

Water4Life - Europäisches Institut für Gesundheit und Wasserqualität

vereinsmagazin wir lieben wasser



Wasser ist Leben

Bewegung, Zufriedenheit und gutes Essen sind die Eckpfeiler einer guten Gesundheit. Gesundheit geht mit Schönheit einher. Natürliche, gesunde Schönheit beginnt immer von „Innen“. Ist Ihr Körperinneres sauber, so ist auch Ihre Haut schön und glatt, weil Sie keinen „Abfall“ hinausbefördern muss. Deswegen spiegelt der Hautzustand, also unsere äußere Schönheit, immer die innere Schönheit wider.

Ein wesentlicher Faktor für Leben ist Wasser. Immerhin hat die UNO das Recht auf sauberes Wasser zum Grundrecht des Menschen erhoben. Aber wir müssen mit der Ressource Wasser sorgfältig umgehen, wenn wir sie uns und unseren Kindern erhalten wollen. Von 2,5% Süßwasser sind ca. zwei Drittel in gefrorener Form in Gletschern

gebunden. Etwa ein Drittel, also weniger als ein Prozent der Gesamtwassermenge, sind Grundwasser bzw. fließen in Flüssen und Seen. Sauberes Wasser ist somit ein sehr seltenes, kostbares und keineswegs selbstverständliches Gut. So haben noch immer mehr als 800 Millionen Menschen keinen Zugang zu sauberem Wasser.

Wasserwesen Mensch
Warum Wasser für unseren Körper so wichtig ist (S. 2/3)

Die Selbstheilungskräfte aktivieren (S. 4)

Gesundheitsrisiken
Von Herzinfarkt bis Kopfweg (S. 5-7)

Ideales Wasser (S. 8-10)

Expertenmeinungen (S. 11-13)

Mach mit und trink Dich fit
Das andere Fitnessprogramm (S. 14-22)

Ideal Water Wasserwerk
Die Lösung für ideales Wasser (S.23)

Water4Life Wassertankstellen
für Ideales Wasser (S. 25/27)

Gefahr für das Trinkwasser
40% der Grundwasservorkommen sind bedroht (S. 28/29)

Plastik - Flaschenwasser (S. 30)

Warum Sie kein Flaschenwasser trinken sollten (S. 31)

Flaschenwasser
der ökologische Wahnsinn (S. 32/34)

Water4Life Partner
Unsere Wassertankstellen (S. 35-37)

Wasser-Elixier des Lebens
Die Water4Life E-Books (S. 38)

WASSER IST LEBEN FÜR DEN MENSCHLICHEN KÖRPER

GEHIRN	74,5% Wasser
FETT	20% Wasser
NIEREN	83% Wasser
BLUT	83% Wasser
LEBER	86% Wasser
BINDEGEWEBE	86% Wasser
MUSKELN	70% Wasser
HAUT	70% Wasser
KNOCHEN	22% Wasser

Water4Life
www.trinkdichfit.info

Wasserwesen Mensch Wasser - der Gesundheitsgarant Nr. 1

Enthält Ihr Körper zum Beispiel genügend Wasser, ist Ihre Haut weich, glatt und elastisch und Ihre Augen strahlen. Die Realität sieht jedoch leider meistens völlig anders aus. Liegt der Wasseranteil bei Babys zum Beispiel noch bei fünfundsiebzig Prozent, so nimmt dieser mit zunehmendem Alter kontinuierlich ab. Bei den meisten Erwachsenen sind Werte unter fünfzig Prozent leider keine Seltenheit mehr. Selbst junge Menschen zeigten bei Messungen bereits erheblichen Wassermangel.

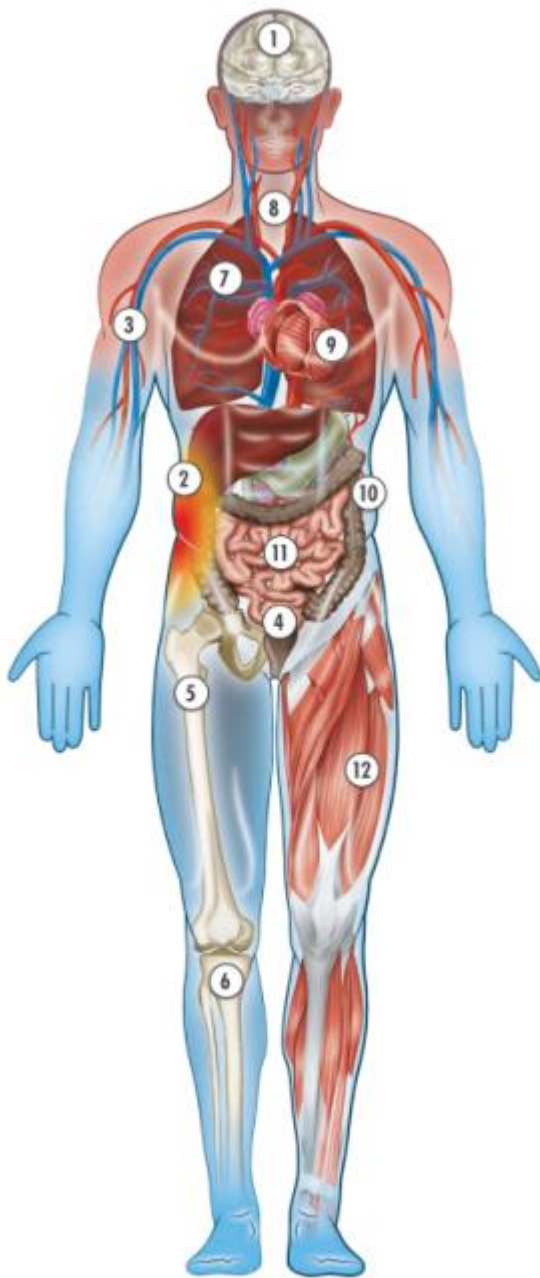
Transportmittel Wasser

Wasser ist das Transportmittel Nummer eins für alle Stoffe, die von den Zellen benötigt werden, aber auch für all die Substanzen, die als Zellabfall oder Stoffwechselabfallprodukte abtransportiert werden müssen. Sind die Transportwege aufgrund fehlenden Wassers nicht intakt, bleibt der Müll einfach liegen. In der Medizin bezeichnet man diesen Zustand als „Verschlackung“.

Die Aufgaben des Wassers

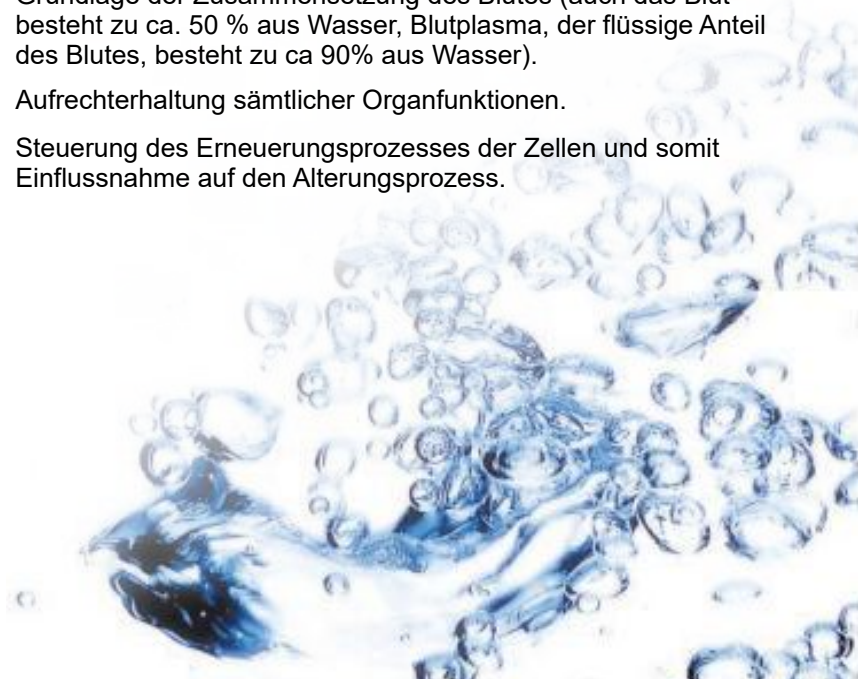
Wasser übernimmt in unserem Organismus viele lebensnotwendige Aufgaben, wie z.B.:

- Durchspülung und Entgiftung / Entschlackung unseres Körpers über die entgiftenden Organe, wie Niere, Leber, Lymphe.
- Erhalten der Spannkraft der Haut.
- Aufrechterhaltung / Stabilisierung des Kreislaufs bzw. Blutdrucks.
- Versorgung jeder einzelnen Körperzelle mit Nährstoffen, Vitaminen Spurenelementen, usw.
- Aufrechterhaltung aller Hirnfunktionen.
- Grundlage der Zusammensetzung des Blutes (auch das Blut besteht zu ca. 50 % aus Wasser, Blutplasma, der flüssige Anteil des Blutes, besteht zu ca 90% aus Wasser).
- Aufrechterhaltung sämtlicher Organfunktionen.
- Steuerung des Erneuerungsprozesses der Zellen und somit Einflussnahme auf den Alterungsprozess.



Der Mensch besteht vor allem aus Wasser

1. Bildet 75 % des Gehirns
2. Reguliert die Körpertemperatur
3. Blut besteht zu 50 % daraus
4. Entfernt die Abfallprodukte
5. Bildet 22 % der Knochen
6. Schützt dämpfend die Gelenke
7. Transportiert Mineralien und Sauerstoff in die Zellen
8. Befeuchtet die Luft für besseres Atmen
9. Hilft Nahrung in Energie umzuwandeln
10. Umhüllt schützend die inneren Organe
11. Hilft dem Körper, die Nährstoffe aufzunehmen
12. Muskeln bestehen zu 75 % aus Wasser



Wasser ist das Transportmittel Nummer eins für alle Stoffe, die von den Zellen benötigt werden.

So wird deutlich, dass ein Wassermangel oder -verlust stark gesundheitsschädigende bis lebensbedrohliche Konsequenzen hat. Daher ist es wichtig, unseren Wasserhaushalt täglich nicht nur zu regulieren, sondern möglichst zu erneuern. Viele Menschen denken, es genüge zwei Liter Flüssigkeit am Tag zu trinken. Aber selbst das tun die wenigsten. Der Körper funktioniert nur dann optimal, wenn er mit dem „richtigen“ Wasser versorgt wird. Wasser ist tatsächlich der universale Faktor, „das Molekül des Lebens“, ohne den das Leben, wie wir es kennen, nicht existieren könnte.

Warum ist Wasser lebenswichtig?

- weil der Mensch zu über 70% aus Wasser besteht.
- weil in 24 Stunden ca. 2.000 Liter Wasser durch die Nieren und ca. 1.400 Liter durch das Gehirn fließen
- weil unser Körper ein Adernetz von ca. 100.000 km Länge besitzt. Lediglich 1,5 km davon sind sichtbar. Der Rest ist nur unter dem Mikroskop oder mit starken Bildgebungstechnologien zu erkennen.

Bereits bei

- 2 % Flüssigkeitsdefizit vermindern sich Ausdauer und Denkfähigkeit**
(leichtes Durstgefühl)
- 3 % treten Konzentrationsmängel und Leistungseinbußen auf,**
Es kommt zum Rückgang des Speichels und der Harnproduktion
- 4 % lässt die Kraft nach** (Durstgefühl)
- 5 % beschleunigt sich die Herzrhythmus, steigen Puls und Temperatur** (leichtes Fieber), befällt uns **Angst**
- 6 % spüren wir Schwäche, Reizbarkeit und Erschöpfung**
(starkes Durstgefühl)
- 8 % spüren wir Übelkeit und die motorischen Fähigkeiten sind gestört**
- 10 % treten Verwirrheitszustände auf** (Störung des zentralen Nervensystems), **Krämpfe, Zunge schwillt an, schwere Gehstörungen**
- 15 % wird die lebensbedrohende Grenze überschritten, es kann zu Hautrissen und Organversagen kommen**
- 20 % ist das Organsystem des Menschen nicht mehr lebensfähig**



Die eigenen Selbstheilungskräfte aktivieren, den inneren Arzt nutzen!

Wichtige Gesundheitsfaktoren

Besonders in der Alternativmedizin hat sich schon lange die Meinung durchgesetzt, dass die **Übersäuerung des Körpers** ein großes gesundheitliches Risiko darstellt und letztlich die Quelle der meisten Erkrankungen ist. Aber auch in der konservativen Medizin findet dieses Thema immer mehr Interesse.

Übersäuerung des Körpers entsteht durch ein **Ungleichgewicht im Säure- und Basenhaushalt**. Es sind dann mehr Säuren als Basen vorhanden. Dies lässt sich mit dem sogenannten pH-Wert messen. Der normale Wert des Blutes bewegt sich in einem pH-Bereich zwischen 7,35 und 7,45. Fällt der Wert niedriger aus, ist der Körper übersäuert.

Die Ursachen der Übersäuerung liegen in unserer modernen **Ernährungs- und Lebensweise**: vor allem falsche Ernährung, wie z.B. viel tierische Eiweiße, Zucker und Softdrinks, Alkohol, Nikotin, Lebensmittelzusätze, Farbstoffe bilden als Abbauprodukte Säure und unterstützen den Prozess der Übersäuerung. Aber auch psychische Faktoren, wie Stress, Ängste, Wut und Umweltgifte lassen unseren Körper „sauer werden“.

Viele dieser Fremdstoffe und Gifte lagern sich vor allem im Bindegewebe ab, es gilt als die Mülldeponie des Körpers. Denn alles, was der Körper über Darm, Nieren, Haut und Lunge nicht ausscheiden kann, sammelt sich vor allem im Bindegewebe des Körpers.

Das Bindegewebe umgibt alle Zellen des Körpers. Es ist Schutzraum für die Organe, sorgt für deren richtige Platzierung im Körper. Und es ist gleichzeitig Wasserspeicher und das Gewebe, in dem alle Blutgefäße und Nervenbahnen verlaufen. Grundlage für die Versorgung der Zellen und die Zellkommunikation.

Wenn dieses wichtige Gewebe nun durch Fett, Ablagerungen und Giftstoffe verstopft wird, das Bindegewebe seine Funktion als Transportstrecke nicht mehr erfüllen kann, entsteht ein Stau. Wir spüren das z.B. durch rheumatische Schmerzen. Die Blutzirkulation ist erschwert. Das führt nicht nur zu einer Gewichtszunahme, vielmehr versucht der Körper die Unterversorgung u.a. durch einen erhöhten Blutdruck auszugleichen. Schließlich sterben immer mehr Zellen ab.

Die Versorgung mit gutem, hochreinem Wasser kann einer Verschlackung des Bindegewebes entgegenwirken.

Je reiner das Wasser ist, desto besser kann es seine Funktion als Transportmittel wahrnehmen. Stoffwechsel und Versorgung der Zellen werden verbessert. Ablagerungen werden von dem Wasser ausgeschwemmt, die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Professor Wolfram Schüffel, Leiter der Klinik für Psychosomatik an der Universität Marburg, meint dazu: **„Mit dieser Macht (mit den Selbstheilungskräften), die in uns allen steckt, lassen sich zwei Drittel aller Krankheiten in ihren Auswirkungen mildern, wenn nicht gar verhindern.“**



Die gefährlichen Folgen der Ablagerungen

Ablagerungen, entstanden durch falsche Ernährung, Stress, durch Umweltgifte und Fremdstoffe, bilden sich nicht nur im Bindegewebe, sondern auch in den Blutgefäßen. Dort bezeichnet man sie dann als Arterienverkalkung oder auch Arteriosklerose. Das ist eine sich langsam ausbildende Verengung der Gefäße durch Kalk und Fett (Cholesterin).

Weitere Auslöser für die Entstehung solcher Ablagerungen sind Bluthochdruck, Übergewicht, Diabetes und besonders mangelnde Bewegung.

Ablagerungen entstehen überall im Körper: im Bindegewebe, in den Blutgefäßen und in den Gelenken.

Neben Umstellung der Ernährung und regelmäßiger Bewegung (siehe auch das Water4Life 7-Schritte-Gesundheitsprogramm), kann vor allem auch das Trinken von ausreichend viel und hochreinem Wasser die Situation verbessern. Es ist unmittelbar einleuchtend, dass Wasser diese Funktion am besten erfüllen kann, je weniger Fremdstoffe es enthält.

Faktoren wie Umweltgifte, UV-C Strahlen, Radioaktivität, freie Radikale, fremde Gensequenzen in manipulierter Nahrung, zunehmende Verschlackung des Bindegewebes etc. können die Kommunikation der Zellen stören. Bei der Zellteilung kann dann die Gefahr des Kopierfehlers entstehen, die Zellmutation, die zu gut- oder bösartigen Tumoren führen kann.

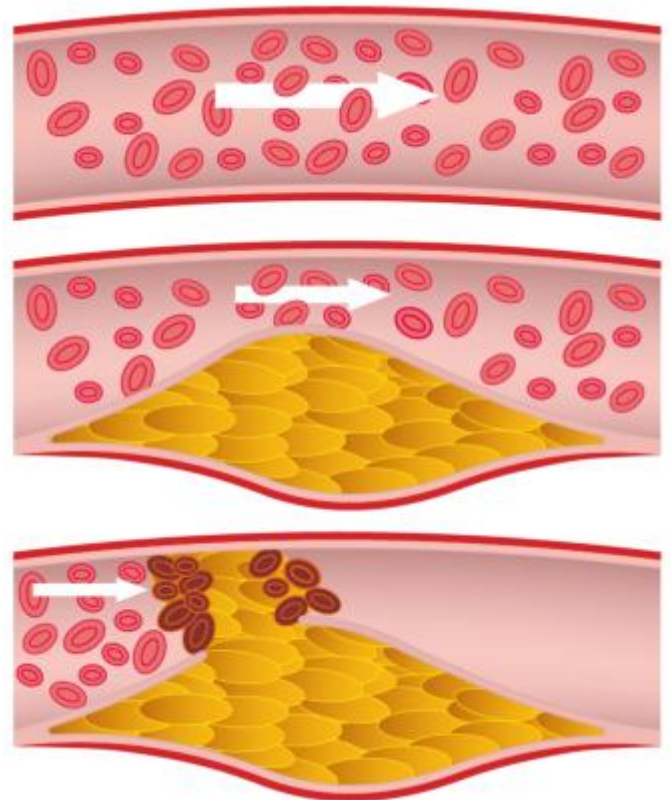
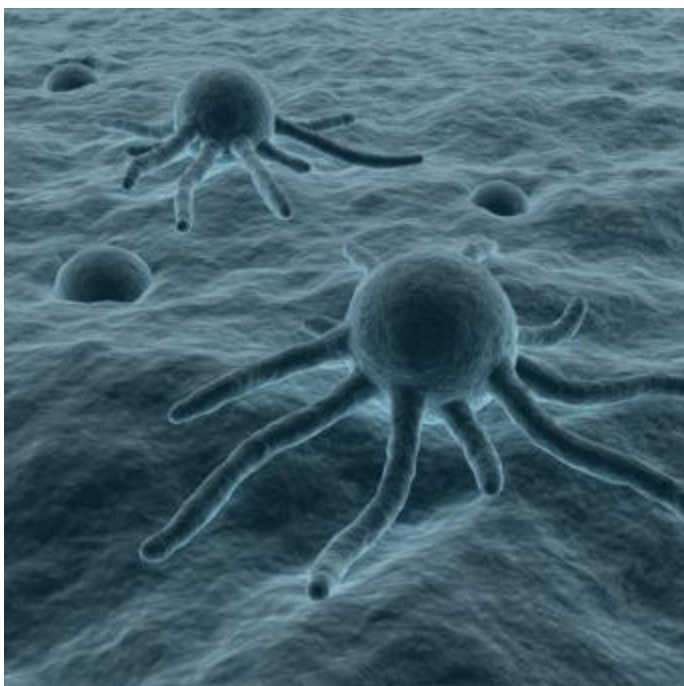


Abbildung oben: Ablagerungen von Proteinen, Fetten, Kohlenhydraten verstopfen ein Blutgefäß

Abbildung links: 3D-Bild: wissenschaftliche Darstellung von Krebszellen

Krebs

Krebs entsteht nicht plötzlich oder „aus dem Nichts“. Im menschlichen Körper ergeben sich immer wieder Zellveränderungen. Ist das Immunsystem stark, besitzt es die Fähigkeit, mutierende Zellen anzugreifen und zu vernichten. Unser Körper verfügt über imposante Selbstheilungskräfte, die wir nutzen und aktivieren können. Dadurch ist unser Körper in der Lage, sich selbst zu reparieren und zu heilen.

Unterstützen Sie ihn durch gesunde Ernährung, ausreichender Versorgung mit reinem, hochenergetischem Wasser und Änderung der Lebensweise. Bemühen Sie sich, positiv zu denken und wenigstens einmal am Tag von ganzem Herzen zu lachen. Glück fördert die Gesundheit. Wehren Sie sich gegen Druck, denn Stress wirkt immer negativ. Stärken Sie Ihre Fitness.

Das falsche Wasser kann Ihre Gesundheit zerstören

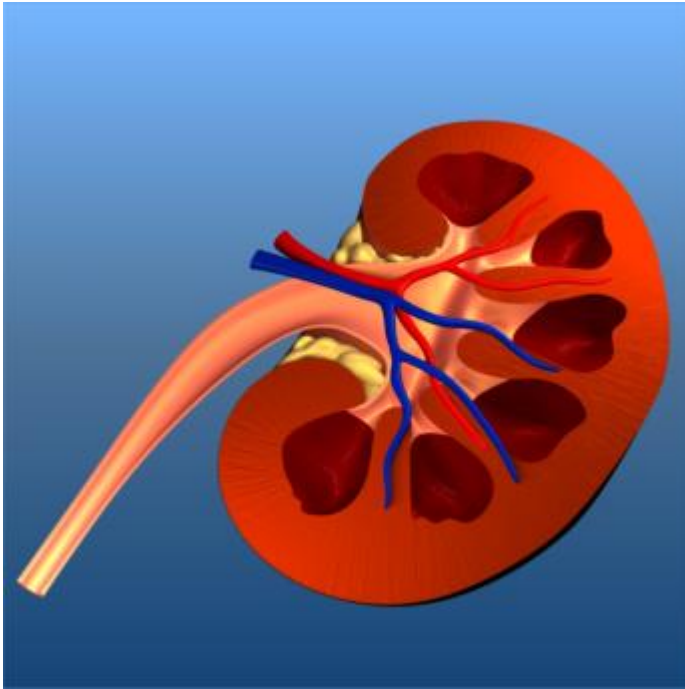


Abbildung oben: Querschnitt durch die Niere

Dr. Walker hat dies bereits in seinem Buch vorgerechnet: ein Mensch nimmt mit dem Trinkwasser über die Jahre ca. 100 kg Kalk auf. Er meint, dass davon etwa zehn Prozent im Körper verbleiben können.

Und Dr. Charles Mayo (Mitbegründer der weltberühmten Mayo-Clinic) führt aus:

"Hartes Wasser ist die geheime Ursache für viele, wenn nicht gar alle Krankheiten, die aus Giften im Verdauungstrakt entstehen. Hartes Wasser enthält eine hohe Dosis von anorganischen Mineralien, die mit den meist vorhandenen öligen und fettigen Substanzen neue unlösliche Verbindungen eingehen, die der Körper nicht verwerten kann."

Die Fremdstoffe „verbacken“ quasi zu einem fast nicht löslichen Gemenge aus Fetten, Kalk und Proteinen, lagern sich im Körper an und blockieren den gesunden Stoffwechsel. Im Darm sind sie dann Einfallstor für alle möglichen Bakterien und Viren. Dr. Mayo machte diese Ablagerungen dann u.a. auch für Nierensteine, bzw. Gallen- und Blasensteine verantwortlich.

Buchtip: Wasser kann Ihre Gesundheit zerstören
Gebundene Ausgabe – 1999
von Norman W. Walker (Autor)

Herzinfarkt und Schlaganfall

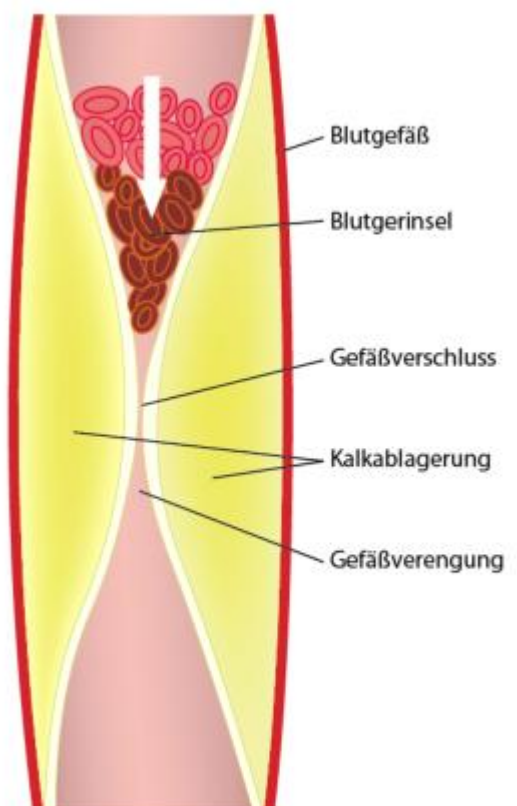
Gallen - und Nierenstein als Folge der Arterienverkalkung

Ablagerungen setzen sich an den Gefäßwänden ab. Im Laufe der Zeit verengen diese zunehmend die Blutgefäße. Im schlimmsten Fall kommt es zu einem Gefäßverschluss.

Verengungen an den Herzkranzgefäßen führen in einem Drittel der Fälle zum lebensgefährlichen Herzinfarkt oder gar zum plötzlichen Herztod.

Ein Schlaganfall droht, wenn die Halsschlagader von der Verengung betroffen ist. Mit unvorhersehbaren Konsequenzen, wie Lähmungserscheinungen oder Sprach- und Verständigungsstörungen.

Auch im Bereich des Beckens und der Beine kann es bei Thrombosen zu verhängnisvollen Folgeerkrankungen kommen.



Kopfschmerzen und Migräne durch Flüssigkeitsmangel

Studien belegen den Zusammenhang zwischen unzureichendem Trinken und daraus resultierender Dehydrierung, Kopfschmerzen und Migräne (siehe auch Seite 16 in diesem Magazin).

Unser Gehirn besteht zu ca. 75% aus Wasser. Entsprechend kritisch wirkt sich eine Unterversorgung mit Wasser aus.

Daher wirkt reines, mit wenig Fremdstoffen belastetes Wasser gegen Kopfschmerzen und Migräne.



Rückenschmerzen

Die Ursachen von Rückenschmerzen sind vielfältig. Es sind viele verschiedene körperliche, aber auch psychische Auslöser denkbar. Dabei leiden etwa 75% aller Erwachsenen mindestens einmal unter Rückenschmerzen.

Eine Quelle des Schmerzes können Veränderungen an Skelett oder Muskulatur, z.B. ein Bandscheibenvorfall, Verspannungen oder Osteoporose sein. Auch Übergewicht wirkt sich natürlich negativ aus.

Eher unspezifisch und schwer zu fassen sind Ursachen, wie Stress, Depressionen oder Schwierigkeiten im sozialen Umfeld.

Trotzdem findet ein Arzt oft keine körperliche Ursache für die Schmerzen.

Nun besteht die Bandscheibe zu etwa 80% aus Wasser. Bekommt der Körper nun zu wenig Wasser, tritt auch eine Unterversorgung der Bandscheiben mit Wasser auf. Sie verlieren an Elastizität, die Wirbelkörper sind nicht mehr so gut gedämpft, es kommt zu Nervenreizungen.

Richtiges und genügendes Trinken von Wasser sorgt für eine gute Pufferung der Bandscheiben und beugt somit vielen Arten von Rückenschmerzen vor.

Regeneration nach Sport und Arbeit

Sport, Arbeit, Stress stellen den Körper vor besondere Herausforderungen. Der Stoffwechsel ist erhöht, es entstehen entsprechend viele Abfallprodukte. Der Mineralienhaushalt ist unausgeglichen.

Hier unterstützt das Trinken von hochreinem Wasser den Regenerationsprozess. Es transportiert die Schlacken schneller ab und befördert Nährstoffe und Salze entsprechend schnell in die Zellen.

Mineralwasser (Flaschenwasser) ist allerdings wenig geeignet, verbrauchte Mineralien zu ersetzen. Die anorganischen Verbindungen können vom Körper kaum verwertet werden. Mineralien und Salze sollen daher in geeigneter Form zugeführt werden.

Hypertonische Getränke (unverdünnter Fruchtsaft, Cola etc.) sind dafür ungeeignet. Sie enthalten weniger Wasser, aber mehr gelöste Teilchen, als das Blut. Sie entziehen dem Lebenssaft das Wasser. Richtig ist es, z.B. Fruchtsäfte mit sauberem, fremdstofffreiem Quellwasser zu mischen.

Ebenso kann reines Wasser Alkohol am besten abbauen, bzw. transportieren. Schadstoffe werden schneller ausgetauscht, Nährstoffe werden besser zugeführt, der Regenerationsprozess beschleunigt.



Ideales Wasser für Ihre Gesundheit

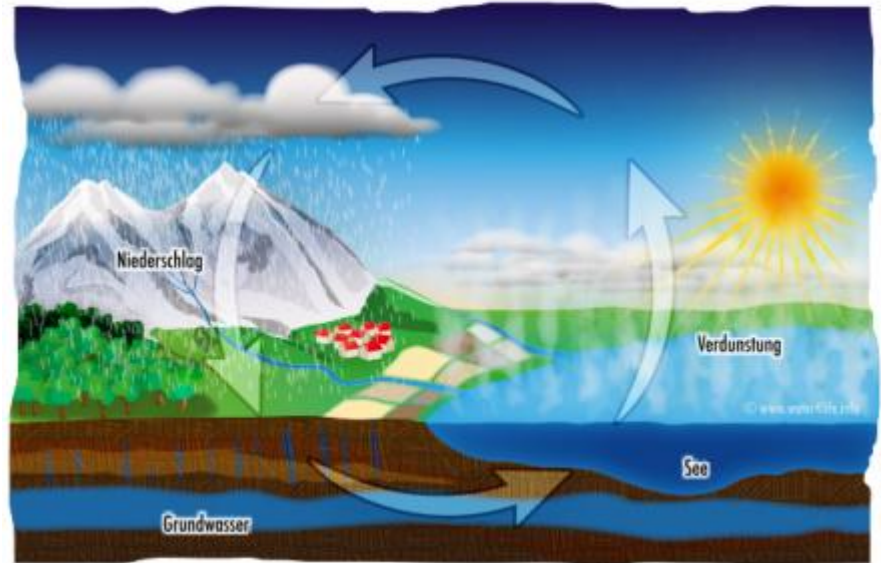
Aber was ist das? Die Wissenschaft kennt schon lange den Wasserkreislauf der Ozeane: in diesem Kreislauf verdunstet Wasser, steigt zu Wolken auf, regnet dort wieder ab und fließt auf verschiedenen Wegen zurück in die Meere.

Inzwischen fand man heraus, dass neben diesem Wasserkreislauf ein zweiter existiert. Innerhalb dieses neu entdeckten Kreislaufs, so erforschte man, fließt Wasser im Erdinneren durch flusssystemartige Strukturen und hält dadurch die Wasserkreisläufe der Erde in Balance.

Regelmäßiges Trinken von Idealem Wasser kann erfahrungsgemäß viele gesundheitliche Vorteile bringen:

- Vorbeugen gegen frühzeitiges Altern; positive Anti-Aging-Effekte.
- Steigerung und Stärkung des Immunsystems.
- Schöne, weichere und jüngere Haut.
- Geistige Fitness.
- Besseren Stoffwechsel.
- Mehr Energie.

Der natürliche Wasserkreislauf



Im Kreislauf der Natur wird Wasser durch Verdunstung und Niederschlag von Verschmutzungen gesäubert, durch die Sonne mit lebenswichtigen Photonen energetisiert, Steine in Flussläufen verleihen ihm seinen natürlichen Geschmack und durch die Verwirbelung wird die innere Oberfläche des Wassers vergrößert und auf diese Weise mit Sauerstoff angereichert. Es ist frei von Schadstoffen, reich an Sauerstoff und Energie.

In China kennt man aus alten Texten die Bezeichnung „**Wasser des langen Lebens**“. Dieses Wasser wurde mit immensem Aufwand aus Hochgebirgsregionen geholt und stand nur der Oberschicht zur Verfügung.

Unsere Empfehlungen für Ideales Wasser

Hochwertiges Mineralwasser Plose ab 1 Euro / Liter

Plose Mineralwasser ist aufgrund seiner positiven Eigenschaften besonders verträglich. Es enthält wenige Mineralien und weist deshalb einen extrem niedrigen Trockenrückstand auf. Es besitzt einen idealen pH-Wert für die menschlichen Zellen und ist reich an quellenem, natürlichem Sauerstoff.



Ideales Wasser aus der eigenen Wasserquelle für wenige Cent / L

Alternativ holen Sie sich das Wasser in der nächstgelegenen Wassertankstelle des Water4Life. Für unsere Wassertankstellen haben wir uns für die Ideal Water Systeme entschieden. Die patentrechtlich geschützte Wasserveredelungs-Technologie der Ideal Water Wasserwerke produziert ideales Wasser für den Preis von nur wenigen Cent pro Liter und das in fast unbegrenzter Menge täglich.

So haben Sie immer genügend ideales Wasser zum Trinken, für Ihren Tee, Kaffee, zum Kochen, für Ihre Haustiere und Pflanzen.





Prof. Claude Vincent entdeckte, dass z.B. die Neigung zu Krebs und Herz- Kreislauferkrankungen in den Regionen mit hartem, kalk- und salzreichem Wasser deutlich höher war, als in den Regionen mit weichem Trinkwasser.

Laut Prof. Vincent liegt der optimale Leitwert unter 130 Mikrosiemens.

Ein höherer Wert verhindert, dass das Wasser seine Transportfunktion in vollem Umfang wahrnehmen kann.

Prof. Vincent

Kriterien für gutes und gesundes Trinkwasser

Der französische Wasserforscher Prof. Louis Claude Vincent hat zwischen 1950 und 1974 im Auftrag der französischen Regierung den Zusammenhang zwischen Wasserqualität und der Krankheitsrate erforscht. In dieser Langzeitstudie konnte er nachweisen, dass an Orten mit sehr hartem, mineralischem Trinkwasser die Zahl der Herz-Kreislauferkrankungen signifikant höher lag, als an Orten mit weichem, gering mineralisiertem Wasser. Chloriertes Trinkwasser führt darüber hinaus zu einer besonders hohen Krebsrate, so die Erkenntnis aus dieser Studie.

Vincent hatte Mitte der 60er Jahre erstmals einen Zusammenhang zwischen der Beschaffenheit von Leitungswasser und den Erkrankungen bzw. Sterberaten in den betreffenden Städten ausgemacht. Anschließend begann er auch viele Mineralwässer zu testen.

Prof. Vincent kam zu dem Schluss, dass die Übermineralisierung des Blutes zu vielen Krankheiten führen kann. Um dem entgegen zu wirken empfiehlt der Pariser Hydrologe die Einnahme von möglichst mineralstoffarmem Wasser.

Die eigentliche Bedeutung des Wassers sieht Prof. Vincent, wie inzwischen viele andere Experten, in seinen elektromagnetischen Eigenschaften. Es dient so als notwendiges Lösungs- und Transportmittel für die Ausscheidung von Schlacken über die Nieren.

Zur Qualitätsbeurteilung führte Prof. Vincent neben der herkömmlichen chemischen Analyse auch physikalische Messwerte ein, wie z.B. den elektrischen Leitwert in Mikrosiemens.

Die von Prof. Vincent entwickelte Bio-Elektronische-Terrain-Analyse (BE-T-A) zählt heute zu den führenden Diagnose-Techniken der ganzheitlichen Medizin und stellt ein aussagefähiges und praktikables Verfahren zur Wasserqualitätsanalyse dar.

Deren Messwerte zeigen an, ob ein Wasser in der Lage ist, die lebensnotwendigen Aufgaben von Wasser im Organismus zu erfüllen.

Durch seine Wasserstudien erarbeitete er eine Skala, die von krankem bis zu biologisch gesundem Wasser reicht. Letzteres soll nicht nur mineralarm, sondern auch noch leicht sauer, wenig oxidiert und mit einem Leitwert von unter 130 Mikrosiemens versehen sein.

In der nachfolgenden Tabelle sehen Sie die von Prof. Vincent entwickelte Bewertung der verschiedenen Leitwerte in Mikrosiemens.

Wirkung gemäß Prof. Vincent (Sorbonne Universität Paris)	
Werte in μS	Wirkung auf den Organismus
0 - 90	sehr gute entgiftende, entschlackende Wirkung
90 - 130	gute entgiftende, entschlackende Wirkung
130 - 199	noch befriedigende Wirkung
200 - 299	keine Wirkung mehr
300 - 499	bereits belastend
500 - 1299	schlecht
ab 1300	stark belastend



Die **elektrische Leitfähigkeit des Wassers** wird in Mikrosiemens gemessen. Sie zeigt, wie viele Stoffe sich bereits im Wasser befinden und welche Wirkung das Wasser auf unseren Organismus hat.

Je höher die Fremdstoffdichte (Salze, Mineralien, Metalle usw.), desto höher ist die Leitfähigkeit. Je niedriger der Wert ist, desto reiner und besser ist die Wasserqualität.

Testen Sie Ihr Trinkwasser!

Bei der Bewertung der Qualität von Wasser spielt nach den Forschungsergebnissen von **Prof. Claude Vincent** der Leitwert des Wassers die größte und entscheidende Rolle.

Liegt der Wert z.B. unter 130 Mikro Siemens, so befinden sich sehr wenig gelöste Stoffe im Trinkwasser. Das Wasser ist weich und besitzt einen hohen Reinigungseffekt in unserem Körper.

Diese Methode, die Wasserqualität zu bewerten, hat sich grundlegend durchgesetzt und international bewährt. Allerdings schaffen es, bedingt durch die wachsende Umweltverschmutzung, die Wasserwerke nicht mehr, die entsprechende Reinheit des Wassers zu garantieren. Darum wurde und wird(!) der entsprechende zulässige Wert immer weiter erhöht. Ist das der richtige Weg, um Umweltprobleme zu lösen?

Gesetzliche Grenzwerte in Mikrosiemens (μS)			
Trinkwasserverordnung Deutschland (TWVO)		EU	WHO
1980	280 μS	EU 400 Mikrosiemens	WHO 750 Mikrosiemens
Bis 1986	500 μS		
Bis 1990	1.000 μS		
Bis 2001	2.000 μS		
Ab 2001	2.500 μS		
Heute	2.790 μS		



Mit dem Ideal Water Wassertester testen Sie Ihr Trinkwasser auf die von Prof. Vincent empfohlenen Grenzwerte.

Erhältlich bei Ideal Water über diese Web-Adresse: www.idealwater.eu

Experten aus Wissenschaft & Forschung



“Wasser arbeitet im Körper durch das, was es mitnimmt und nicht durch das, was es mitbringt.”

Prof. Henri Huchard (1844 - 1910)
Universität von Paris

“Sie sind nicht krank, Sie sind durstig! Behandeln Sie Ihren Durst nicht mit Medikamenten!”

Dr. med. Fereydoon Batmanghelidj
(1931 - 2004)
Heilung von innen mit Wasser und Salz



“Die Zelle ist unsterblich, lediglich die Flüssigkeit in der sie schwimmt, degeneriert.”

Dr. Alexis Carrel (1873 - 1944)
Nobelpreisträger für Medizin mit dem Nachweis der Unsterblichkeit der Zellen

“Wasser ist das wichtigste Lösungs- und Transportmittel. Wasser, das schon gesättigt ist, kann seine Aufgabe im Körper nicht verrichten.”

Prof. Dr. Ingo Froboese (1957 - heute)
Deutsche Sportschule Köln



„ Ich bin überzeugt, dass das Trinken von basischem Wasser auf Dauer keine gesundheitsfördernde Strategie ist.

Dr. Mercola



Deshalb ist meine deutliche Empfehlung, basische Wasser-Ionisatoren zu vermeiden! Entgiftung ist so ziemlich der einzige Nutzen basischen Wassers und dieser Nutzen ist auf sehr kurzfristigen Verbrauch limitiert (nicht länger als eine oder zwei Wochen). Und wahr ist auch, dass alkalisches Wasser keine Wunderwaffe gegen Krebs ist.

Der Schlüssel ist "Gleichgewicht": Wie bei so vielen Dingen, am Ende ist es eine Frage der Balance. Wasser, das zu sauer oder zu alkalisch ist, kann sich nachteilig auf die menschliche Gesundheit auswirken und zu ernährungsphysiologischem Ungleichgewicht führen. Ihr Körper wurde einfach nicht dafür ausgelegt die ganze Zeit stark alkalisches Wasser zu trinken.

Dr. Mercola

“Basisches Wasser – der letzte Schrei“ Ist basisches Wasser gesund?

Die Theorie hinter basischem Wasser ist, dass basisches Wasser (ionisiert) ein starker Antioxidant ist, mit zusätzlichen Elektronen, die die gefährlichen freien Radikale „wegwischen“ können, die im Blut umherfließen. Vermarktet wird dies mit dem Argument, dass basisches Wasser überschüssige Säure in den Geweben ausgleichen kann, was wiederum Krebs, sowie Arthritis und andere degenerative Krankheiten verhindern oder reduzieren könnte.

Gefahr für den Magen

Wenn Sie die ganze Zeit basisches Wasser trinken, werden Sie die Alkalität Ihres Magens anheben. Dies dämpft die Säurewirkung und schädigt damit Ihre Fähigkeit Nahrung zu verdauen, da niedrige Magensäure eine der häufigsten Ursachen von Geschwüren ist. Dies kann die Tür für Parasiten im Dünndarm öffnen und Ihre Proteinverdauung kann darunter leiden. Es bedeutet auch, dass Sie im Laufe der Zeit weniger Mineralien und Nährstoffe bekommen – in der Tat können einige dieser Auswirkungen auf die Gesundheit bereits bei eingefeischten alkalischen Wassertrinkern festgestellt werden.

Alkalinität ist möglicherweise auch ein Problem, weil es antibakteriell ist, so könnte es möglicherweise die Balance der nützlichen Bakterien Ihres Körpers stören.

Lebendiges Wasser

Ideal ist reines Wasser – Wasser, das sauber, ausgewogen und gesund, weder zu alkalisch noch zu sauer ist. Idealerweise sollte der pH-Wert Ihres Wassers irgendwo zwischen 6 und 7 sein.

Und einige der gesündesten Wässer der Welt – das aus Bergquellen – sind tatsächlich sauer im Bereich von 6,0 bis 6,5.

Das ist "lebendiges Wasser", in der gleichen Weise, wie Rohkost "lebendige Nahrung" ist. Ein Grund sind die Biophotonen, die kleinsten Einheiten des Lichts, die in allen biologischen Organismen gespeichert werden und von ihnen benutzt werden – auch von Ihnen. Lebenswichtige Energie findet seinen Weg in die Zellen über die biologisch-dynamischen Lebensmittel, die Sie essen.

In der gleichen Weise, wie rohe Lebensmittel durch Biophotonen-Energie sind, ist natürliches Wasser "lebendig".

Wasser-Ionisatoren sind keine Filter, Verunreinigungen bleiben erhalten. Es ist wirklich wichtig zu verstehen, dass der Ionisationsprozess auf keinerlei Art und Weise Ihr Wasser reinigt.

Optimieren Sie den pH-Wert Ihres Körpers

Obwohl Ihr Körper eigene Mechanismen besitzt um Ihre pH-Werte zu puffern, werden viele von Ihnen wahrscheinlich bereits, durch den Verzehr von zu vielen entvitalisierten qualitativ niedrigen Lebensmitteln, in einem Anfangsstadium von Übersäuerung sein.

Unsere Vorfahren hatten keine Probleme mit pH-Werten, weil sie sich von einer vor-landwirtschaftlichen Jäger-Sammler-Kost ernährten, die reich an pflanzlichen Lebensmitteln und qualitativ hochwertigem Fleisch und ohne Getreidekörner war.

Sie können Ihren Körper-pH-Wert durch die Kost Ihrer Vorfahren optimieren – einer rohstoffreichen, Bio-, Vollwertkost – was dazu beitragen wird, Ihren Körper in ein physiologisches Gleichgewicht zu bringen.

Dr. Elvan Erdal Doktor der Humanbiologie und Apotheker über Trinkgewohnheiten

» Unser Körper besteht etwa zu zwei Drittel aus Wasser. Es ist eine der größten Gefahren, dass es den Zellfunktionen an Wasser mangelt und es im zunehmenden Alter wegen zu geringer Flüssigkeitsaufnahme zu Austrocknungen kommt.



Der Körper des Erwachsenen besteht etwa zu 65 Prozent aus Wasser. Geringes Durstgefühl lässt weniger trinken. Den Zellfunktionen mangelt es dadurch an Wasser, was auch bei jungen Menschen zunehmend zu einer Dehydrierung führt.

Durch Flüssigkeitsmangel können die Giftstoffe im Körper nicht mehr abtransportiert werden, mit der Gefahr, dass die Elastizität der Zellen mehr und mehr abnimmt und schließlich erlahmt. Es gibt kein System im Körper, keine Zelle und keinen intrazellulären Raum, der nicht vom Wasser abhängig ist.

Unabhängig von der ausreichenden Wasserzufuhr verlieren die Zellen unseres Organismus jedoch mit zunehmendem Alter ständig ein wenig Wasser. Interessanterweise macht das Gehirn aber den

umgekehrten Prozess durch: Der Wassergehalt des Gehirns nimmt mit dem Alter zu. Das zeigt uns, dass der Mensch mit zunehmendem Alter aktiv und kreativ werden, sein Gehirn weiter trainieren und so auch hohen Ansprüchen gerecht werden kann.

Die durchschnittliche Wasserabgabe - durch Atmung, Hautatmung, Urin und Stuhl - und der Wasserumsatz des Mitteleuropäers beträgt ca. 2,4 Liter. Das muß vom Körper über das Wasser in der Nahrung, z.B. Obst und Gemüse, und das Wasser, das durch den Stoffwechsel entsteht, wieder kompensiert werden. Daraus ergibt sich, dass die minimalste Wasseraufnahme eines Erwachsenen pro Tag rund 1,5 Liter betragen sollte.

Auch die vermehrte Abgabe von Körperflüssigkeit durch Schwitzen, bei schweren Arbeiten, Sport usw. muss durch vermehrtes Trinken ausgeglichen werden. Normalerweise macht sich dann auch ein stärkeres Durstgefühl bemerkbar. Wenn



Betrachten wir einige der Aufgaben des Wassers im Körper:

- die Versorgung aller Zellen und Gewebe mit Wasser in der richtigen Quantität und Qualität
- die Regulierung des osmotischen Druckes der Flüssigkeitsräume
- die Mitwirkung an der Regulierung des Elektrolythaushaltes
- die Regulierung des Säure-Basen-Haushaltes
- Reaktionsmittel bei chemischen Prozessen,
- Lösungsmittel bei wasserlöslichen Stoffen
- Reinigung des Körpers
- Endothelschutz
- Transportmittel
- Temperaturregelung

das nicht der Fall ist, werden bald Befindlichkeitsstörungen auftreten.

Ein wichtiger Faktor des geregelten Säure-Basen-Haushaltes ist der optimale pH-Wert des Blutes (7,4). Das Blut ist dann neutral bis schwach alkalisch. Durch Abweichungen davon entstehen Stoffwechselstörungen. Ein Faktor, der diese Konstante gewährleistet, ist die Niere. Wenn sie z.B. eine latente Funktionsstörung hat und es dadurch zu verminderter Wasserausscheidung kommt, sinkt der pH-Wert, und es kommt zu einer Übersäuerung. Von daher sind der Wasser- und der Säure-Basen-Haushalt eng miteinander verbunden. Da in unserer Ernährung und Lebensweise die Säurebildung die Basenaufnahme übersteigt, müssen die überschüssigen H⁺-Ionen (Wasserstoffionen) durch die Niere ausgeschieden werden. Wenn das nicht geschieht, kommt es zu Verschiebungen im Säure-Basen-Gleichgewicht. Dieses Gleichgewicht wird dann durch andere Kompensationsmechanismen wieder hergestellt. Das kann durch die Abpufferungen der H⁺-Ionen mittels Kalzium und Magnesium erfolgen, das vor allem den

dass keine schädlichen Einwirkungen auftreten, wobei in manchen Fällen z. B. bei der Chlorierung des Wassers den Wasserwerken ein gewisser Spielraum gelassen wird, falls durch Bakterien oder sonstige Verseuchungen eine Gefahr droht. Es ist nicht genug Platz in diesem Skript, um den Streit um diese Grenzwerte zu schildern. Es ist sicherlich ein Vorteil, dass es überhaupt Grenzwerte gibt, da in vielen Ländern ohne solche Kontrollwerte und -funktionen nach Schätzung der WHO jährlich etwa 25 000 Menschen an den Folgen verschmutzten Wassers sterben.

Trotzdem müssen wir hier klarstellen, dass das Wasser als energetischer Informationsträger und chemischer Verbindungsträger fungiert, wenn man bedenkt, dass wir diese Mengen der belastenden Stoffe, die auch im kleinsten Bereich zu finden sind, ein Leben lang zu uns nehmen. Wir müssen weiterhin bedenken, dass die Grenzwerte für einzelne Stoffe festgelegt sind, dass aber niemals die Wechselwirkungen der Stoffe untereinander geprüft worden sind. Aus biophysikalischer Sicht orientiert sich



Thomas Freitag
Präsident des Water4Life
Europäisches Institut für Gesundheit und Wasserqualität
Gesundheit und Wohlbefinden der Menschen in aller Welt werden maßgeblich durch die Qualität unseres Trinkwassers beeinflusst – sei es in der Dritten Welt oder in den Industrieländern. Auch die Güte unserer Lebensmittel wird entscheidend durch die Reinheit des Wassers bestimmt. Deshalb setze ich mich mit aller Kraft und Ausdauer dafür ein, dass jeder Mensch die Möglichkeit erhält, "Ideales Wasser" trinken und nutzen zu dürfen.

Als Vergleich: Das Meerwasser hat hier die höchste Leitfähigkeit, gefolgt von einigen Mineralwassern, die unter diesem Aspekt, wenn sie nicht kurzfristig nur als Kur getrunken und individuell verordnet werden, eine enorm schädigende Wirkung auf den Körper haben können. Reines Wasser hat einen sehr niedrigen Leitwert von nur max. 130 Mikrosiemens und weniger.

Beachten Sie hierzu auch unsere kostenlosen Webinare!



» Je schlechter das Wasser, umso schlechter der allgemeine Gesundheitszustand.

Je besser das Wasser, umso besser der allgemeine Gesundheitszustand.

Knochen und Zähne entnommen wird. Daraus können sich im schlimmsten Fall schlechte Zähne und sogar Osteoporose entwickeln.

Man muss wissen, dass das sogenannte Trinkwasser (Leitungswasser), das wir täglich verwenden, mit hohen Belastungen fertig werden muss, bzw. die Wasserwerke uns die Trinkwasserqualität sichern müssen. Es wird von Bakterien, Pilzen, Viren verschmutzt, ebenso durch industriell hergestellte Gifte, ob das nun Pilz-, Unkraut-, Schnecken-, Insektengifte sind oder anorganische Abfallstoffe wie Arsen, Asbest und Schwermetalle. Hinzu kommen auch radioaktive Substanzen, die ins Grundwasser gelangen wie Plutonium, Radium und Strontium 90. Um die Qualität zu garantieren, gibt es die sogenannten Grenz- und Richtwerte, die in Deutschland gültig sind und die uns garantieren sollen,

Trinkwasserqualität an drei messbaren Größen. Dem pH-Wert, dem RH2-Wert und dem in μS Wert. Der pH-Wert von Wasser soll im Idealfall zwischen 6,4 und 6,8 liegen.

Der in μS -Wert ist der wichtigste Wert. Es ist der elektrische Leitwert des Wassers, gemessen in Mikrosiemens. Dieser wird durch die Gesamtmenge der Fremdstoffe (Metalle, Mineralien, etc.) im Wasser bestimmt. Je mehr Mineralien im Wasser enthalten sind, desto höher ist der Leitwert. Und natürlich umgekehrt, je weniger Mineralien das Wasser enthält, je niedriger also die Leitfähigkeit ist, um so niedriger ist der Leitwert und dieser Wert sollte weit unter 130 Mikrosiemens sein. Reines Wasser leitet den elektrischen Strom also kaum noch, nur wenn viele Ionen darin sind, kann der Strom fließen.

Mach mit und trink Dich fit!

Fitter.
Gesünder.
Mehr Wohlbefinden.

Die Water4Life-Trinkkur

Die Water4Life-Trinkbewegung

Trinken Sie 4 Gläser Wasser
nach dem Aufstehen.
Was das bewirkt, ist schier
unglaublich.

Auf wasser-wissen.org und in unserer Water4Life-Facebook-Gruppe veröffentlichen wir immer wieder wertvolle Tipps für Ihre Gesundheit und Schönheit. Einen der Tipps, die Water4Life Trinkkur, stellen wir Ihnen hier heute vor.

Mit dieser einfachen Methode lassen sich viele Krankheiten behandeln. Ansonsten wird diese Kur allgemein zu einem gesunden, glücklichen Leben führen.

Eine japanische Studie schlägt dabei für verschiedene Krankheitsbilder unterschiedlich lange Anwendungszeiten dieser Wasserkur vor. (Details hierzu auf den Seiten 21/22)

Hier einige Beispiele:

- Hoher Blutdruck: Empfehlung mindestens 30 Tage
- Gastritis: Empfehlung mindestens 10 Tage
- Diabetes: Empfehlung mindestens 30 Tage
- Verstopfung: Empfehlung mindestens 10 Tage

Anders, als fast jedes Medikament, hat diese Kur nur erwünschte Wirkungen, wie z.B. die Entlastung der Niere. Allenfalls muss man durch die hohe Wasseraufnahme öfter zur Toilette.

Nachfolgend einige Krankheitssymptome, die mit chronischem Wassermangel im Zusammenhang stehen:



Rückenschmerzen - das große Volksleiden

Jahr für Jahr gibt es bundesweit mittlerweile 40 Millionen Fehltage wegen Rückenschmerzen. Das bedeutet, statistisch gesehen, war ca. jeder 12te Arbeitnehmer krank geschrieben. Auch die Erkrankungsdauer liegt mit 17,5 Tagen über dem Durchschnitt. Ein gewaltiger volkswirtschaftlicher Schaden!

Oftmals kann der Orthopäde aber keine klare Ursache erkennen. Es sind eben keineswegs immer Probleme an Skelett oder Muskulatur. Neben psychischen Problemen („der Rücken muss alle Lasten tragen“), gibt es aber eine ganz andere Ursache für Rückenprobleme – nämlich chronischen Wassermangel.

Durch falsches Trinken, zu wenig Aufnahme von Wasser, leidet der Wasserhaushalt des Körpers. In der Folge werden die Bandscheiben mit zu wenig Flüssigkeit versorgt. Sie verlieren dann aber an Volumen und Elastizität und können ihre Pufferfunktion nicht mehr ausüben.



Bei Flüssigkeitsmangel trocknen die Bandscheiben aus und werden immer flacher. Und das ist dann oftmals die Ursache für Rückenschmerzen, deren Ursache zunächst nicht erkennbar ist. Nachts saugen sich die Bandscheiben wiederum mit Wasser voll und sind dann etwa doppelt so stark, wie am Abend. Deshalb sind die meisten Menschen morgens ca. 2 cm größer als abends.

Rückenschmerzen - die
genauen Ursachen sind oft
nicht leicht zu entdecken

Wassermangel spielt hier oft
eine wichtige Rolle



Dr. Michael Ehrenberger

Praktischer Arzt, Ganzheitsmediziner und Buchautor

Wasser ist die Grundlage allen Lebens auf unserem „blauen Planeten“ Erde. Ohne Wasser sterben die meisten Lebewesen innerhalb weniger Tage. Trotzdem, dass uns diese einfachen Tatsachen natürlich bekannt sind, hat die Medizin scheinbar auf sie vergessen. Nur wenige Ärzte raten ihren Patienten dazu mehr zu trinken und auch in vielen Spitälern wird auf das Heilmittel Wasser verzichtet.

Vor einigen Jahren machte ein Arzt, Dr. Batmanghelidj, uns darauf aufmerksam, wie wichtig es ist, dem Körper ausreichend reines Wasser zuzuführen. Laut seinen Aussagen sind viele chronische Leiden mit einem latenten Wassermangel in unseren Körpern verbunden. Seine Heilerfolge durch eine Normalisierung des Wasserhaushaltes geben Dr. Batman-ghelidj recht.

Allerdings sollten wir genau auf die Qualität unseres Trinkwassers achten. Wasser sollte natürlich keine Schadstoffe enthalten, mineralstoffarm und reich an Biophotonen sein.

*Der Firma **Ideal Water** ist es gelungen, ein Gerät zu entwickeln, das in der Lage ist, bestes Trinkwasser zu produzieren. Das Wasser wird gefiltert, verwirbelt und mit Biophotonen angereichert, lauter Vorzüge die nur reines Quellwasser aufweist. Für mich gibt es keine bessere Gesundheitsvorsorge.*



Kopfschmerzen und Migräne

Mittlerweile gibt es viele Studien, die belegen, dass das Trinken von reinem Wasser gegen Kopfschmerzen und Migräne hilft. Umgekehrt begünstigt Wassermangel Kopfschmerzen und Migräne.

Leider ist dieser Umstand wenig bekannt.

Wichtige Regel: Trinken Sie täglich ca. 2 Liter reines Wasser. Kindergartenkinder brauchen täglich ca. 1 Liter, Kinder über 7 Jahre etwa 1,5 Liter gesundes Wasser.

Unsere Empfehlung: ideales Wasser



Grundsätzlich sollte man täglich, je nach Körpergewicht und Aktivität, zwischen zwei und drei Liter reinem Wasser zu trinken. Dies beugt, gemäß vielen Studien, Kopfschmerz und Migräne vor.

Kopfschmerzen stellen sich beispielsweise oft vor dem Auftreten der Periode ein. Sollten die Kopfschmerzen schon da sein, empfiehlt es sich unmittelbar, etwa einen halben bis zu einem Liter Wasser zu trinken. Viele Schmerzpatienten reagierten in einer Studie darauf positiv und oftmals verschwanden die Kopfschmerzen dann völlig. Dies ergab z.B. eine Studie an der **Universität Maastricht**.

Zu ganz ähnlichen Ergebnissen kam auch eine Studie an der **Londoner Klinik für Migräne**. Und so erklärt auch die **Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft**, Stefanie Förderreuther: "Es ist eine lang bekannte klinische Erfahrung, dass Unregelmäßigkeiten im Tagesablauf Migräne-Attacken auslösen können. Einer der Migräne auslösenden Faktoren scheint, neben Hormonschwankungen oder Stressbelastungen, auch zu geringe Flüssigkeitszufuhr oder das Auslassen einer Mahlzeit zu sein."

Eine unmittelbar einleuchtende Erklärung könnte ja sein, dass das Gehirn zu ca. 75% aus Wasser besteht. Fehlt nur ein Liter, stellen sich bereits die ersten Symptome ein:

- 2/3 **der Kopfschmerzpatienten** gaben an, dass Ihre Beschwerden bereits innerhalb einer Stunde nach dem Trinken von einem halben Liter Wasser verschwanden.
- Bei 1/3 der Patienten dauerte es 1 bis 3 Stunden - dann waren auch ihre Beschwerden "weggetrunken".
- 95% der befragten **Migränepatienten** bestätigten, dass eine Schmerzattacke durch Flüssigkeitsmangel ausgelöst werden kann.
- Wenn **ältere Menschen** plötzlich verwirrt, ständig müde oder sogar dement sind, kann unter Umständen Wassermangel dahinterstecken. Solche Symptome werden oft genau wie Kopfschmerzen durch Flüssigkeitsmangel ausgelöst.
- Verlieren **kleine Kinder** beim Toben und Spielen zu viel Flüssigkeit, können Kopfschmerzen bis hin zum Fieber die Folge sein.

Als wesentlicher, weiterer Faktor wird die Übersäuerung des Körpers durch falsche Ernährung genannt. Dem kann man durch Aufnahme von viel reinem Wasser entgegenwirken und die Übersäuerung des Körpers durch Süßigkeiten, Milchprodukte, Fleischkonsum, aber auch Kaffee und schwarzen Tee kompensieren.

Jeder sollte daher auf einen ausgeglichenen Wasserhaushalt achten. Das kontinuierliche Trinken von Wasser über den Tag verteilt, sowie die gezielte Zufuhr von Wasser bei aufgetretenen Kopfschmerzen, sind probate Mittel, um Kopfschmerz und Migräne zu verhindern.

Asthma - wenn das Atmen schwer fällt

Asthma ist eine entzündliche Erkrankung der Atemwege und gehört zu den weltweit häufigsten chronischen Beschwerden. Rund 300 Millionen Menschen sind davon betroffen – in Deutschland alleine etwa 3 bis 5 Prozent der Erwachsenen und zirka 10 Prozent der Kinder. In Ländern wie USA, Großbritannien, Irland, Australien und Neuseeland liegt die Rate weitaus höher.

Bei Kindern tritt allergisches Asthma besonders auf. Es wird durch sogenannte Allergene ausgelöst.

Bei Asthmatikern ist der Histamingehalt in der Lunge stark erhöht, was zu einer Verengung der Bronchien führt. Asthma und Allergien werden daher in der Regel mit Antihistaminika behandelt. In einem gesunden Körper wird es normalerweise über die Enzyme Diaminoxidase und DAO abgebaut.

Histamin ist jedoch auch ein lebenswichtiges Hormon, wird in unseren Abwehrzellen gebildet und arbeitet dort auch in unserer Immunabwehr. Histamin ist gleichzeitig ein Neurotransmitter, der den Durstmechanismus reguliert und so für eine vermehrte Wasserzufuhr sorgt. Es baut außerdem eine Art Rationierungssystem zur Verteilung des verfügbaren Wassers im durstigen Körper auf.

Die Histaminproduktion steigt exponentiell zur Entwässerung des Körpers. Das bedeutet, bei Wassermangel, beginnender Dehydrierung, steigt die Histaminproduktion sofort an. Histamin sorgt dafür, dass das Wasser im Körper gehalten wird. Wenn wir nun bei Durst genug trinken, wird das Histamin bei einem gesunden Menschen schnell wieder abgebaut. Dies wurde zumindest in Tierversuchen nachgewiesen.

Wasser ist somit ein natürliches Antihistaminikum!

Wird der Körper durch ausreichendes Trinken wieder mit Wasser versorgt, verschwindet das Histamin eben auch aus dem Bronchiensystem, in dem es ansonsten schädlich wirkt, die Histaminproduktion wird reduziert.

Reines Wasser kann sich also günstig auf die Heilung von Asthma und Allergien auswirken. Histamin reizt das Bronchialsystem zu erhöhter Aktivität. Wasser reduziert die Histaminproduktion. Die Histaminwerte sinken durch das Trinken von reinem Wasser. Eine Verbesserung der Symptome zeigt sich oft bereits nach wenigen Wochen gezielten Trinkens von Wasser.

Asthma und Allergien sind oft Notsignale des Körpers, mit denen er auf Wassermangel aufmerksam macht



Erfahrungsbericht Margot Pfister, Park Hotel Schweinfurt

"Die Natur hat UNS ALLEN etwas unglaublich wertvolles geschenkt. Einige denken, dass sie dieses Geschenk an alle Lebewesen, verknappen, verunreinigen, veruntreuen müssen und es sogar noch als Waffe einsetzen.

Dann aber gibt es ein paar tolle Jungs, die eine Anlage bauen, die uns die Reinheit, die Stärke und die Heilkraft des Wassers wieder bringt. Ich danke der Ideal Water Gruppe sehr dafür.

In Schweinfurt betreibe ich ein Café, namens Callisto – es hat natürlich eine Gläserspülmaschine. Diese war sehr schnell verkalkt. Nach ca. 8 Tagen Nutzung von Ideal Water war die Maschine wie neu – keinerlei Kalk mehr zu sehen.

Ideales Wasser ist nicht nur ideal – es ist genial!"

Ideales Wasser ersetzt weder den Gang zum Arzt, noch die Einnahme von Medikamenten!

Ein gesundes Bindegewebe verhindert Cellulite

Unser Körper arbeitet täglich auf Hochtouren. Doch seine ursprünglich naturorientierte Versorgung ist heute vielfach toten Nahrungsmitteln gewichen. Hier ist es der Leistungsfähigkeit unseres Stoffwechsels zu verdanken, dass unerwünschte Gift- und Schadstoffe über den Darm, die Nieren, die Lunge und den Schweiß der Haut ausgeschieden werden.

» Der Körper ist eine große Mülldeponie. Je älter wir werden, desto mehr Schadstoffe aus Medikamenten, Umwelt, Essen hat er eingelagert. Dazu kommen emotionale Belastungen und Stress.

Zitat einer Ärztin in einer großen deutschen Frauenzeitschrift.



Um diesen Entsorgungsprozess zu unterstützen und die ständige Erneuerung der Körper-flüssigkeit sicherzustellen, benötigt der Körper Wasser, klares, reines, sauberes Wasser und davon täglich 1,5 bis 3 Liter. Bleiben Schadstoffe zurück, lagern sie sich im Bindegewebe ein.

Das Bindegewebe ist ein weit unterschätztes Regulationssystem. Für den Körper unverzichtbar, denn 70 % seiner Masse besteht durchschnittlich aus diesem Gewebe. Es dient als Wasserspeicher und ist die Schaltstelle für die Nährstoffversorgung und die Schadstoffent-sorgung unserer Zellen. Das Gewebe hält Organformen aufrecht, leitet Nervenimpulse weiter, schützt vor Beschädigung und spielt als Ort von Abwehrreaktionen gegen Krankheitserreger eine zentrale Rolle.

Alles schwimmt im Bindegewebe. Zwischen den Zellen des netzartigen Gewebes befindet sich eine Flüssigkeit, die in ihrer Zusammensetzung nahezu identisch mit dem Meerwasser ist. Alles wird davon umhüllt, umgeben, versorgt, geschützt, gestützt, es verbindet jede der ca. 90 Billionen Körperzellen miteinander. Um diese Schutzfunktion gewährleisten zu können, benötigt das Bindegewebe volle Wasserspeicher.

Sind die Zwischenspeicher jedoch mit Schadstoffen aller Art (Schwermetallen, Medikamentenrückständen, Umweltgiften, Stoffwechselendprodukten) gefüllt, wird die Wasserversorgung erschwert. Dies führt zu einer Gewebeübersäuerung. Das Bindegewebe verliert an Elastizität und kommt seiner Funktion als Stütz- und Halteapparat nur noch erschwert nach. Man spricht dann von Bindegewebsschwäche.

Bindegewebsschwäche kann auch genetisch bedingt sein. Generell betrifft sie weniger die Männer als vorwiegend das weibliche Geschlecht. Dies hängt mit der besonderen Bindegewebsstruktur, dem Hautaufbau und dem Hormonstatus der Frau zusammen. Es gibt aber viele weitere, schädliche Faktoren, z.B.:

- Unterversorgung mit reinem, lebendigem Wasser
- extrem fettreiche Ernährung
- Ernährung mit vielen Giftstoffen
- starkes Übergewicht, Mangel an Bewegung und Sport
- Nikotingenuß
- Stress
- Medikamente, die zur Übersäuerung des Gewebes führen

Der Weg, die ungewollten Fetteinlagerungen zum Schmelzen zu bringen, erfordert Ausdauer und Disziplin. Dazu gehören regelmäßige Bewegung und Sport, ein gesunder Ernährungsplan, Nikotinabbau, zusätzliche Massagen und die richtige Pflege der Haut.

Entscheidend bei diesem Prozess ist aber die Versorgung des Körpers mit gesundem Wasser, Minimum 2 Litern am Tag. Nur ungesättigtes Wasser, das frei von belasteten Fremdstoffen ist, kann in hohem Maße Schadstoffe abtransportieren. Dies hat bereits Prof. Vincent in seinen Studien, siehe Seite 9 und 10, nachgewiesen. Ideales Wasser entspricht diesen Kriterien.

Wasser macht schlank

» Wasser dient nicht nur als Durstlöscher, sondern auch als Stoffwechselaktivator.

*Dr. med. Michael Boschmann
von der Charité
Universitätsklinik in Berlin*

Schön sein, schön bleiben!

Wasser ist ein geeignetes Mittel zur aktiven Gewichtsreduktion. Das bestätigte unter anderem die Arbeitsgruppe um Dr. Michael Boschmann von der Charité Universitätsklinik in Berlin.

„Wasser dient nicht nur als Durstlöscher, sondern auch als Stoffwechselaktivator“ stellte der Forscher fest.

„So sei der **Energieumsatz bei einer kleinen Testgruppe um etwa 30% gestiegen**, als die Frauen und Männer morgens auf nüchternen Magen einen halben Liter Wasser tranken.“

Dieser Effekt, die **Aktivierung des Verdauungssystems**, sei für ca. eine bis eineinhalb Stunden messbar. Er summiert sich aufs Jahr auf einige Kilogramm potentieller Gewichtsabnahme.

Dr. Boschmann empfiehlt grundsätzlich, auch zwischen den Mahlzeiten öfter ein Glas Wasser zu trinken. Über den Tag verteilt, rät er, im Winter ca. eineinhalb Liter, im heißen Sommer zwischen zwei bis drei Liter zu sich zu nehmen. „**Der Körper brauche permanent Wasser, damit er rund läuft**“.

Eine weitere Studie (erschieden im „American Journal of Clinical Nutrition“) belegt einen Zusammenhang zwischen Wassertrinken und Gewichtsreduktion: Ältere übergewichtige Menschen, die vor jeder Mahlzeit einen halben Liter Wasser tranken, verloren innerhalb von drei Monaten rund zwei Kilo Gewicht gegenüber einer Kontrollgruppe, die dies nicht tat.



5 Tipps für richtiges Trinken in der Schule

1. Frühstück

Kinder sollen ein gesundes Frühstück einnehmen und bereits zuhause reichlich trinken. Ein ausgewogenes Frühstück besteht beispielsweise aus Obst, Gemüse, Brot oder Müsli, etwas an Milchprodukten und ausreichend Wasser.

2. Mitnahme von Getränken

Kinder brauchen eine Trinkflasche, die sie in den Unterricht mitnehmen können. Diese Trinkflasche sollte idealerweise aus Edelstahl bestehen. Es gibt auch entsprechend leichte Flaschen. Plastikflaschen sind dabei zu meiden, denn sie sondern unter Umständen schädliche Stoffe ab. Entsprechende Flaschen können über den Water4Life bezogen werden.

3. Qualität der Getränke

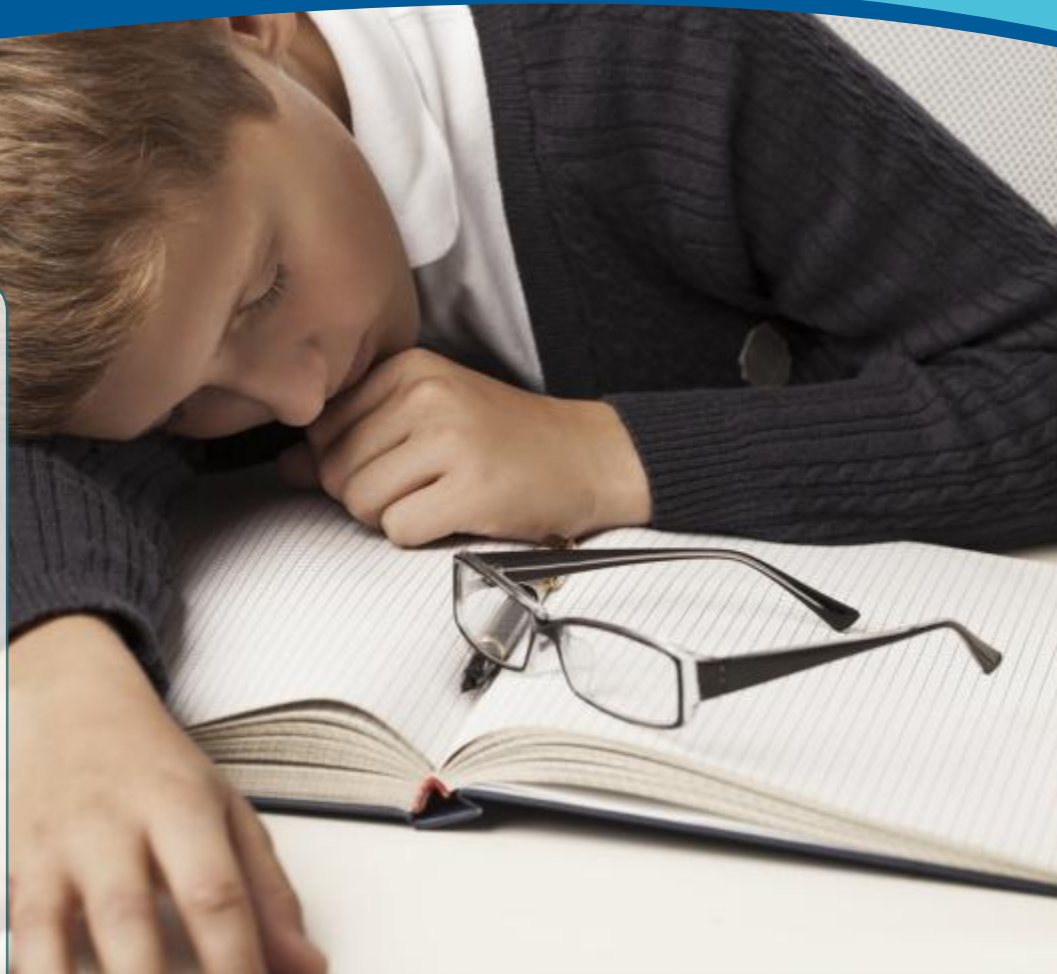
Reines und möglichst quellfrisches Wasser ist von Vorteil. Keine zuckerhaltigen Getränke! Alle notwendigen Nährstoffe werden über die Nahrung aufgenommen. Das Wasser sollte die Qualitätskriterien gemäß Prof. Vincent erfüllen. Siehe auch Seite 9 und 10 in diesem Magazin.

4. Frühstückspause

Daher ist auch ein ausgewogenes Pausenpaket sinnvoll: es enthält vor allem Obst. Der enthaltene Fruchtzucker versorgt die Kinder mit der nötigen Glucose.

5. Trinken nicht erst bei Durst

Kinder sollen auch im Unterricht trinken. Nicht erst, wenn sich Durstgefühl einstellt und nicht nur in den Pausen. Das erfordert eine entsprechende Thematisierung durch Eltern und Lehrer.



Durstige Kinder lernen schlechter

Etwa die Hälfte der Kinder und Jugendlichen trinkt zu wenig. Das Durstgefühl ist noch zu wenig ausgeprägt. Beim Spielen und Toben wird es ignoriert oder erst gar nicht bemerkt. Zusätzlich geht ein Drittel der Kinder ohne Frühstück, bzw. Pausenmahlzeit in die Schule. Die Folgen sind Müdigkeit, Konzentrationsmangel und Leistungsschwäche

Dieser Zusammenhang ist durch mehrere Studien schon lange wissenschaftlich nachgewiesen.

Bereits ein Wassermangel von wenigen Prozent führt zu kritischen Symptomen und Folgen (siehe dazu auch Seite 3 in diesem Magazin). Sehr stark leidet darunter die geistige Leistungsfähigkeit, da das Gehirn nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen versorgt wird. Die Versorgung der Gehirnzellen durch Glucose und Sauerstoff erfolgt gewöhnlich über das Blut. Das Blut kann diese Funktion aber nur übernehmen, wenn es über eine ausreichende Viskosität verfügt. Und genau hier spielt regelmäßiges

Trinken eine maßgebliche Rolle. Bereits ein bis zwei Prozent Dehydrierung setzen die Fließfähigkeit deutlich messbar herab.

In einer Untersuchung wurde bewiesen, dass bereits 300ml Wasser die kognitiven Fähigkeiten der Kinder beeinflusst. (Benton & Burgess, 2009)

Zehn- bis Zwölfjährige können unter Dehydrierung erheblich schlechter zuhören. Ebenso reduziert waren u. a. Mustererkennung, Merkspanne und Flexibilität. (Bar, 2005 und Edmonds, Burford, 2009)

Eine Studie an der Universität Erlangen-Nürnberg zeigt eine Schwächung des Kurzzeitgedächtnisses. Zudem litten darunter die Flexibilität sowie die Fähigkeit komplexe Dinge zu begreifen. Auch war das Lerntempo reduziert.

Besonders kritisch erscheint auch der Umstand, dass diese negativen Auswirkungen in den Untersuchungen langfristigen Bestand aufweisen. Ein Wassermangel wirkt sich also nicht nur kurzfristig im Unterricht aus. Noch über Tage danach war die Leistungsfähigkeit der betroffenen Kinder beeinträchtigt.

Und so einfach geht es: Die Wasserkur mit gesundem, wohltuendem, idealem Wasser!



Nicht nur der Arzt **Dr. med. F. Batmanghelidj** („Sie sind nicht krank, Sie sind durstig!“) wusste um die Heilkräfte des Wassers. In seinem Buch erläutert Dr. Batmanghelidj, warum Krankheits-symptome (wie Diabetes, Krebs, beeinträchtigte Gehirnfunktionen bis hin zum chronischen Müdigkeitssyndrom) als Schreie des Körpers nach Wasser verstanden werden sollen – und warum sie auch so zu behandeln sind. Wassertrinken und eine optimale Versorgung mit Salzen und Mineralstoffen, das ist der Königsweg zu Gesundheit und Wohlbefinden.

Auch in Japan hat eine medizinische Gesellschaft die Wirksamkeit von Wasser bewiesen. Dabei haben die Japaner eine sehr einfache Methode entwickelt, die aber sehr beeindruckend ist.

Dort wies man nach, dass Leiden wie Kopfschmerzen, Rückenprobleme, Herzrasen, Bronchitis, Durchfall oder Menstruationsbeschwerden oftmals durch Wassermangel verursacht werden und mit einer einfachen Wasserkur beseitigt werden können.

Mach mit und trink Dich fit!

Die Trinkkur wirkt unterstützend bei Erkrankungen und dient einer generellen Gesundheitsvorsorge. Sie dient zudem jedem interessierten Wassertrinker dazu, den tatsächlichen Unterschied zwischen dem bisher getrunkenen Wasser und dem reinen und sauberen Idealen Wasser der Water4Life Wassertankstelle herauszufinden.

Auf Basis all dieser Erkenntnisse empfehlen wir Ihnen daher die nachfolgend beschriebene Wassertrinkkur.

Lassen Sie sich überraschen, wie gut Ihnen das Ideale Wasser tun wird. Beginnen Sie mit einer einwöchigen Kur. In der japanischen Studie werden unterschiedlich lange Anwendungszeiten vorgeschlagen.

Wir empfehlen grundsätzlich, diese Kur nicht nur kurzfristig anzuwenden, sondern das Trinkverhalten langfristig danach auszurichten.

Gehen Sie auf die Website www.TrinkDichFit.info, melden Sie sich an und holen Sie sich Ihr E-Book!



Die Wasserkur hilft bei:



Gastritis



Diabetes



Verstopfung



Hohem Blutdruck

Zehn einfache Schritte zu mehr Wohlbefinden!

"Wasser ist Leben!"

Fördermitglied, Hotelbetreiber
Gerhard Rehheusser



„Gerade haben wir an unserem Wasserwerk unseren jährlichen Filterwechsel gehabt. Kaum zu glauben, was da alles aus den Filtern herausläuft.“

Wir sind seit nunmehr 10 Jahren hochzufrieden mit unserem Ideal Water Wasserveredelungssystem. Wir trinken das ideale Wasser nicht nur, sondern verwenden es im ganzen Haushalt!“

"Ich trinke nur noch Ideales Wasser!"

Fördermitglied, Speaker
Clemens Ressel



Clemens Ressel, ehemals Profisportler, ist heute Trainer und Unternehmer, trainiert u.a. Sportler und Trainer des Schweizer Spitzensports, aus mehreren Olympiastützpunkten in Deutschland. Er trinkt und nutzt ebenso ausschließlich Ideales Wasser aus einem Ideal Water Wasserwerk.

Möchten Sie Ihr Leistungspotenzial voll ausschöpfen? Und das dauerhaft? Clemens Ressel zeigt Ihnen auf seiner "Rise Up Tour", wie es funktioniert: gegen BurnOut, Depressionen und Energielöcher!

www.clemensressel.com

Ideales Wasser ersetzt weder den Gang zum Arzt, noch die Einnahme von Medikamenten!

1	Während der Trinkkur wird alles, was bisher mit Leitungs- oder Mineralwasser getrunken oder zubereitet wird nur noch mit Idealem Wasser getrunken oder zubereitet.
2	Der Teilnehmer trinkt während der Kur jeweils als erstes am Morgen nach dem Aufstehen mindestens ½ Liter Ideales Wasser , idealerweise vier Gläser, mit ca. jeweils 0,15 Liter reinem Wasser. Sollte es einem nicht gleich gelingen vier Glas Wasser am Stück zu trinken, kann man auch mit weniger beginnen.
3	Nach dem Zähneputzen isst und trinkt man 45 Minuten lang nichts.
4	Nach diesen 45 Minuten nimmt man ganz normal sein Frühstück ein.
5	Nach jeder Mahlzeit, die jeweils ca. 15 Minuten dauern sollten, trinkt man für 45 Minuten nichts.
6	Jeweils abends in der Zeitspanne von eineinhalb Stunden vor dem Schlafengehen, trinkt man nochmals mindestens 0,5 Liter Ideales Wasser .
7	Tagsüber darf ansonsten beliebig Ideales Wasser getrunken werden. Idealerweise trinkt man ca. ein Glas Wasser je Stunde.
8	Alle nicht alkoholischen Getränke werden durch Ideales Wasser ersetzt.
9	Tee, Kaffee, usw. werden ebenfalls mit Idealem Wasser zubereitet. Diese Getränke werden aber nicht in der "Wasserbilanz" berücksichtigt, da sie auch dehydrierend wirken.
10	Bitte achten Sie darauf, dass Wasserkocher, Kaffeemaschine und Töpfe vor dem Einsatz von Idealem Wasser gründlich gereinigt und entkalkt werden, da unser Wasser sonst den Wasserkocher, die Kaffeemaschine oder den Topf reinigt und sie diesen Schmutz dann ebenfalls aufnehmen würden.



Tausende Menschen konnten mit dem Idealen Wasser bereits ihre Gesundheit verbessern. Helfen Sie mit und teilen Sie diese Anleitung!

Geben Sie dieses Magazin weiter oder nutzen Sie die Social Media Buttons auf unserer Website und zeigen Sie Ihrer Familie, Ihren Freunden und Bekannten, wie sie mit diesem einfachen Trick zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden finden!

Unsere Empfehlung:

Das Ideal Water Wasserwerk

Die ideale Lösung für Ideales Wasser!

Das einzig wirklich sichere Verfahren um Wasser vollständig zu reinigen, ist die Molekularfiltration. Bei diesem Verfahren benutzt man eine einseitig durchlässige Hochleistungsmembrane, die aufgrund ihrer Porengröße lediglich Wasser, also das H₂O-Molekül passieren lässt. Hierbei wird ein Wirkungsgrad von ca. 99 % erreicht!

So erhält man zwar absolut reines, aber nicht unbedingt „Ideales Wasser“, da dieses nicht wie in der Natur belebt ist. Umso wichtiger ist es nach der physikalischen Reinigung des Wassers dies nun wieder zu beleben.

Hier möchten wir Ihnen die Ideal Water Wasserwerke und die patentrechtlich geschützte Ideal Water Technologie als Ideale Lösung für Ideales Wasser vorstellen.

Die **IDEALWATER®** Technologie verbindet die seit mehr als 50 Jahren bewährte Molekularfiltration mit den besten und neuesten Methoden der Wasserveredelung: Remineralisierung durch Heilsteine,

Sauerstoffanreicherung mittels Verwirbelung und Energetisierung mit Photonen, der Schwingung von Licht.

Das Resultat: Reinstes, lebendiges und wohlschmeckendes Wasser. Sicherheit und Unabhängigkeit durch Ihr eigenes Wasserwerk für Ideales Wasser.



Abb.: Wasserwerk eingebaut

Weitere Informationen über die Ideal Water Wasserwerke erhalten Sie auf der Website von Water4Life.

Die Webadresse finden Sie auf der Rückseite des Magazins.



Ein Ideal Water Wasserwerk stellt Ihnen immer bestes Wasser in nahezu unbegrenzter Menge zur Verfügung:

- zum Trinken
- für einen idealen Tee- und Kaffeegenuss
- zum Kochen und Backen
- für Ihre Haustiere und Pflanzen
- zum Putzen u.v.m.



János Hübschmann

Umweltapotheker, Gesundheitsberater

Reines lebendiges Wasser ist als Grundnahrungsmittel aus unserem Speiseplan verschwunden. Wir pressen Trinkwasser mit Überdruck in enge Rohrsysteme statt es frei plätschern zu lassen. Wir füllen es in Plastikflaschen, die krank machende Stoffe enthalten. Wir versetzen es mit Kohlensäure zur Konservierung und lassen uns einreden, es schmecke erfrischend. Wir transportieren, lagern und kühlen jedes Jahr Milliarden Flaschen allein in Deutschland. Wir süßen, aromatisieren, färben immer neue Getränkevariationen. Sind wir nicht alle wahnsinnig geworden?

Es wird höchste Zeit umzudenken. Wir bestehen zu 70% aus Wasser. Wasser ist für unseren Körper unverzichtbar als Transportmittel und Informationsträger. Je reiner und lebendiger umso besser kann es diese Aufgabe erfüllen.

Mit der Ideal Water-Technologie ist es gelungen, Leitungswasser zu erstklassigem Quellwasser zu veredeln – und das zu Hause. Wir müssen keine Kisten mehr schleppen. Ich trinke nichts anderes mehr, möchte den leicht süßlichen Geschmack nicht mehr missen. Auch der Tee und Kaffee schmeckten wesentlich besser. Scheiben lassen sich ohne Putzmittel reinigen. Schnittblumen halten deutlich länger...

*Für mich ist ein IdealWater-System **die ideale Lösung für ideales Wasser!***

Die ökologische und wirtschaftliche Lösung für "Ideales Wasser"

Eine wirtschaftliche Betrachtung

Macht ein **IDEALWATER®** Wasserwerk wirtschaftlich gesehen Sinn?

Um das zu überprüfen erstellen wir hier eine einfache Vergleichsrechnung.

Mit einem **IDEALWATER®** Wasserwerk sparen Sie ein kleines Vermögen und schützen Umwelt und Wasserressourcen!



Ein Haushalt mit zwei Personen trinkt am Tag ca. 4 Liter Wasser, nicht gerechnet der Trinkwasserverbrauch für das Kochen (Essen, Kaffee, Tee).

Die Einkaufskosten hierfür belaufen sich je nach Qualität des Mineralwassers auf zwischen 0,50 EUR und 1,20 EUR pro Liter. Das macht pro Tag also zwischen 2 EUR und 4,80 EUR aus. Pro Jahr sind das somit zwischen 730 EUR und 1.752 EUR, in zehn Jahren zwischen 7.300 EUR und 17.520 EUR.

Hinzu kommen die Zeit und der Aufwand für das Flaschenschleppen und die Rückgabe der Pfandflaschen bei einer Gesamtmenge an Trinkwasser von 14,6 m³ in 10 Jahren.

Bei einem **IDEALWATER®**-Wasserwerk hingegen belaufen sich die Kosten bei den besagten 14,6 m³ Trinkwasser in diesen 10 Jahren auf lediglich ca. 3.000 EUR brutto als einmalige Investitionskosten für das Wasserwerk plus insgesamt ca. 1.800 EUR brutto (180 EUR/Jahr) für die Filterwechsel, macht also insgesamt ca. 4.800 EUR.

Unter dem Strich bringt der Kauf eines **IDEALWATER®**-Wasserwerks in diesem Beispiel über 10 Jahre somit grob gerechnet eine Ersparnis zwischen 2.500 EUR und 12.720 EUR

Zusätzlich aber genießen Sie viele Vorteile:

- Sie trinken garantiert reines, gesundes, hochwertiges Wasser
- Sie haben das Wasser jederzeit und sofort zur Verfügung
- Sie trinken so viel Wasser, wie Sie wollen, weil entsprechend verfügbar
- Sie verfügen über genügend Ideales Wasser, auch für Ihre Pflanzen und Tiere
- Sie können das Flaschenschleppen und die Pfandrückgabe „schlichtweg vergessen“
- Sie können als Water4Life Wassertankstelle anderen den Zugang zu reinem Wasser ermöglichen
- Sie schonen durch den Wegfall des PET-Plastikmülls die Umwelt
- Sie verbessern die CO₂-Bilanz durch den Wegfall der aufwändigen Transporte

Teures Nass: Ihre Mineralwasserkosten in 10 Jahren

	Haushalt mit 2 Personen			Haushalt mit 3 Personen			Haushalt mit 4 Personen		
Verbrauch je Person	2 Liter			2 Liter			2 Liter		
Verbrauch je Haushalt	4 Liter			6 Liter			8 Liter		
Kosten je Liter	0,50 €	0,70 €	1,20 €	0,50 €	0,70 €	1,20 €	0,50 €	0,70 €	1,20 €
Kosten am Tag	2,00 €	2,80 €	4,80 €	3,00 €	4,20 €	7,20 €	4,00 €	5,60 €	9,60 €
Kosten im Monat	62,00 €	86,80 €	148,80 €	93,00 €	130,20 €	223,20 €	124,00 €	173,60 €	297,60 €
Kosten im Jahr	730,00 €	1.022,00 €	1.752,00 €	1.095,00 €	1.533,00 €	2.628,00 €	1.460,00 €	2.044,00 €	3.504,00 €
Kosten in 10 Jahren	7.300,00 €	10.220,00 €	17.520,00 €	10.950,00 €	15.330,00 €	26.280,00 €	14.600,00 €	20.440,00 €	35.040,00 €
Einsparung in 10 Jahren	2.500,00 €	5.420,00 €	12.720,00 €	6.150,00 €	10.530,00 €	21.480,00 €	9.800,00 €	15.640,00 €	30.240,00 €

Das Water4Life Wassertankstellen Netzwerk

Ein Hauptanliegen unseres Vereins ist es, mit dem Wassertankstellen-Netzwerk eine Alternativlösung zum ökologisch fragwürdigen Mineralwasser aufzubauen. Wassertankstellen filtern vor Ort Ideales Wasser aus einem Ideal Water Wasserwerk.

Wassertankstellen produzieren vor Ort reines, gesundes, hochwertiges und energetisches Wasser – das Ideale Wasser des langen Lebens.

Unsere Fördermitglieder haben die Möglichkeit, sich am regionalen Aufbau unseres Wassertankstellen-Netzwerks zu beteiligen. Wassertankstellen sind örtliche Stützpunkte des Water4Life, die teils von Privatpersonen, aber auch von Unternehmen im Gesundheitsbereich betrieben werden.

Somit können interessierte Menschen nach vorheriger Terminabsprache bei

unseren Fördermitglieder das Ideale Wasser kosten, sich informieren und sich unserem Wassertankstellen-Netzwerk anschließen.

Wenn Sie sich persönlich für „das Menschenrecht auf sauberes Wasser“ einsetzen wollen, sind Sie auf dem gleichen Weg, wie unsere Mitglieder. Daher laden wir Sie herzlich ein, sich uns als Fördermitglied anzuschließen und sich gemeinsam mit uns für das „Menschenrecht auf gesundes Wasser“ einzusetzen.

Trinkwasser - das wichtigste und unersetzliche Grundnahrungsmittel
Ihr Blut besteht zu über 80 Prozent aus Wasser und benutzt das Wasser um Sauerstoff, Nährstoffe und Antikörper im Körper zu transportieren.

An unseren Wassertankstellen kann jeder kostenfrei sauberes und reines Wasser tanken. Niemand muss für reines und sauberes Trinkwasser viel Geld bezahlen. Viele geben einen kleinen Wertschätzungsbeitrag in Form einer Spende.

Auf unseren Websites erfahren Sie mehr über

unser Alternativprojekt und die Wasseraufbereitung.

Unsere Internet-Adressen finden Sie auf der Magazinrückseite



„Ich meine, sauberes Wasser ist ein Menschenrecht! Ich bin davon überzeugt, dass nur hochreines Wasser seine Funktion als Transportmittel im Körper optimal erfüllen kann. Und ich bin gegen den ökologischen Wahnsinn, unser Trinkwasser quer durch Europa zu transportieren. Dies zu vermitteln, gleichzeitig anderen Menschen zu mehr Gesundheit zu verhelfen, ist erfüllend und macht mir Freude. Darum bin ich Water4Life-Wassertankstelle.“
Peter Aghakhan, Physiotherapeut

Die Water4Life Wassertankstellen: Die Ideale Lösung für Ideales Wasser

Wassertankstellen produzieren vor Ort reines, gesundes, hochwertiges und energetisches Wasser – das Ideale Wasser des langen Lebens.

Als Water4Life Wassertankstelle steht Ihnen immer bestes Wasser in nahezu unbegrenzter Menge zur Verfügung:

- für einen idealen Tee- und Kaffeegenuss
- zum Trinken
- zum Kochen und Backen
- für Ihre Haustiere und Pflanzen
- zum Putzen u.v.m.

Auf unserer Website können Sie sich im internen Bereich, die Wassertankstellen in Ihrer Nähe mitteilen lassen. Dort können Sie dann Ideales Wasser zapfen und testen.



„Man schafft niemals Veränderung, indem man das Bestehende bekämpft. Um etwas zu verändern baut man neue Modelle, die das Alte überflüssig machen.“

Buckminster Fuller



In diesem Sinne suchen wir Menschen, denen Ihre Gesundheit und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen am Herzen liegen und eigenverantwortlich das Thema „Gesundes Wasser“ zu einem wichtigen Punkt in Ihrem Leben machen.

Der **Water4Life** hat es sich zum Ziel gesetzt in Europa ein Netzwerk von Wasserstationen aufzubauen, welche die Nutzer mit bezahlbarem gesundem und idealem Wasser versorgen. Ein Wasser, das die Gesundheit fördert, einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz liefert und zudem allen Nutzern wirtschaftlich Vorteile bringt.

Eine **Water4Life** Wasserstation veredelt vor Ort das vorhandene Leitungswasser zu idealem Wasser, das den von Prof. Claude Vincent in einer Langzeitstudie mit mehr als 400.000 beteiligten Menschen ermittelten Qualitätskriterien entspricht. Details über die Wasserqualität entnehmen Sie bitte unserer Website.

Bei **Water4Life** kann jeder mitmachen, der sich für gesundes Wasser engagieren will.

So können Sie sich z.B. als Gratis-Fördermitglied „Fan“ beteiligen und über den internen Bereich der Website viele wertvolle Informationen erhalten. Oder Sie entscheiden sich für eine Basis-Fördermitgliedschaft mit einem Jahresbeitrag in Höhe von 20.- oder mehr Euro und nutzen unser Netzwerk von Wasserstationen, um sich gegen eine freiwillige Spende mit Idealem Wasser zu versorgen.

Oder Sie werden Fördermitglied „Private Wasserstation“, d.h. Sie installieren ein **IDEALWATER®** - Wasserwerk für sich und Ihre Liebsten zu Hause und versorgen sich unabhängig mit gesundem und Idealem Wasser.

Ganz besonders freuen wir uns darüber, wenn Sie sich für eine Fördermitgliedschaft „Aktive Wasserstation“ entscheiden sollten. Hier geben Sie Menschen aus Ihrer Umgebung die Möglichkeit, nach vorheriger Terminabsprache mit Ihnen, unser Wasser, Idee und Konzept kennenzulernen.

“Was wir alleine nicht schaffen, das schaffen wir besser zusammen“

Wir geben unseren Fördermitgliedern die Wasserwerke zu Sonderkonditionen, zu unserem Einkaufspreis bei **IDEALWATER®**, weiter. Zudem erhalten unsere aktiven Wasserstationen als Aufwandsentschädigung und zur Unterstützung, eine Beteiligung an unserem Gemeinschaftstopf, in dem wir 10 % der Mitgliedsbeiträge sammeln.

Water4Life - Fördermitglied schwört auf seine Wassertankstelle

Unser Fördermitglied Bernd Gugel schwört darauf, dass das kostbare Nass an seiner Wassertankstelle absolut gesund ist. Und er scheut da auch keinerlei Öffentlichkeit: ganz im Gegenteil, gab er der dortigen Tageszeitung ein längeres Interview und berichtete ausführlich über seine Wassertankstelle. Er machte das so überzeugend und authentisch, dass der „Fränkische Tag“ ihm und seiner Wassertankstelle viel Platz in Ihrer Tageszeitung gab.

Bernd Gugel zapft sein Wasser selbst

ERNÄHRUNG Ein Oberreichenbacher schwört darauf, dass das kostbare Nass an seiner Heim-Tankstelle absolut gesund ist.

VON UNSEREM MITARBEITER RICHARD SÄNGER

Oberreichenbach - Die kleine Gemeinde Oberreichenbach hat wieder eine Tankstelle. Früher gab es an der Emskirchner Straße schon mal eine Zapfsäule, aus der jetzigen fließt aber kein Benzin, sondern reinstes Wasser.

Bernd Gugel, passionierter Inneneinrichter und kreativer Kopf eines Wohnstudios, zitiert die alten Chinesen, die davon überzeugt waren, dass Wassertrinken ein langes Leben garantiert. „Ich will, dass meine Familie gesunde Nahrung zu sich nimmt, und dazu gehört insbesondere Wasser, von dem wir täglich rund zehn Liter trinken“, erklärt er.

Pestizide und Arzneirückstände

Die Meldungen über verschmutztes Wasser, hervorgerufen durch Pestizide, Rückstände von Medikamenten und sonstige Verunreinigungen, haben den Oberreichenbacher aufgeschreckt. Gugel weiß, dass die Wasserwerke nicht alle Verunreinigungen aus dem Wasser filtern können. Es gebe nur noch wenige Quellen, die die Qualitätskriterien erfüllen. Nur zwei Prozent des Leitungswassers würden zum Trinken und Kochen verwendet, der Rest lande als Brauchwasser im Abfluss.

Deshalb mache es für den Gesetzgeber und die Wasserwerke schon aus Kostengründen wenig Sinn, die gesamte Menge nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen aufzubereiten, ist Gugel überzeugt. Für die gefährlichsten Stoffe von A wie Arsen über Ö wie Östrogen bis hin zu Z wie Zyanalkali seien Grenzwerte eingeführt worden.

Bedrohung für Babys
Der Oberreichenbacher erläutert, dass Schwermetalle wie Kupfer und Blei eine Bedrohung vor allem für Babys und Kinder seien. Auch die Arzneirückstände seien kaum in den Griff zu bekommen. Dazu würden eingeschwemmte Düngemittel, Hormone, Dioxine oder radioaktive Gase das Wasser belasten, und das bleibe nicht ohne Wirkung auf den menschlichen Körper. „Einige dieser Stoffe sind sichtbar, aber die meisten Verunreinigungen sind weder zu sehen noch zu riechen.“

Aber im Getränkehandel und in allen Supermärkten gibt es doch heute Mineralwasser in allen möglichen Variationen. Bernd Gugel muss lachen. Er outet sich nicht nur als Gegner von Plastik allgemein, sondern auch von Mineralwasser in PET-Flaschen oder überhaupt von abgefülltem Mineralwasser. Auch die PET-Flaschen würden



Bernd Gugel aus Oberreichenbach an seiner Tankstelle

Foto: Richard Sängner

den Rückstände ans Wasser abgeben und zudem zum weltweiten Problem von Plastikmüll beitragen. Außerdem habe Mineralwasser aus Italien oder Frankreich schon Hunderte von Kilometern hinter sich, bevor es beim Verbraucher angekommen ist. „Wenn jeder Oberreichenbacher pro Tag einen Liter Mineralwasser trinkt, sind das rund 1500 Tonnen Nutzlast, also 75 vollbeladene Lastwagen, die nur für unsere Gemeinde fahren“, rechnet er vor. „Ist es deshalb ökologisch wirklich sinnvoll, Wasser von Italien und Frankreich nach Deutschland zu fahren?“ Es sei ja auch nicht damit getan, das Wasser in Flaschen abzufüllen, denn die müssten erst mal produziert werden, was einen hohen Energieverbrauch verursache. Um eine Literflasche zu reinigen, würden zudem bis zu 20 Liter Wasser benötigt. „Macht das wirklich Sinn?“, fragt Bernd Gugel.

Bei einer Messe erfuhr er, dass in Deutschland schon einige Wassertankstellen in Betrieb sind. „Das Wasser schmeckt einfach anders, der Tee sieht nicht

aus wie eine Brühe, sondern wie Tee, denn es werden bis zu 99,5 Prozent der Verunreinigungen entfernt. Keime sogar bis 100 Prozent“, erklärt Bernd Gugel das System.

Dabei würden dem Wasser keine Zusätze beigemischt. Vielmehr werde es in einem patentierten fünfstufigen Filterprozess, angelehnt an den natürlichen Wasseraufbereitungsprozess, veredelt.

Fünfstufiges Filterprogramm

So läuft das kostbare Nass erst durch einen Vorfilter, wird anschließend mittels einer Molekularfiltration von den Verunreinigungen befreit und anschließend weiter veredelt. Durch Siliziumkristalle wird die Schwingung von Photonen auf das Wasser übertragen, was eine natürliche Belebung zur Folge hat. Analog zu Flussläufen wird am Ende die innere Oberfläche des Wassers erhöht, mit Sauerstoff angereichert – und aus dem Hahn fließt Wasser in seiner ur-eigensten Form.

„Das schmeckt nicht nur hervorragend, sondern verbessert

auch beim Kochen den Geschmack“, ist Bernd Gugel sicher. „Schnittblumen bleiben länger frisch, Topfpflanzen sehen gesünder aus, und beim Fensterputzen gibt es keine Schlieren mehr.“ Die Liste der Vorteile ist lang. „Ich muss mich nicht mehr um Leergut kümmern und keine Kästen mehr schleppen, und wenn die Kids durstig sind, dann holen sie sich keine Flasche mehr aus Keller oder Kühlschrank, sondern zapfen sich ihr Wasser am Hahn“, erzählt Gugel.

Gerne können Kunden bei ihm Wasser zapfen, allerdings nicht in Plastikflaschen. Die Anlage schafft bis zu hundert Liter in der Stunde. Das Wasser kommt übrigens nicht aus einem Tank, sondern wird erst aufbereitet, wenn der Zapfhahn betätigt wird. Damit auch beim Zapfen möglichst wenige Keime an das Wasser kommen, wurde die gesamte Installation in Edelstahl ausgeführt. Bernd Gugel möchte möglichst viele Menschen von seinem Produkt überzeugen und bietet deshalb auch ein Wasser-Abonnement an.

„Ich muss mich nicht mehr um Leergut kümmern und keine Kästen mehr schleppen.“

Bernd Gugel
Wasser-Experte

EU verklagt Deutschland

Intensive Landwirtschaft schädigt das Grundwasser

Immer wieder erschrecken uns Pressemitteilungen über Gefahren in unserem Trinkwasser: So berichtet die Süddeutsche Zeitung (und mittlerweile einige andere) über die zunehmende Verschmutzung der Grundwasserquellen.

Da sich Deutschland auch nach mehrfacher Aufforderung nicht um die Lösung dieses Problems gekümmert hat, wurde es im Januar 2017 von der EU-Kommission verklagt. Deutschland drohen nun Strafgebühren im hohen Millionenbereich.



Hier, nahe unserer Heimatstadt Bamberg, in der Region Staffelstein, mussten die Anwohner nun ihr Leitungswasser sogar abkochen.

Umweltexperten befürchten, dass bis zum Jahr 2021 fast vierzig Prozent der bayrischen Grundwasservorkommen Giftstoffe enthalten werden. Hauptverursacher ist dabei die Landwirtschaft. Die Umengen ausgebrachter Gülle, eine Folge der sich ausweitenden Viehwirtschaft, sind ein Problem, die Maismonokulturen ein anderes.

Problemzonen sind demnach Gebiete mit intensivem Gemüseanbau oder dort, wo viele Biogasanlagen stehen. Schon heute ist beinahe ein Drittel der Vorkommen belastet.

In der sogenannten Wasserrahmenrichtlinie (WRRL) aus dem Jahr 2000 haben sich die EU-Staaten verpflichtet, ihr Grundwasser in gutem Zustand zu halten. Das gelingt leider immer weniger. Gemäß einer Studie des Landesamt für Umwelt (LfU), könnten 2021 bereits ca. 38 Prozent des Grundwassers mit Giftstoffen belastet sein.

Der hier belastende Stoff ist vor allem Nitrat. Nitrat steht im Verdacht, Krebs auszulösen (in der Form von Nitrosaminen, die bei der Verdauung im Magen entstehen). In der Trinkwasserverordnung gilt für Nitrat ein Grenzwert von 50 Milligramm je Liter. Und der wird mittlerweile immer öfter überschritten.



Die Experten halten diesen Wert sowieso für zu hoch. Denn der natürliche Wert im Grundwasser liegt bei maximal 10 Milligramm.

Das sieht auch der Bund Naturschutz so! Drei Viertel des Trinkwassers in Deutschland werden aus Grundwasser gewonnen. Dessen Qualität sinkt eben wegen steigender Nitratbelastung aus der intensiven Agrarwirtschaft rapide. Umweltverbände in Deutschland dringen daher in einem Eckpunktepapier auf eine Trendumkehr im Wasserschutz.

Mit zehn Forderungen zur aktuellen Novelle der Düngeverordnung appellieren der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND), Greenpeace, Grüne Liga, Naturschutzbund Deutschland (NABU), WWF Deutschland und der Deutsche Naturschutzring (DNR) an die Bundesregierung, die Nitrat- und Phosphatbelastung zu minimieren.

Natürlich ist das nicht die einzige Gefahr für Ihr Trinkwasser.

Da sind u.a. noch Medikamente- und Waschmittelrückstände zu nennen oder die Belastung mit Uran (eine Folge der Düngung mit Phosphaten).

Unser Grundwasser ist schon einige tausend Jahre alt

In Seen und Flüssen beträgt die Verweildauer des Wassers drei bis vier Wochen, im Boden ein halbes bis ganzes Jahr. Bei Grundwasser dauert es schon sehr viel länger, bis es den Wasserkreislauf einmal durchlaufen hat.

Umweltexperten befürchten, dass bis zum Jahr 2021 knapp vierzig Prozent der bayrischen Grundwasservorkommen Giftstoffe enthalten werden.

Dort variiert die Verweildauer – je nach Ort – zwischen hundert und mehreren tausend Jahren. Entsprechend sind Belastungen des Grundwassers nur schwer und nur in sehr langen Zeiträumen lösbar. Das zeigt sich unter anderem an dem Beispiel Atrazin.

Dieses einst sehr weit verbreitete Pflanzenschutzmittel wurde

1991 verboten. Aber noch immer sind die Konzentrationen an knapp 30 bayrischen Messstellen deutlich erhöht. An zehn überschreiten sie sogar den festgelegten Grenzwert.



Überdüngung aus Agrarfabriken wirkt sich zerstörerisch auf die Meere aus. So habe sich in der Ostsee infolge der Nährstoffbelastungen vor allem aus der industrialisierten Landwirtschaft eine Todeszone gebildet und in den letzten 100 Jahren um das Zehnfache auf inzwischen ein Drittel des Meerbodens vergrößert. Da Meeresschutz auf dem Acker beginne, seien strenge Obergrenzen und verbindliche Sperrfristen für die Nährstoffausbringung lange überfällig.



Auch 40% der Quellen Nordrhein-Westfalens...

sind bereits so stark mit Nitraten belastet, dass dort kein Trinkwasser ohne Aufbereitung gewonnen werden könnte. Das geht aus dem neuen Nitrat- und Nährstoffbericht des NRW-Umweltministers hervor.

Überall, wo intensiv Landwirtschaft betrieben wird, steigen die Nitratwerte des Wassers dramatisch an. Nitrate sind ein Erbe für zukünftige Generationen. Nitrate – und andere Stoffe - dringen langsam aber tief in den Bodenkörper ein und sind dort nur schwer wieder herauszulösen. Es geht um nicht weniger, als die Grundwasserversorgung für künftige Generationen.

Nitrat – Gefahr im Grundwasser

Die Stickstoffverbindung ist für den Menschen nicht gesundheitsschädlich. Doch aus Nitrat bildet unser Körper unter anderem Nitrit. Nitrit zerstört im Organismus den roten Blutfarbstoff, was vor allem für Säuglinge gefährlich ist. Beim Säugling ist die Magensäureproduktion noch nicht voll ausgebildet, wodurch Nitrat in größeren Mengen zu dem giftigen Nitrit umgewandelt werden kann. Aus Nitriten entstehen zudem Nitrosamine, die als krebserregend gelten.

Plastik Wie es unsere Gesundheit und die Umwelt bedroht



89 Milliarden Liter Wasser werden jährlich weltweit in Plastikflaschen abgefüllt.

- In Deutschland sind ca. 800 Millionen PET-Flaschen pro Jahr im Umlauf
- 80 Prozent dieser Flaschen landen im Müll
- Alleine in den USA werden pro Sekunde 1500 Plastikflaschen verbraucht.
- Von weit her transportiertes Flaschenwasser verursacht 90 bis zu 1.000 Mal mehr Umweltbelastungen als Leitungswasser.
- Es dauert ca. 500-700 Jahre, bis eine Plastikflasche zerfällt
- Zwischen Hawaii und dem amerikanischen Festland treibt eine Plastikinsel so groß wie Mitteleuropa. Sie wiegt drei Millionen Tonnen.
- Wissenschaftler berechneten, dass im Meer sechsmal so viel Plastik, wie Plankton umhertreibt (Quelle: Greenpeace)
- Über die Nahrungskette, die Fische, landet das Plastik auf unserem Teller...



PET-Flaschen Ein trügerischer Komfort

Plastikflaschen aus Polyethylenterephthalat – kurz PET – sind zwar wesentlich leichter als Glas und dazu auch noch bruchfest, für diesen Komfort müssen die Verbraucher aber einen hohen Preis in Sachen Gesundheitsrisiko und Geschmack zahlen. Seit Coca-Cola im Jahr 1990 in Deutschland die ersten Flaschen aus PET einführt, hat diese Art der Verpackung im Getränkebereich einen Siegeszug angetreten.

Bei Softdrinks und Mineralwasser haben die scheinbar komfortablen Plastikflaschen die Glasflaschen nahezu vollständig verdrängt. Die Argumente von Industrie und Handel für diese Form von Verpackung sind vielfältig: PET-Flaschen sind bruchfest und zudem wesentlich leichter als Glasflaschen, weswegen sie beim Transport deutlich weniger Energie verbrauchen. Ihre Leichtigkeit ist bei Konsumenten, die ihre Getränke-Kästen selbst schleppen, das gewichtigste Argument.

Giftiges Antimon: in PET-Flaschen bis zu 30-mal höhere Werte

Wissenschaftler der Uni Heidelberg vergleichen drei Markenwässer aus Deutschland, die sowohl in Glas- als auch in PET-Flaschen erhältlich sind und fanden dabei heraus: das Wasser in den PET-Flaschen wies bis zu 30-mal höhere Antimon-Werte auf, als das Wasser in Glasflaschen. Antimon ist ein toxisches Schwermetall und ähnlich giftig wie Arsen.

Der **Biologe Martin Wagner** und der **Ökotoxikologe Prof. Dr. Jörg Oehlmann** stellten in Mineralwasser aus Plastikflaschen eine deutlich erhöhte Konzentration an hormonähnlichen Substanzen fest. Insgesamt war das Wasser aus PET-Flaschen etwa doppelt so hoch östrogenbelastet, als das aus Glasflaschen.

Prof. Dr. Ibrahim Chahoud, Mediziner an der Charité in Berlin:

„Gefahren sehe ich für Risikogruppen.“ Betroffen seien vor allem Schwangere und Kleinkinder. „Für diese würde ich raten, einen weiten Bogen um Plastikflaschen zu machen.“

PET-Flaschen - wirklich ein trügerischer Komfort! Denn für diesen Komfort zahlen die Verbraucher einen hohen Preis in Sachen Geschmack und Gesundheit!



Big Business

Das Abfüllen von Leitungswasser ist längst zu einem der lukrativsten Geschäftsmodelle von Nahrungsmittelproduzenten geworden. Hinter der Marke Bonaqa zum Beispiel verbirgt sich ganz normales Trinkwasser, das etwas mit Mineralien aufgemotzt wurde, und nicht etwa natürliches Mineralwasser. Deshalb darf es in Deutschland auch nur als Tafelwasser und nicht als Mineralwasser vertrieben werden. In Seen und Flüssen beträgt die Verweildauer des Wassers drei bis vier Wochen, im Boden ein halbes bis ganzes Jahr. Bei Grundwasser zwischen hundert und mehreren tausend Jahren.

Mit anderen Worten: Konzerne schlagen hier Profit aus einem öffentlich zugänglichen Gut. Um zu verstehen, zu welchen Problemen der Ausverkauf von Trinkwasser an Industrieunternehmen führen kann, lohnt es sich nach Kanada zu schauen.

In Kanada kommt ein Großteil des Wassers in den Wasserflaschen aus Grundwasservorkommen in der Nähe der Great Lakes, wo es für 3,71 CAD pro Mio. Liter von Unternehmen abgepumpt wird, die es später mit einer riesigen Gewinnmarge weiterverkaufen. Gerade in dieser Region befinden sich viele indigene Gemeinden, deren Bewohner schon seit Jahrzehnten keinen Zugang zu einer eigenen Frischwasserquelle haben und deren Trinkwasser tonnenweise in

Die kommerzielle Gefahr für die Wasserreserven

Flaschen abgefüllt mit Lastwagen herangekarrt wird. Natürlich werden diese Flaschen von Nestlé und anderen Großkonzernen produziert.

Politiker und Aktivisten fordern, dass der Preis, den die Unternehmen bezahlen, um das Wasser in den Gemeindeflächen abpumpen zu dürfen, angehoben werden muss. Einigen Experten geht das aber nicht weit genug. Sie fordern, dass das Abpumpen von Trinkwasser mit Gewinnerzielungsabsicht aus sozialen und wissenschaftlichen Gründen grundsätzlich verboten wird. Sie verlangen von den jeweiligen Kommunalregierungen, die Lizenz von Hauptabnehmer Nestlé nicht mehr zu erneuern.

„Wenn wir Wasser als Allgemeingut betrachten, dürften Nestlé oder Coca Cola es eigentlich nicht mehr abpumpen, um es abzufüllen und uns dann teuer zu verkaufen. Es sollte erlaubt sein, Lizenzen für die Verwendung von Wasser in einem Produkt zu erwerben - aber Wasser sollte nicht das Produkt selbst sein dürfen“, erklärte Stephen Scharper, Professor der Fakultät Nachhaltigkeitsmanagement an der Universität Toronto in einem Gespräch mit Motherboard.



„Plastikeisberg“ im Meer

Das Argument der Wasserqualität

Doch es gibt noch ein weiteres Argument, das zeigt, wie unsinnig das Abfüllen von Wasser ist: Überall auf der Welt, wo es eine effektive, staatlich kontrollierte Wasseraufbereitung gibt, ist die Qualität von abgefülltem Wasser in der Regel nicht besser als die von Leitungswasser. Im Jahr 1999 erstellte beispielsweise das amerikanische Natural Resources Defence Council einen Bericht, aus dem hervorgeht, dass es bei 25% der abgefüllten Wasserflaschen überhaupt keinen

Qualitätsunterschied zu Leitungswasser gab.

Ein Test, der 2006 von der Stadt Cleveland durchgeführt wurde, ergab, dass abgefülltes Wasser der Marke Fiji sogar Arsen enthielt. Im Jahr 2008 fand die europäische Environmental Working Group heraus, dass einige Flaschenwassermarken sich überhaupt nicht vom Leitungswasser unterscheiden, und im Gegenteil der Schadstoffgehalt sogar in einigen Fällen die gesetzlichen Höchstgrenzen überschreitet.



Was ist der ökologische Fußabdruck?



Der sogenannte ökologische Fußabdruck einer Bevölkerung eines Landes umfasst nach Definition der Umweltschutzorganisation WWF "die gesamte biologisch produktive Fläche an Land oder im Meer, die benötigt wird, um alle Lebensmittel inklusive Fleisch, Meeresfrüchte, Holz oder Textilien herzustellen, die Energieversorgung zu gewährleisten und Infrastruktur zu errichten"

Produktive Land- und Meeresflächen



Rund ein Viertel der Erdoberfläche ist produktive Land- und Meeresfläche, der Rest sind Wüsten, Gebirge, Gletscher und so fort. Das nutzbare Viertel müssen die Menschen bewirtschaften, um von seinen Früchten zu leben. Die so verfügbaren 11,2 Milliarden Hektar teilen die WWF-Forscher durch die Weltbevölkerung von aktuell 6,4 Milliarden Menschen. Jeder Mensch hat demzufolge im Schnitt 1,8 Hektar zur produktiven Nutzung - ein Richtwert.

Kein Schleppen von Wasserkisten mehr!



Wir haben es in der Hand Nicht Mehrweg, sondern kein Weg!

Welche Welt hinterlassen wir unseren Kindern? Wie lebt man ökologisch und ethisch korrekt? Wie lebe ich nachhaltig? Damit die Zukunft aber so wird, wie wir sie uns vorstellen, müssen wir handeln. Damit wir uns später nicht vorwerfen müssen, unseren Beitrag nicht geleistet zu haben.

Ziel ist es doch, so zu leben, zu konsumieren, zu wohnen, einzukaufen, zu transportieren, zu fahren, dass niemand auf der Welt darunter zu leiden hat.

Ein wesentlicher Faktor für Leben ist Wasser. Immerhin hat die UNO das Recht auf sauberes Wasser zum Grundrecht des Menschen erhoben. Aber wir müssen mit der Ressource Wasser sorgfältig umgehen, wenn wir sie uns und unseren Kindern erhalten wollen.

Die Oberfläche der Erde ist zu 71% von Wasser bedeckt. Nur etwa 2,5% davon sind Süßwasser. 97% sind Meer-, also Salzwasser. Von den verbleibenden 2,5% Süßwasser sind ca. 69% in gefrorener Form in Gletschern gebunden. Etwa ein Drittel, also weniger als ein Prozent der Gesamtwassermenge, sind Grundwasser bzw. fließen in Flüssen und Seen. Wir sollten also mit der Ressource Wasser sehr sorgfältig umgehen. Und noch immer haben ca. 800 Millionen Menschen keinen Zugang zu sauberem Wasser.

Wir alle erzeugen einen ökologischen Fußabdruck. Das ist die Fläche auf der Erde, die notwendig ist, um den Lebensstil und Lebensstandard eines Menschen dauerhaft zu ermöglichen. Auch mit dem Verbrauch von Wasser hinterlassen wir einen ökologischen Fußabdruck.

Die meisten von Ihnen trinken Flaschenwasser - in Flaschen abgefülltes Mineralwasser. Dieses Wasser muss aber aufwändig von der Quelle zu Ihnen als Verbraucher transportiert werden.

Hier wollen wir uns daher einmal mit einem Vergleich beschäftigen: wie schneidet denn Mineralwasser unter ökologischen Aspekten gegenüber Leitungswasser ab?

Mineralwasser gegen Leitungswasser Ein Ressourcenvergleich



Was schneidet ökologisch besser ab?

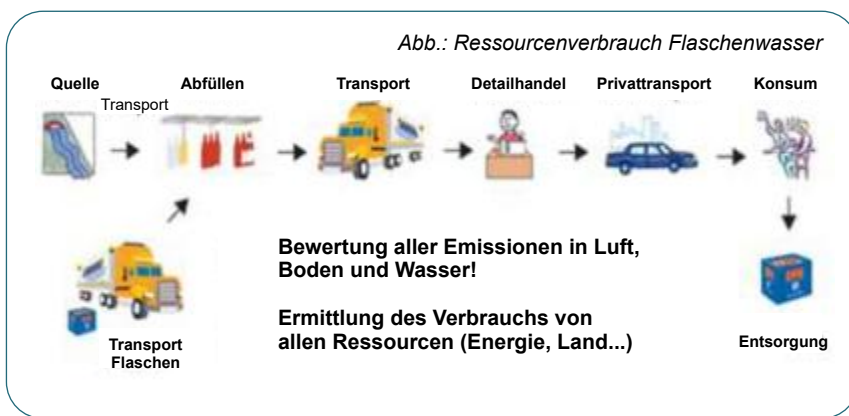
Wie umweltfreundlich ist Mineralwasser im Vergleich zu Leitungswasser? In der Schweiz wurde eine Studie erstellt, die genau das untersuchte. Dabei wird der gesamte Weg z.B. einer Mineralwasserflasche von der Quelle über die Produktion der Flasche bis hin zum Transport in den Handel analysiert.

Das Ergebnis dieser Studie zeigt:

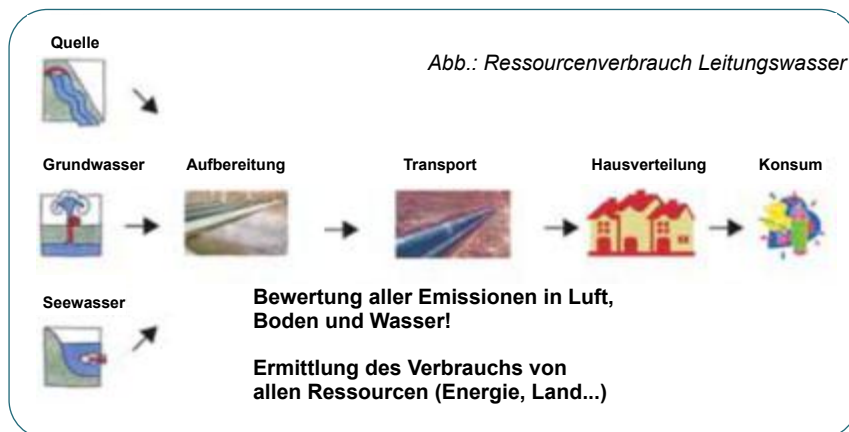
"Mineralwasser ist bis zu 1.000 mal umweltschädlicher, als Leitungswasser."

In einem Liter Mineralwasser stecken bis zu 0,3 Liter Öl

Um die mit dem Produkt verbundenen Umweltauswirkungen beurteilen zu können, wurden in dieser Studie verschiedene Wässer analysiert. Diese Wässer wurden anhand eines zum Trinken bereitstehenden Liter Wassers miteinander verglichen. Hierbei wurde der gesamte Lebensweg des Trink- und Mineralwassers betrachtet: Von der Wassergewinnung, der Aufbereitung, dem Abfüllen, der Verpackung und des Transportes von der Quelle bis zum Getränkehandel bzw. der Verteilung über die Wasserleitung, dem Heimtransport oder der Hausinstallation und das Kühlstellen beim Verbraucher, bis zum Einfüllen ins Trinkglas.



Die Energie, die benötigt wird, bis ein Flaschen- oder Leitungswasser auf dem Mittagstisch steht, nennt man graue Energie. Zu ihrer Berechnung werden möglichst alle Arbeitsschritte im ganzen Produktions- und Entsorgungszyklus eingerechnet. Bei Leitungswasser sieht das so aus: Quell-, Grund- oder Seewasser wird in einer Anlage aufbereitet, über ein Verteilsystem grobmaschig in die Städte geleitet und von da in die einzelnen Haushalte weiterverteilt. Dabei wird vor allem Strom verbraucht.



10 dl (Deziliter) = 1 Liter



Schließlich bleibt bei Mineralwasser aus der Flasche Abfall zurück, nämlich die Flasche selbst. Auch wenn bei uns ein großer Anteil der Glas- und PET-Flaschen wiederverwendet werden, so frisst auch dieser Prozess Energie, die beim Leitungswasser nicht anfällt.

Bei Mineralwasser, das aus der heimatischen Region (nicht aus dem Ausland) kommt, fällt die Produktion, die Entsorgung und das Recycling der Flaschen in der Ökobilanz am stärksten ins Gewicht. Im Schnitt verbraucht ein Liter solchen „lokalen“ Wassers im Vergleich zu Leitungswasser immer noch die 500-fache Menge Öl, also 1,5 Deziliter. Bei ausländischem Wasser verdoppelt sich das Energieäquivalent nochmals!

Ökologisch handeln:
 “Wir sind, was wir tun!”

Eine neue, unsichtbare Gefahr in unserem Trinkwasser

Plastik ist grundsätzlich ein Problem für das Wasser auf unserer Erde. Es findet sich in den Weltmeeren, dort oftmals in größeren Mengen, als Plankton. Water4life hat schon mehrfach auf diese Problematik hingewiesen. Nun aber wurde es, als logische Konsequenz, im Regenwasser und auch im Trinkwasser nachgewiesen.

OrbMedia ist eine gemeinnützige Organisation, die nun mit beunruhigender Meldung an die Öffentlichkeit ging.

Wissenschaftler hatten im Auftrag von OrbMedia in mehreren Staaten das Trinkwasser auf Plastikverunreinigungen hin geprüft. Und sie wurden fündig: in USA schwimmen in einem Liter Trinkwasser ca. 10 Plastikteilchen, in Europa vier.

Plastik ist ein Problem. Es wurde schon in Honig, in Getränken, in Mineralwasser und in Bier gefunden. Plastik ist überall.

Über die Nahrungsketten gelangt das Plastik nun auch in den menschlichen Körper. Daher lässt sich schon länger Plastik im Blut nachweisen. Auch darüber haben wir bereits berichtet.

Was ist das Problem? Besonders das sogenannte Mikroplastik ist so klein, dass die Kläranlagen eigentlich keine Chance mehr haben, diese winzigen Partikel aus dem Wasser zu filtern. Als Mikroplastik werden feste und unlösliche synthetische Polymere (Kunststoffe) bezeichnet, die kleiner als fünf Millimeter sind.

Mikroplastik wird z.B. von der Kosmetikindustrie verwendet. Dort wird es in Peelings oder in Zahnpasta benutzt. Es findet sich in der Kleidung, entsteht durch Abrieb (zum Beispiel auch von Autoreifen, synthetischer Kleidung), dient als Schleifmittel oder Bindemittel.

So gelangt es schließlich in Abwässer, durchläuft ungebremst die Kläranlagen, landet in Flüssen, den Meeren und schließlich auch im Trinkwasser.

Ist Plastik gesund?

Eine gewisse Skepsis scheint angebracht. Die Forschung dazu ist noch neu. Aber eine Studie konnte bereits nachweisen, dass sich diese Plastikteilchen in tierischem Gewebe ablagern können und dort dann Entzündungen auslösen können. Und Entzündungen, das ist gesichert, fördern Krebserkrankungen.

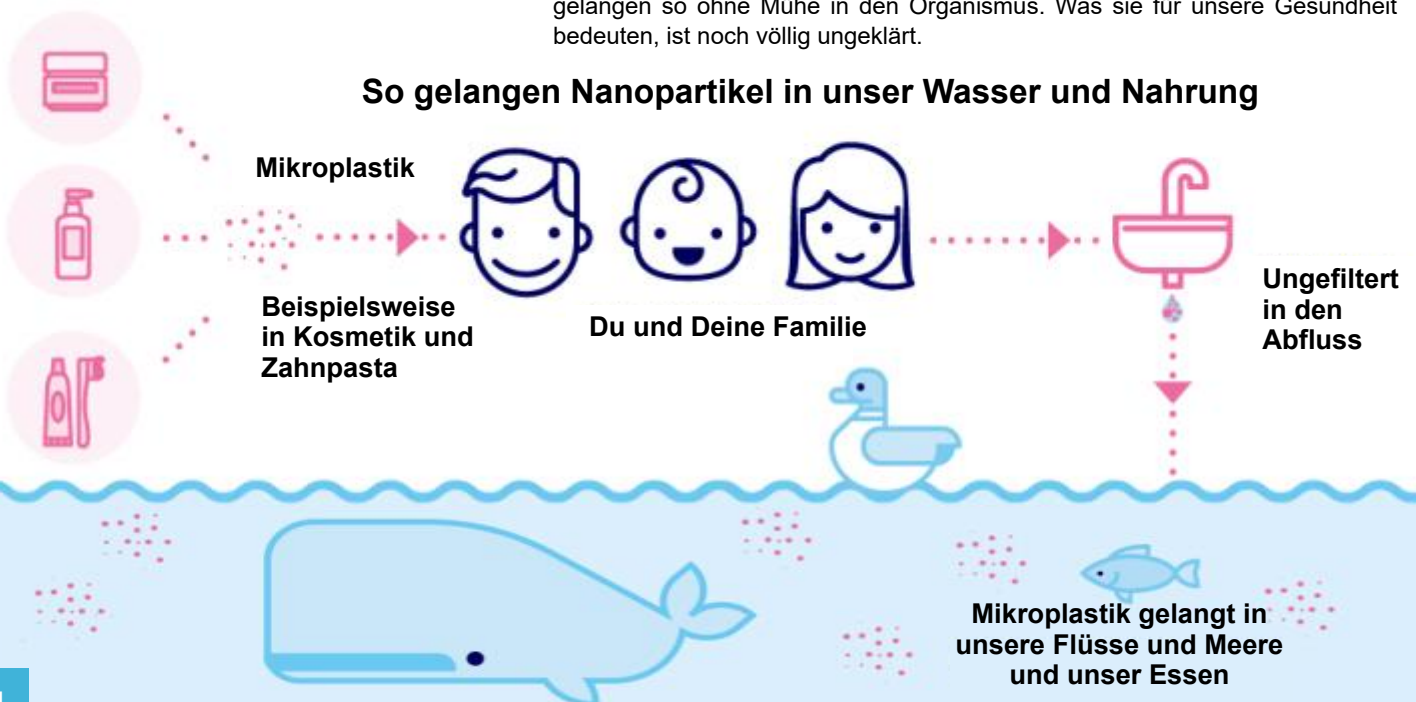
Natürlich werden diese Gefahren hierzulande sofort heruntergespielt. Ingrid Chorus aus dem Umweltbundesamt: „Die Befunde sind nicht besorgniserregend und die Befunde mit sehr geringen Konzentrationen auch nicht glaubwürdig. Zwei bis zehn Plastikteilchen pro Liter sind sehr wenig.“

Fakt ist: es gibt bisher praktisch keine Untersuchungen zum Thema. Fakt sind die ungeheuerlichen Mengen von Plastik in den Weltmeeren.

Nanopartikel – es geht noch kleiner!

Und da lauert noch eine ganz andere Gefahr: Nanopartikel! Die sind tausendmal kleiner, als die von OrbMedia nachgewiesenen Partikel und gelangen so ohne Mühe in den Organismus. Was sie für unsere Gesundheit bedeuten, ist noch völlig ungeklärt.

So gelangen Nanopartikel in unser Wasser und Nahrung



Gesund sein bedeutet, im Einklang mit der Natur zu leben

60 bis 70% aller Patienten in Europa verwenden – mit und ohne Wissen Ihres Arztes - naturheilkundliche Arzneimittel und Methoden aus dem komplementären Bereich neben der konventionellen Behandlung (Allensbach Institut für Meinungsforschung, Naturheilmittel 2010).

Eine britische Studie berichtet, dass naturheilkundliche Behandlungen sehr viel mehr dem entsprechen, was die Menschen sich unter einer effektiven Behandlung vorstellen. Sie möchten eine Kombination zwischen den herkömmlichen und ganzheitlichen Behandlungsweisen. Sie wünschen sich aktiv in den Behandlungsablauf einbezogen zu werden

Die westlichen Gesundheitssysteme und ihre Medizin sind da unbestritten notwendig und gut, wo es um effiziente Diagnostik und symptomatische Therapie geht – d.h. wo man direkt akut am Ort des Geschehens behandeln kann. Aber das zugrunde liegende Biomedizinische Modell ermöglicht weder

ein echtes Prozessverständnis, was alles auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene zusammen kommen muss, bis ein Mensch ernsthaft erkrankt.



Noch gelingt dadurch die für die Gesundungsprozesse so notwendige Sinnorientierung. Auch fehlt die Handlungs- und Verständniskompetenz im Zusammenhang mit der Krankheitssituation. Es müsste aber zu den wesentlichen Anliegen der Medizin und Gesundheitsförderung gehören, dass Menschen über ihre Möglichkeiten

informiert und in den Gesundungsprozess aktiv mit einbezogen werden. Es geht um „Heilung“, nicht nur um „Behandlung“.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat 2013 eine Strategie zur Integration von traditionellen Methoden in die Medizin weltweit proklamiert (WHO - Traditional medicine strategy: 2014-2023).

Erfolg ist die Praxis Deiner Theorie

Fort- und Ausbildungen in neuen Gesundheitsberufen alt
Im Sinne einer menschenzentrierten Medizin der Zukunft bieten wir ganzheitliche Kurse als Aus- und Fortbildungen für Menschen aus Gesundheitsberufen und für Menschen ohne Vorkenntnisse im medizinischen Bereich an.

Der Teilnehmer Beitrag zu den einzelnen Ausbildungen wird zu 80% aus Mitteln der Europäischen Union bezuschusst. Der Zuschuss ist für jeden möglich und wird von dem Verein: „Natürlich ganz gesund Brandenburg“ beantragt.

Auf der Webseite des Vereins erfahren sie weitere Einzelheiten und Termine zu den Ausbildungen: www.nggb.de
Die Ausbildungen werden durchgeführt von der RückGrad-Akademie.

Ansprechpartner: **Joachim Wohlfeil**,
Handwerkerpark 3
72070 Tübingen
Telefon: 0163-1731823
E-Mail: joachim@rueckgrad.com

Natürlich
RückGrad
e.V.



...für ganzheitliche Gesundheit

Natürlich Rückgrad e.V. und Water4Life haben eine Kooperation vereinbart. Gemeinsam veranstaltet man eine Reihe von Seminaren zu den Themen Wasser und ganzheitliche Gesundheit. Ziel ist auch, eine qualifizierte Ausbildung in diesen Bereichen zu etablieren.



Joachim Wohlfeil, Natürlich Rückgrad e.V.

Gehe behutsam Deinen Weg inmitten des
Lärms und der Hast dieser Welt
und vergiss nie welcher Friede
im Schweigen liegt.
Lebe soweit als möglich und ohne Dich selbst
aufzugeben.
Lebe in guten Beziehungen,
zu anderen Menschen.
Verkünde Deine Wahrheit ruhig und klar.
Freue Dich des Erreichten
und an Deinen Plänen,
sei auf jeden Fall demütig.
Nähre die Kraft Deines Geistes,
Du bist ein Kind des Universums, nicht
weniger als die Bäume und Sterne.
Du hast ein Recht darauf, hier zu sein.
Und die Kraft des Universums wird sich so
entfalten, wie es sein muss,
ob Dir das klar ist oder nicht.
Deshalb lebe in Frieden mit Gott, was immer
Du Dir unter ihm vorstellst.
Und was immer Deine eigenen Bemühungen
und Absichten auch sein mögen:
Halte Frieden mit Deiner Seele im lärmenden
Durcheinander des Lebens.
Mit all ihrem Schein, ihren Kümmernissen
und zerbrochenen Träumen ist diese Welt
dennoch wunderbar.
Du bist ein lebendiger Teil davon.

Leitgedicht für unser Leben und unsere Arbeit
Auszug aus einer Inschrift der
Skt. Paulskirche, Baltimore 1692



“Ideales Wasser ist das ideale Wasser, um die Zahngesundheit zu erhalten!”

Als moderne und patientenorientierte Zahnarztpraxis haben wir deutlich mehr im Blick, als nur die Gesundheit von Zähnen und Zahnfleisch. Schon seit längerem sind die Zusammenhänge der Mundgesundheit und der allgemeinen Gesundheit bekannt und wissenschaftlich belegt. So wissen wir, dass bakterielle Entzündungen im Mundraum beispielsweise die Risiken für Diabetes, Herzinfarkt, Schlaganfall, Lungenentzündung oder Rheuma erhöhen können.

www.zmtaa.de



Dr. Munack und Dr. Becker

ZahnMedizinisches Team am Aegi: Ein Leben lang gesunde Zähne!

Unser Heilungsansatz ist ganzheitlich, deshalb haben wir uns für Water4Life entschieden.

Denn richtiges Trinken ist für die Zahngesundheit von unendlicher Bedeutung. Es sorgt für eine gute Speichelentwicklung, neutralisiert schädliche Säuren und kann durch seine Mineralien bestehenden Mineralienmangel ausgleichen. „Ideales Wasser ist das ideale Wasser, um die Zahngesundheit zu erhalten!“

Darum sind wir Fördermitglied im Water4Life geworden und versorgen Team und Patienten mit Idealem Wasser!

Unsere Philosophie der ganzheitlichen Aufklärung setzen wir mit Leidenschaft und Transparenz um. Die Begleitung und intensive Beratung unserer Patienten ist für uns selbstverständlich.

Gesund beginnt im Mund, deshalb haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, den sensiblen Bereich der Mundhygiene zu optimieren.

Hunderte verschiedene Bakterien sammeln sich im Laufe der Zeit in der Mundhöhle. Viele von ihnen sondern schädliche Toxine ab, die zum Teil einen direkten Einfluss auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Arteriosklerose haben. Und damit auch das Risiko eines Herzinfarkts oder Schlaganfalls erhöhen. Die Anfälligkeit eines Menschen für diese Krankheiten nimmt zu, je mehr dieser sogenannte Biofilm im Mundraum reift. Was da hilft? „Vor allem gutes, langes und gründliches Zähneputzen“ sagt Dr. Becker. Aber regelmäßiges, mechanisches Bürsten reicht allein nicht immer aus. Zur Vorbeugung gehört auch die professionelle Prophylaxe.

Die Zahnärzte und ihre Mitarbeiter tun alles dafür ihren Patienten den Weg in die Praxis zu erleichtern. So finden Patienten des ZMTAA eine liebevolle, freundliche und entspannte Wohlfühlatmosphäre vor.

Die Mundgesundheit für Menschen in allen Lebensabschnitten steht im Fokus. Für Patienten, die mitten im Leben stehen, bietet die Praxis ein spezielles Senioren-Behandlungskonzept an. Denn im Alter ändert sich der zahnärztliche Versorgungsbedarf zunehmend.

Die beiden Praxisgründer und leitenden Ärzte des ZMTAA – Dr. Munack und Dr. Becker – sind zudem beide Spezialisten der Implantologie. Auch auf diesem Gebiet bieten die Zahnärzte das an, was für jeden einzelnen Patienten am besten ist.

ZAHNMEDIZINISCHES TEAM AM AEGI
+49 (0) 511 - 51 51 48-0
© 2016 ZahnMedizinisches Team am Aegi

Was wir alleine nicht schaffen,
das schaffen wir besser zusammen“

Wir sind genau so stark,
wie uns unsere Mitglieder machen.

Sie leisten mit Ihrer Unterstützung einen wesentlichen Beitrag für den respektvollen und gerechten Umgang mit der Umwelt und den Mitmenschen. Sie treten ein, gegen die reine Profitmaximierung der Nahrungskonzerne und für mehr Bürgerrechte. Und Sie schenken uns Verlässlichkeit, mit der wir planen und arbeiten können.

Gratis Fördermitgliedschaft Water4Life – FAN

FAN von Water4Life kann jeder werden, kostenlos und ohne Verpflichtung. Als Fördermitglied FAN erhalten Sie:

- Freien Zugang zum internen Bereich unserer Website
- Unseren Newsletter mit Informationen aus unzensurierten Quellen rund um die Themen Umwelt und Gesundheit mit dem Schwerpunkt Wasser
- Neutrale, unabhängige Informationen durch Experten und Therapeuten
- Einladungen zu Webinaren unserer Experten und Therapeuten
- Das Water4Life-E-Book "Mach mit und trink Dich fit"

• 0.- EURO

Die Registrierung zum Fan ist gratis und ohne jegliche Verpflichtung.

Water4Life Fördermitglied

Wir würden uns freuen, wenn Sie sich Water4Life als Fördermitglied anschließen würden.

Als Fördermitglied unterstützen Sie Water4Life konkret mit einem festen jährlichen Beitrag und helfen mit, unser Wassertankstellennetzwerk weiter auszubauen. Sie leisten damit einen wesentlichen Beitrag für den respektvollen und gerechten Umgang mit der Lebensressource Wasser. Sie treten gegen die reine Profitmaximierung der Konzerne und für mehr Bürgerrechte ein. Sie schenken uns Verlässlichkeit, mit der wir planen können.

Die Art der Mitgliedschaft und die Höhe des Mitgliedsbeitrag steht Ihnen völlig frei, je nachdem, wie sehr Sie unsere Idee unterstützen möchten. Als Premium Fördermitglied können Sie sich aktiv an unserem Wassertankstellen-Projekt beteiligen. Sollten Sie hierzu weitere Infos benötigen, so finden Sie diese im Mitgliederbereich unserer Website.

Dort finden Sie unter dem Menüpunkt "Mach mit" ein Antragsformular, das Sie uns per Mail oder Post zuschicken können.

Es gibt gute Gründe den Water4Life zu unterstützen, ob als Fan oder Fördermitglied

Wenn Sie sich persönlich für „das Menschenrecht auf sauberes Wasser“ einsetzen wollen, sind Sie auf dem gleichen Weg, wie der Water4Life. Daher laden wir Sie herzlich ein, sich uns anzuschließen. Entweder gratis und ohne jegliche Verpflichtung als FAN, oder als Fördermitglied, das uns durch einen kleinen Jahresbeitrag unterstützt. Lassen Sie uns die Kräfte bündeln!



Sie können sich aktiv am Aufbau unseres Wassertankstellennetzwerkes beteiligen und erhalten hierfür Sonderkonditionen.

Sie haben Fragen?
Schicken sie uns eine E-Mail an:

E-Mail: mitglieder@water4life.info



Mit dem Water4Life E-Book laden wir Sie zu einer faszinierenden Reise in die Welt des Wassers ein.

Wasser ist das kleinste und ungewöhnlichste Molekül im Universum, ohne das Leben nicht möglich ist. Welche wesentliche Rolle spielt es im Zusammenhang mit Gesundheit, Ökologie und Ökonomie?

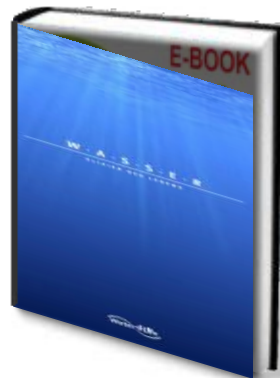
Diese und andere Fragen beantworten wir in unserem Buch über Wasser.

Beachten Sie bitte auch unser Water4Life Kinderbuch Das Ideale Geschenk für Kinder von 5-10 Jahren



Abb.: Das Water4Life Kinderbuch auf unserer Website

Wasser - Elixier des Lebens



So viel vorab: Einige gewohnte Ansichten werden sicher auf den Kopf gestellt werden.

Auch werfen wir einen sehr kritischen Blick auf jene Welt, die uns täglich umgibt und welche direkten Auswirkungen sie auf unser Wohlbefinden hat.

Gedanken, die wir zusammengetragen haben, um auch zum Nach- und Umdenken anzuregen.

Zum Abschluss kommen wir auch kurz auf jene Lösung zu sprechen, die wir für Sie dazu in Händen halten – unserem Ideal Water Wasserwerk zur Veredelung von Leitungswasser zu Idealem Wasser. Das Wasser des langen Lebens aus Ihrem eigenen Wasserwerk zu Hause. Denn Wasser bewegt das Leben, es ist an allen Ver- und Entsorgungsprozessen lebender Wesen beteiligt, beginnend in der kleinsten Zelle des Körpers. Und je reiner es ist, umso besser kann es diese Aufgabe erfüllen.

“Ein wunderbar gestaltetes Buch mit vielen Abbildungen. Spannend, informativ und eine absolute Leseempfehlung!”



Abb.: Auszüge aus dem Water4Life E-Book Erhältlich auf unserer Website

Das neue Water4Life E-Book

W · A · S · S · E · R

ELIXIER DES LEBENS

Was wir trinken sollten
Der natürliche Wasserkreislauf
Die Energie des Wassers
Das Gedächtnis des Wassers
Lösungsvermögen des Wassers
Wasser und Salz
Symptome des Wassermangels
Wasser und Stoffwechsel
Die toxische Umweltsituation
Die globale Wasserkrise
Mineralwasser – Ein profitables Geschäft
Was ist Trinkwasser?
Zu Tisch mit Flaschenwasser
Mineralwasser kritisch betrachtet
PET-Flaschen
Basisches Wasser
Die Eigenschaft von idealem Wasser
Expertenmeinungen
Ideales Wasser

www.TrinkDichFit.info





Was Sie unbedingt über Ihr Trinkwasser wissen sollten...

Mit unserem E-Book „Mach Mit - Trink Dich Fit“ laden wir Sie zu einer faszinierenden Reise in die Welt des Wassers ein.

So viel schon vorab: Wir werden einige Ihrer Ansichten auf den Kopf stellen und Sie werden sicher zahlreiche Aha-Erlebnisse haben.



Registrieren Sie sich kostenlos und ohne Verpflichtung als Water4Life Fan und erhalten Sie Zugang zu unseren **kostenlosen Webinaren, Vorträgen** und unserem **Vereinsmagazin für Fördermitglieder**.



Wir machen uns stark:
für das Menschenrecht
auf sauberes Wasser!

**Water4Life - Europäisches Institut
für Gesundheit und Wasserqualität
Warwitzstr. 9
5020 Salzburg
ZVR-Nummer 061221202**

**Tel: +43 720 22 90 64
E-Mail: post@trinkdichfit.info**

Der Bezug dieser Zeitschrift ist im
Mitgliedsbeitrag enthalten.
Bilder: fotolia.de und eigene

Überreicht durch das Fördermitglied des Water4Life:

Mehr Informationen - Water4Life im Web:

**www.water4life.info
www.TrinkDichFit.info
www.wasser-wissen.org**