgt. Auf dem Flug nach Burundi mit Pfarrer Josef lernte ich die Äbtissin und Ordensschwester Josephine kennen. Sie erzählte mir viel von ihrem Kloster, das sie leitet und wie dringend sie Hilfe bräuchten. Das Kloster betreibt unter widrigsten Bedingungen Landwirtschaft, es gibt ein Krankenhaus, Arbeitsplätze für Menschen mit Behinderung, Kindergarten, Schule und ein Schulungszentrum für Nonnen. Auch sie war begeistert von der Idee, wieder gesunde Böden für ihr Kloster zu bekommen und durch probiotische Mittel die Gesundheit der Menschen zu verbessern.

### **Unsere erste Station in Burundi war Bujumbura.**

Bujumbura liegt direkt am Tanganjikasee, dem zweitgrößten See in Afrika. Wunderschön, aber leider zeigen sich auch hier die Probleme schon sehr stark. Alle Abwässer von Hotels, aus den Dörfern, von Gewerbetreibenden werden einfach in den See geleitet. Der See dient den Menschen als wichtige Eiweißquelle durch die Fische, aber auch als Trinkwasser.

## Hier möchten und können wir mit unseren Bakterien viel erreichen, um die Wasserqualität nachhaltig zu verbessern.



In Bujumbura lernte ich Abe Celestin Simbanduku und Emanuel Nduwamungu kennen.

**Abe Celestin** hat Philosophie- und Theologie in Burundi studiert und wurde 1992 zum Priester geweiht. 2002 schrieb er in der Schweiz seine Doktorarbeit in der Bibelwissenschaft und ist seit 2020 Projektleiter und Rektor der Universität Laudato Si-Le Palmier im Bistum Burundi. Diese Universität wurde als Nachhaltigkeitsuniversität mit genau den Themen, die wir mit unseren Mikroorganismen abdecken können, gegründet.

**Ab Januar werde ich an der Universität Mikrobiologie und regenerative Landwirtschaft lehren.**

**Emanuel** ist Industrieingenieur für ländliche Wasser und Forstwirtschaft und seit 20 Jahren Mitarbeiter beim Rat für Bildung und Entwicklung „COPED“.

Spendengelder für Afrika werden oft für Projekte eingesetzt, die nicht nachhaltig oder nur kurzfristig angelegt sind. Ein weiteres Problem ist die Korruption.

Die Industriestaaten haben in all den Jahren seit der äthiopischen Hungerkatastrophe 1984 noch immer keinen brauchbaren Weg gefunden, um langfristig etwas zu bewirken. Dabei fehlt es nicht unbedingt an Geld, davon gab es fast immer reichlich. „Wir haben in den vergangenen 45 Jahren

schon 600 Milliarden Dollar (420 Milliarden Euro) für Hilfe in Afrika ausgegeben, und nach all dem bekommen Kinder immer noch keine Malaria-Medizin für zwölf Cent“, schreibt William Easterly, Wirtschaftsprofessor der University of New York, in einem Kommentar.

Die meisten Organisationen in Afrika treten tatsächlich mit einer „Wir wissen alles besser“-Mentalität in Afrika auf, wie auch David Rieff von der „New York Times“ bestätigt: „Hilfe ist per Definition, wenn Außenstehende den Menschen an einem Ort sagen, wie sie Dinge tun müssen, während sie gleichzeitig damit drohen, ihre Hilfen wieder zurückzuziehen, wenn sich die Leute nicht dementsprechend verhalten.“ Freunde macht man sich damit nicht.

Dies möchten wir anders machen. Dafür garantiere ich, die Pfarrer Josef und Celestin, sowie Schwester Josephine und Emanuel. Alles Leute vor Ort, die mit der Mentalität in Burundi vertraut und von den Mikroorganismen begeistert sind.

Ein weiteres Problem ist die weitgehende Unkenntnis westlicher Helfer, wenn es um die komplexen afrikanischen Traditionen und Gesellschaftsformen geht. So muss die Hilfsmaschinerie immer mehr in äußerster Armut lebende Menschen versorgen und bekämpft somit die Symptome, nicht aber eine der Ursachen der Misere.

Wir sehen die Ursache der Misere in den ausgeaugten toten Böden und in der Abhängigkeit von teuren Düngern und chemischen Spritzmitteln aus den Industrienationen. Hier können wir am Boden beginnen, um den Menschen zu helfen viel gesunde Nahrung zu ernten und dies über mehrere Generationen.

Es gibt zahlreiche Skandale die die Welt der Hilfsorganisationen erschüttern. Immer wieder heißt es, die meisten Gelder fließen in völlig falsche Kanäle und unterstützten Bürgerkriege, Rebellen oder Diktatoren. In Sierra Leone sollen Friedenstruppen und Helfer jungen Mädchen „Aid for Sex“ – also Hilfen für Sex – angeboten haben. Eine französische Organisation bot bis 2007 angebliche Waisenkinder aus dem Tschad und aus dem Sudan zur Adoption an, obwohl diese sehr wohl Vater und Mutter hatten.

Unvergessen ist der Unicef-Skandal um zu hohe Provisionszahlungen an private Spendensammler und undurchsichtiges Finanzgebaren im Allgemeinen, der 2008 in Deutschland für Aufsehen sorgte. Der deutschen Sektion des UN-Kinderhilfswerks wurde daraufhin das Spenden-Siegel entzogen.

Dies ist mit dem Grund, warum wir keine Gelder von Hilfsorganisationen oder staatlichen Einrichtungen möchten. Spenden für unser Projekt von Privatleuten und Firmen für Burundi kommen direkt bei der Bevölkerung an und tragen dazu bei, den Menschen, der Natur und dem Klima zu helfen.



**Es gibt ein Sprichwort, das sagt:**

*Foto: Burundi April 2023*

**„Gebe den Menschen keine Fische, sondern zeige ihnen wie sie angeln können“.**

## Unsere Vision ist es:

Hilfe zur Selbsthilfe durch regenerative Landwirtschaft, Gesundheits-Prävention und Gewässerschutz in Burundi.

Wir möchten gesunde, ertragreiche Böden für gesunde Menschen und Tiere, sowie Schutz der Umwelt durch Humusaufbau für viele Generationen erreichen.

## Ziele:

Umstellung von konventioneller auf nachhaltige regenerative Landwirtschaft und Schutz der Gewässer für sauberes Trinkwasser

Produktionssteigerung der Landwirtschaft und damit Ernährungssicherheit für die Bevölkerung

Wertsteigerung durch Weiterverarbeitung landwirtschaftlicher Produkte und dadurch bessere Einkommensmöglichkeiten für die Bauern

Verbesserung der landwirtschaftlichen Technologien, um die Effizienz in der Landwirtschaft zu erhöhen

Menschen im eigenen Land eine Perspektive bieten, um Fluchtgründe zu minimieren

Maßnahmen zur Anpassung an den Klimawandel durch den Aufbau von Terra Preta Böden

Es wird, im Rahmen der regenerativen Landwirtschaft, akademische Kurse, aber auch Ausbildungen für die lokale Bevölkerung und Gruppierungen an der Universität Laudato Si-Le Palmier im Bistum Bururi (Burundi) geben.



Foto: Burundi April 2023

Dafür werden Investitionen in Produktionsanlagen für Naturdünger, Gesundheit, Umwelt, sowie Schulungen für die Landwirte vor Ort in Höhe von:

**50.000 Euro**

**benötigt:**

- 1 ha Grundstück für Anbau von Feldern, Gemüsegärten, Wurmkompostfarm, Bokashi-Kompostherstellung und Terra Preta als Schulungsfarm für Theorie und Praxis
- Herstellung von Basislösungen für die Mikroorganismen, Naturdünger unter Einbeziehung von Mist und organischem Material als natürlichen Dünger
- Bau eines Gebäudes, 12 x 12 m für Dünger-Reiniger- und Probiotik-Herstellung mit Lager, Büro- und Schulungsräumen in Zusammenarbeit mit der Universität Burundi
- Aufbau einer Produktion im Land
- Schulung von Mitarbeitern und Multiplikatoren wie Pfarrer, Ordensschwestern, Landwirte, Gärtner, Ärzte usw.

**Durch den Aufbau der Produktion vor Ort, leisten wir und auch du, Hilfe zur Selbsthilfe. Spenden kommen direkt ohne Verwaltungskosten in Burundi an!**

Sobald das Projekt für den Aufbau der Produktion realisiert ist, können wir mit deinen Spenden den zweiten Schritt zum Aufbau und Schulen von Menschen, die sich eine eigene kleine Existenz aufbauen möchten, gehen.

Hierfür wird den Menschen die EM - Basislösung und das Zubehör vor Ort kostenlos für den Start zur Verfügung gestellt, damit in jedem Dorf EM-A hergestellt werden kann. Hierfür gibt es Ansetzpakete.

#### Diese beinhalten:

##### **1 l Basislösung**

*die in Burundi hergestellt wird*

##### **1 l Zuckerrohrmelasse**

*die in Burundi hergestellt wird*

##### **1 Entgasungsdeckel**

##### **1 Indikatorenpapier**

**1 Heizstab** um die Mikroorganismen für die Vermehrung auf Temperatur zu halten

**1 Bokashiemier** um Naturdünger/Terra Preta aus Garten- und Küchenabfällen herzustellen



Die Selbstkosten für das Basispaket liegen bei 100 Euro.

**Mit diesem Basispaket werden Menschen in die Lage versetzt, Mikroorganismen selbst zu vermehren und daraus Dünger, Reiniger und Probiotik für die Gesundheit von Menschen und Tier herzustellen und sich damit eine kleine Existenz aufzubauen.**

Der Durchschnittsverdienst liegt in Burundi bei 40 Euro im Monat. Viele Menschen haben kein Einkommen. Mit deiner Spende können wir Kleinstunternehmen im Land aufbauen und Menschen eine Perspektive geben, ihr Land nicht zu verlassen, ihre Familie zu ernähren, sowie Kindern eine schulische Ausbildung zu ermöglichen.

#### Das Burundi Team



## Vorteile für das Land:

- Langfristige Schaffung von Arbeitsplätzen
- Einnahmen für soziale Projekte wie Schulen – hierfür vor allem Schulmaterial, Bücher, Computer usw.
- Verbesserung der Gesundheit von Menschen und Tier
- Ertragreiche und gesunde Pflanzen
- Vitamin- und mineralreiche Pflanzen
- Geringe Kosten im Vergleich zu konventionellen Düngern
- Weniger Unkräuter
- Humusaufbau und CO<sup>2</sup> Speicherung
- Gesunde Böden für mehrere Generationen
- Effektiver Pflanzen, Gewässer- und Artenschutz
- Wenig Aufwand
- Steigerung des Wasserhaltevermögens im Boden
- Zugelassen für den biologischen Land- und Gartenbau
- Unabhängig von der Agroindustrie
- Aufbau von kleinen Produktionseinheiten in Burundi um damit Einnahmen zu generieren

## Vorteile für die Gesundheit der Menschen

- Verbesserung der Darmgesundheit und der Hautflora
- Stärkung des Immunsystems
- Unterstützung der psychischen Gesundheit
- Verbesserung der Wasserqualität
- Schaffung eines positiven Milieus

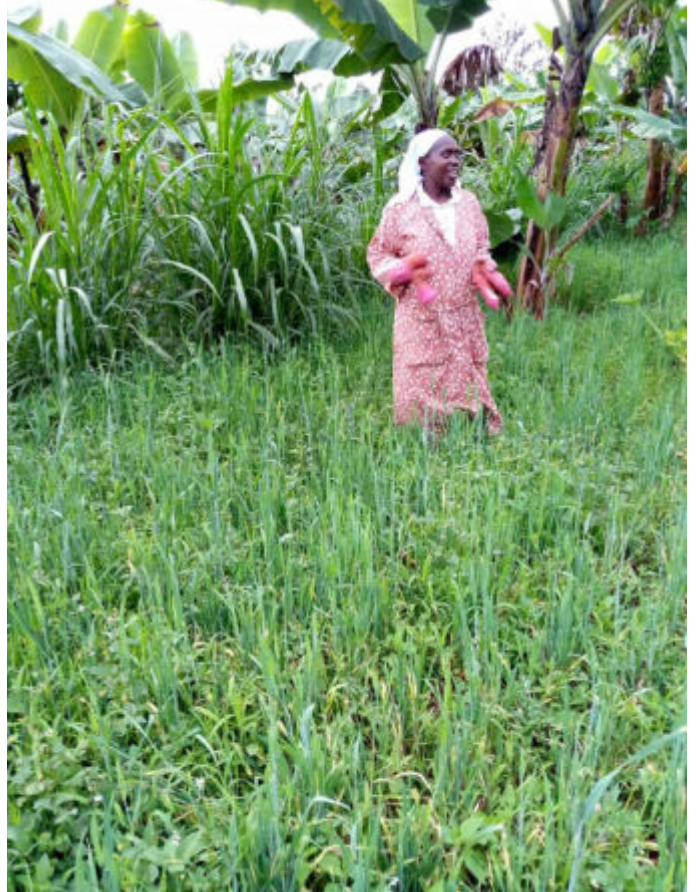


Foto: Burundi April 2023

## So kannst du uns unterstützen

Ich werde im Februar abermals nach Burundi reisen und die ersten Schritte zur Realisierung des Projekts in die Hand nehmen.

Gemeinsam bitten Pfarrer Josef, Abe Celestin, Familie Rudloff und Pfarrvikar Christian Ammersbach von der Pfarreiengemeinschaft „Um Maria Sondheim“, und ich um Unterstützung der Projekte durch finanzielle Spenden.

### **Spendenkonto:**

**Verein EM Bakterienfreunde  
Hilfe für Burundi**

**Konto des Vereins EM Bakterienfreunde  
Hilfe für Burundi  
Raiba Bodensee-Leiblachtal eGen  
IBAN: AT29 3743 1000 4629  
BIC: RVVGAT2B431**





### *Die Herausforderungen und die Zukunft Burundis*

*Trotz seiner natürlichen Schönheit und kulturellen Reichtümer steht Burundi vor zahlreichen Herausforderungen. Armut, mangelnde Bildung und Gesundheitsversorgung sind weit verbreitete Probleme im Land. Die politische Stabilität hat sich in den letzten Jahren verbessert, aber es bleibt viel zu tun, um die wirtschaftliche Entwicklung und das Wohlergehen der Bevölkerung zu fördern.*

*Die Zukunft von Burundi hängt von der Fähigkeit des Landes ab, seine Ressourcen zu nutzen, die Bildung zu fördern und die ethnischen Spannungen zu überwinden. Du kannst mit deinen Spenden einen Beitrag leisten.*

*Insgesamt ist Burundi ein Land, das viel zu bieten hat, sowohl in Bezug auf seine natürliche Schönheit, als auch auf seine kulturelle Vielfalt. Die Situation erinnert uns daran, wie wichtig es ist, die einzigartigen Geschichten und Herausforderungen kleinerer Nationen auf unserem Planeten zu erkennen und zu schätzen. Burundi mag klein sein, aber es hat eine große Geschichte und eine vielversprechende Zukunft.*

*Helft mit eurer Spende die Zukunft für Burundi positiv zu gestalten.*

*Mit freundlichen Grüßen*

*Jürgen Amthor*

*1. Präsident EM-Bakterienfreunde*

# DÜNGETZVERSUCH MIT EM in Spanien.

BILD 1

So sehen die Gewächshäuser in der Regel aus – Plastik und leblose Böden.

Im Mai war ich für einen Düngerversuch in Almería, Spanien. Eine Region für sich mit tausenden Foliengewächshäusern, die ich bisher in Europa kein zweites Mal so gesehen habe. Grund für die Intensivkultur vieler Tonnen von Gemüse und Obst in dieser Region ist das Klima. Almería zählt zu den trockensten und wärmsten Regionen Europas. Hier scheint alljährlich viel Sonne und das mediterrane, wüstenähnliche Klima sorgt dafür, dass das Obst und Gemüse unter den Plastikplanen reifen kann. Ein weiterer Grund ist die Nähe zu Afrika.

Insgesamt bedecken die Intensivkulturen 29.000 Hektar Fläche in der Provinz Almería. Nicht umsonst wird die Gegend auch als mar del plástico (= Plastikmeer) bezeichnet, die es so kein zweites Mal auf der Welt gibt. Etwa ein Drittel der Ernte geht jährlich nach Deutschland, im Jahr 2014 waren es beispielsweise 582.491 Tonnen. Man schätzt, dass in den Plantagen bis zu 100.000 Arbeiter beschäftigt sind. Für Almería ist die Gemüse- und Obstproduktion neben dem Tourismus die wichtigste Einnahmequelle.

Bilder sagen mehr als Worte, deshalb zeige ich einige Bilder von dem Versuch.

BILD 2

Lutz Stamm von der Eussenheimer Manufaktur beim EM-Ausspritzen



BILD 3

Junge Gurken mit EM, sEM KompostTee, Bokashi + 400 Pellets und EM Flüssigdünger behandelt beim EM-Ausspritzen

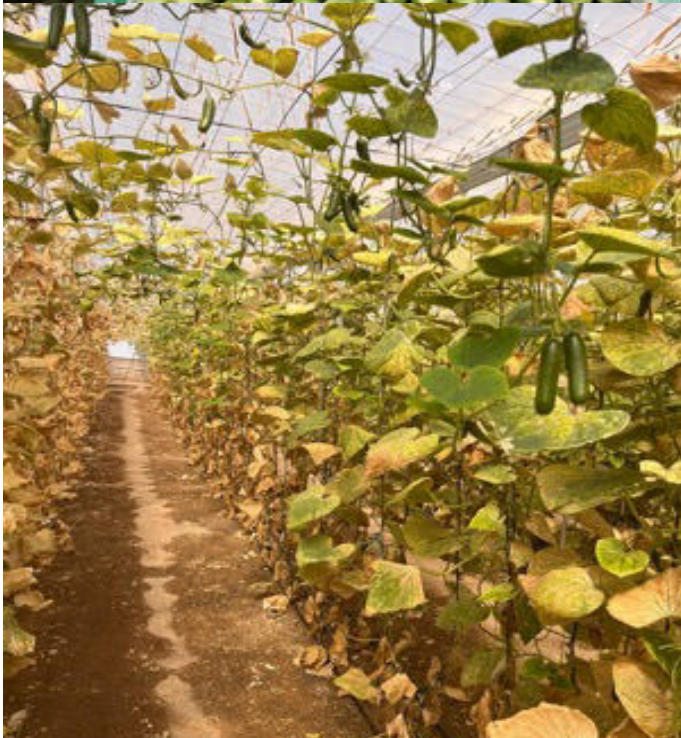


BILD 4

Ergebnis nach 6 Wochen **mit EM**

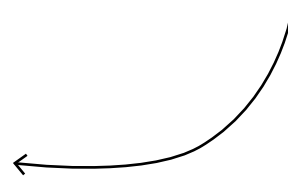


BILD 5

EM Gurken mit vielen Vitaminen, Mineralien und Geschmack



Die Bilder zeigen deutlich die Unterschiede zwischen konventionellen und lebendigen EM-Düngern.

Der Versuchsleiter hat uns bestätigt, dass selbst nach der einmaligen Gabe der Boden sich schon positiv verändert hat. Die Genossenschaft konnte mehr ernten und der Geschmack hat sich verbessert, was wiederum ein Anzeichen für mehr Vitalstoffe in den Pflanzen ist.

Ein Versuch, der gezeigt hat, dass selbst unter widrigsten Umständen die Mikroorganismen wirken.



BILD 6

Ergebnis nach 6 Wochen **ohne EM**

## Interessengemeinschaft Probiotischer Weinbau

Einen Beitrag über den probiotischen Weinberg der Eußenheimer Manufaktur beim Sender „TV Mainfranken“

Dies bestätigen auch über 60 Winzer, die sich zu der Interessengemeinschaft Probiotischer Weinbau unter der Leitung von Josef Engelhart von der Landesanstalt für Garten und Weinbau zusammengeschlossen haben. Mehrmals jährlich finden Treffen bei Winzern statt, um Erfahrungen rund um das Thema Weinbau mit Mikroorganismen auszutauschen. Am 09. August waren über 40 Winzer bei der Eußenheimer Manufaktur, um Firma und meinen Weinberg zu besichtigen. Von Beginn an wurden auf dem Weinberg keine chemischen Spritzmittel und Kunstdünger eingesetzt. Dies war auch TV Mainfranken einen Beitrag wert. Mit dem beigefügten Link kannst du dir den Beitrag anschauen.

<https://www.tvmainfranken.de/mediathek/video/fuer-mehr-leben-im-boden-mikroorganismen-sollen-die-landwirtschaft-veraendern/>

Schon in der Bakterienpost 3/21 habe ich geschrieben, dass gegen jede Krankheit ein Kraut gewachsen ist, wie man so schön sagt. Die Eußenheimer Manufaktur hat ein besonderes Ferment, Enzymgetränk entwickelt. Alle ProTop Produkte werden 18 Monate fermentiert. Die 21 verschiedenen Pflanzen in ProTop Enzym reifen nun schon seit 48 Monaten. Die in ProTop enthaltenen Pflanzen sind für den Herbst und Winter die beste Wahl um deinem Immunsystem etwas Gutes zu tun.





# Bakterie des Jahres 2023

Der  
Bacillus  
subtilis



**Der Bacillus subtilis** ist ein echter Alleskönner und beweist, dass Bakterien besser sind als ihr Ruf. Er wirkt sich positiv auf die Verdauung aus, wird aber auch beim Waschen und auf dem Bau eingesetzt.

Für die meisten Nicht-Biologen wirkt das Wort „Bakterie“ erst einmal abschreckend. Viele denken an Krankheiten und Infektionen. Dabei wird schnell vergessen, dass viele Bakterien hilfreich sind und fantastische Arbeit für die Menschen leisten. Um das zu würdigen, hat die Vereinigung für Allgemeine und Angewandte Mikrobiologie den Bacillus subtilis zur Mikrobe des Jahres 2023 gekürt. Dieser Titel wurde damit bereits zum zehnten Mal vergeben.

### **Der Bacillus subtilis wirkt im Darm und in der Toilette**

Die Magensäure des Menschen kann den Bacillus subtilis nicht zerstören. Daher setzt die Eußenheimer Manufaktur dieses Bakterium als Probiotikum ein. Der Bacillus subtilis hat eine positive Wirkung auf unsere Verdauung. Zum Beispiel bekämpft er Bakterien, die schlecht für unsere Darmflora oder unsere Lebensmittelverträglichkeit sind, indem er ihre Zellwände zerstört. Außerdem trägt er dazu bei, dass Nährstoffe gut ins Blut aufgenommen werden können.

Im Darm von Tieren, besonders bei Geflügel, kann der Bacillus subtilis Infektionen teilweise vorbeugen. Dadurch sind weniger Medikamente notwendig und schädliche Erreger entwickeln langsamer Resistenzen gegen diese Arzneimittel.

Der Bacillus subtilis hat aber auch außerhalb des Körpers viele nützliche Funktionen. Seine Sporen können sich zum Beispiel im Wasser der Toilettenspülung sehr schnell ausbreiten und die Toilette hygienisch halten. Auch nachdem der Darm seine Arbeit abgeschlossen hat, bekämpft der Bacillus subtilis nämlich schädliche Bakterien.

Die Mikrobe des Jahres fördert die Gesundheit und Keimfreiheit. Selbst in der Waschmaschine kommen Enzyme des Bacillus subtilis zum Einsatz, da sie Schmutzmoleküle schon bei geringen Temperaturen hervorragend entfernen.

Auch kleine Risse im Beton können durch den Bacillus subtilis repariert werden, indem er Car-

bonat-Ionen bildet. Dringt trotzdem Wasser in Stahlbeton ein, sorgt der Bacillus subtilis dafür, dass das Stahlgerüst weniger stark rostet. Als aerobes Bakterium benötigt er nämlich Sauerstoff für seinen Stoffwechsel. Dieser kann dann nicht mehr zur Korrosion beitragen.

Nicht zuletzt kann das Bakterium auch spezielle Biofilme aus Proteinen und anderen Naturstoffen bilden. Diese Biofilme könnten irgendwann vielleicht Nervenzellen schützen und somit bei der Alzheimerbehandlung eingesetzt werden. Erste Forschung in diesem Bereich gab es bereits bei Tieren.

Der Bacillus subtilis ist ein kleiner Alltagsheld und trägt den Titel „Mikrobe des Jahres 2023“ völlig zurecht. Er ist aber nur einer von vielen nützlichen und trotzdem unterschätzten Mikroorganismen. Vielleicht kann er mit seinem Titel dazu beitragen, den Ruf von Bakterien ein wenig aufzupolieren.

**In allen ProTop Produkten für die Gesundheit, im EM-Reiniger, EM für Tiere und EM-Hell der Eußenheimer Manufaktur ist die Mikrobe des Jahres 2023 enthalten.**

**Der Bacillus subtilis beweist, dass Bakterien besser sind als ihr Ruf.**

## FIT DURCH DEN WINTER

*Wie schon in den letzten Ausgaben der BakterienPost berichtet, spielt unser Immunsystem die größte Rolle, damit wir gesund bleiben. Hier spielt der Darm (80 % des Immunsystems sitzt im Darm), der Säure-Basen-Haushalt, die Psyche (keine Ängste uvm.), Vitalstoffe und die Belastungen im Körper eine große Rolle.*

**Um fit durch den Winter zu kommen, empfehle ich folgende Mittelchen.**

### VITAMIN C

Vitamin C und Darmaufbau am besten mit ProTop Aronia und Moringa + C

### D3 + K2

Achte auf deinen D3 Spiegel. Am besten über die Sonne, indem du dich oft und wenn möglich in der Mittagszeit im Freien aufhältst. Ansonsten D3 und K2 einnehmen. Zum Erhalt des D3 Spiegels empfehle ich mindestens 5000 Einheiten am Tag.

### ENTSÄUERN

Entsäuere, am besten über die Nahrung die basisch ist und vermeide Stress soweit es geht. Ansonsten ProTop Basenkur.

### PROTOP

Um den Hals- und Rachenbereich zu schützen, aber auch bei Husten, empfehle ich das ProTop Mund und Hautspray oder Nasen- und Rachenspray mit fermentierten Kiefernadeln.



# Veranstaltungstermine

vom EM Bakterienfreunde Verein und  
der Eußenheimer Manufaktur

**04.12.**

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

Vortrag: **Fit durch den Winter mit Effektiven Mikroorganismen**



Referent: **Jürgen Amthor**

**08.01.**

**Montag, 08. Januar 2024, 19.00 Uhr**  
in der Eußenheimer Manufaktur und online

Vortrag: **Gesund werden oder bleiben durch die richtige Entsäuerung**



Referent: **Jürgen Amthor**

**05.02.**

**Montag, 05. Februar 2024, 19.00 Uhr**  
in der Eußenheimer Manufaktur und online

Vortrag: **Egal was Du im Leben vorhast, mach es gut und gehe voran. Wie, erfährst Du von Norbert Höchner, dem 6-fachen Weltmeister im Kickboxen, der mit 37 Jahren anfang sich selbst zu verwirklichen.**



Referent: **Norbert Höchner**

*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!*

# Weihnachtsaktionen

von der Eußenheimer Manufaktur  
vom **01.12.23 bis 17.12.23**

## 15 % Rabatt

auf alle ProTop  
Produkte\*

mit dem Aktionscode

**EMXmas23**

*\*ausgenommen Proben, Sets,  
bereits reduzierte Ware*

Der Aktionscode ist gültig für deine  
Onlinebestellungen, sowie für deine  
Bestellungen per Telefon und Mail.

weitere Aktion

## Gratisgeschenk

Beim Kauf eines Gutscheins  
bei der Eußenheimer  
Manufaktur ab 50,00 Euro  
bekommst du gratis:



oder



mit dem Aktionscode

**EM-Buch1**

Wert 20 Euro

mit dem Aktionscode

**EM-Buch2**

Wert 13 Euro

Erhalte weitere  
**5 % Rabatt**  
mit einem Kundenkonto  
bei 20 Treupunkte  
mit unserem  
EM-Treupunkte-  
System

**BONUS**

Für alle **Mitglieder** des EM-Bakterienfreunde  
Vereins – oder die es in dem Zeitraum  
noch werden – gibt es die zweite  
Weihnachtsaktion bis **29.02.2024**  
(Gutschein und Buch)

**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 9:00 - 12:00 Uhr

14:00 - 17:30 Uhr

Fr 9:00 - 12:00 Uhr

Vom 25. Dezember 2023 bis 07. Januar 2024 hat  
die Eußenheimer Manufaktur Betriebsurlaub.



## Ansetztermine für EM-A nach dem Mondkalender

### Dezember 2023

Fr 01.12  
Sa 02.12  
Di 05.12  
Mi 06.12  
So 10.12  
Mo 11.12  
Fr 15.12  
Sa 16.12  
Mi 20.12  
Do 21.12  
So 24.12  
Mo 25.12  
Do 28.12  
Fr 29.12

### Januar 2024

Mi 03.01  
Mo 08.01  
Di 09.01  
Fr 12.01  
Di 16.01  
Sa 20.01  
So 21.01  
Mo 22.01  
Do 25.01  
Fr 26.01  
Di 30.01

### Februar 2024

Fr 02.02  
So 04.02  
Sa 05.02  
Do 08.02  
Fr 09.02  
Mo 12.02  
Sa 17.02  
So 18.02  
Mi 21.02  
Do 22.02  
Mo 26.02  
Di 27.02  
Mi 28.02  
Do 29.02

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

Ich wünsche Euch einen frohes, friedliches Weihnachtsfest und viel Gesundheit, Glück und Freiheit im Neuen Jahr.

Bleibt gesund und frei von Angst. Hilf auch deinen Kindern und Enkeln optimistisch in die Zukunft zu schauen und ihnen ihre Ängste zu nehmen. Wir brauchen sie noch für eine bessere Zeit, die bald kommen wird.



**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