



RAPUNZEL

Bio-Pionier seit 1974

Sonnige Schätze aus der Türkei

Süße Früchte & knackige Nüsse

Rapunzel Trockenfrüchte und Nüsse aus dem Türkei-Projekt werden von der mediterranen Sonne verwöhnt. Sie sind eine wahre Schatzkammer an wertvollen Inhaltsstoffen und vollem Aroma – ins Müsli, zum Backen oder zum Knabbern.

Entdecken Sie Ihre Lieblingsprodukte.

Mehr unter www.rapunzel.de



Die neue Ernte ist da!



Wir machen Bio aus Liebe.

Sinnvoll schenken

Lesefutter mit Zugabe

Bücher gehen immer als Geschenk. Journal-Leserinnen wissen anregende Lektüre zu schätzen – das verbindet sie auch mit den Macherinnen des Kundenmagazins. Individueller wird das Lesefutter, wenn noch eine Zugabe mit eingepackt wird – natürlich in biodynamischer Qualität. Dann ist garantiert, dass sie gut ankommt und schnell verbraucht wird.

Mit wenig Aufwand lässt sich sogar Kulinarisches aus der Kategorie selbst gemacht dazuschicken. Und wer jetzt schon anfängt zu planen, vermeidet Stress in der allzu oft hektischen Vorweihnachtszeit.





Das Lesefutter

Zukunftsorientiert

- Das Klimaspargbuch München und Frankfurt, oekom e.V. – Verein für ökologische Kommunikation
- Klimaschock, Ursachen, Auswirkungen, Prognosen, Günter Michler, Ullmann
- Fürchtet euch nicht, Die Vertreibung der deutschen Angst, eine Reportagereise mit prominenten Gesprächspartnern, Martin Häusler, Scorpio
- Ab 18 – Was junge Menschen wirklich machen, Anne Kunze, Katrin Zeug, rowohlt
- Handbuch Welternährung, Lioba Weingärtner, Claudia Trentmann, campus
- Die dritte industrielle Revolution, Jeremy Rifkin, campus
- Packen wir's an, lebendige Demokratie als Werkzeug für unsere Zukunft Frances Moore Lappé, J.Kamphausen
- Maeva!, Dirk C. Fleck, Fortsetzung des Buches Das Tahiti-Projekt, Piper

- Das Prinzip Empathie, Was wir von der Natur für eine bessere Gesellschaft lernen können, Frans de Waal, Hanser
- Wir sind der Wandel, Warum die Rettung der Erde bereits voll im Gang ist – und kaum einer es bemerkt, Paul Hawken, Hans-Nietsch-Verlag
- 2052, Eine globale Prognose für die nächsten 40 Jahre – der neue Bericht an den Club of Rome, Jorgen Randers, oekom
- Anthroposophische Persektiven, Manon Haccius und Götz Rehn, Dumont

- Vom Geheimnis der Ernährung, Rudolf Steiner ausgewählte Texte, kommentiert von Christian von Arnim, Rudolf-Steiner-Verlag
- Mit allen Sinnen leben, tägliches Genuss-training, Beate Handler, Goldegg
- Der Feelgood-Faktor, Marion Grilparzer, Susanne Wendel, Südwest
- Lob der Pause. Von der Vielfalt der Zeiten und der Poesie des Augenblicks. Karlheinz A. Geißler, oekom

Mit allen Sinnen

- Ganz im Hier und Jetzt
- Stille in der Stadt – ein City-Guide für kurze Auszeiten und überraschende Begegnungen, Ursula Richard, Kösel
- Die vier Ziele des Lebens, Dan Millmann, Ansata
- Dimensionen der Zeit, die Entschleunigung unseres Lebens, Ernst Peter Fischer und Klaus Wiegandt, Forum für Verantwortung, rowohlt

- Im Bann der sinnlichen Natur von David Abram und *Minima animalia* von Andreas Weber, Drachenverlag, beide aus der neuen Reihe thinkOya in Zusammenarbeit mit der Zeitschrift Oya. anders denken, anders leben.
- Heilrituale in der Natur, Ursula Walser-Biffiger, AT-Verlag
- Kalender Wahre Kühe haben Hörner, Hädecke
- Kalender Die schönsten Kuhhörner, Fiona

Die Zugabe in biodynamischer Qualität

Lassen Sie sich inspirieren von den Weihnachtsangeboten im Bioladen Ihres Vertrauens. Wie wäre es denn mit ...

Einem Set Naturkosmetik von Martina Gebhardt – es gibt immerhin zwölf verschiedene.

Dank der Kooperation von beerenbauern und Windmühlmesser gibt es das Set von **Buckelmesser und Fruchtaufstrichen** – Handwerkskunst von zwei Seiten.

Von Lebensbaum kommen **Kostbarkeiten für die Tasse**: Drei neue Darjeeling-Premiumtees verzaubern die Sinne. Und Kaffeetrinker freuen sich über den ersten Demeter-Espresso Kaapi Kerala vom Spezialisten Lebensbaum.

Weihnachtsnudeln von Naturata kommen als Nikolini auf den Teller – nicht nur für die Kleinsten schön. Ideal ergänzt mit den **ofengetrockneten Amfissa-Oliven**.

Ein **Früchteglühpunsch** von Beutelsbacher wärmt von innen.

Zum Backen animiert das Spielberger-Paket **Mehl mit Ausstechförmchen**.

Und wer es nicht geschafft hat, selber **Plätzchen** zu backen, der wählt aus der ganzen Vielfalt der Sommer & Co-Kekse das Passende: Vanillekipferl, Spekulatius, Buttergebäck, Zimtsterne, Anissterne oder Nusskipferl – oder alle zusammen?

Tsampa, Kandidat bei der Wahl zum Produkt des Jahres (s. S. 28) ist ideal für Reiselustige und all diejenigen, die sich in die Ferne träumen wollen. ErdmannHauser bietet das aromaische Gerstenmehl der Exil-Tibeterin Sonam Dölma Brauen an.

Blumensamen oder **Kräuter- und Gemüse-saatgut** der Bingenheimer Saatgut AG lassen schon mal an die nächste Ernte denken. Das verkürzt den Winter!

BEUTELSBACHER

Klasse Qualität: Demeter-Säfte aus vielen Früchten

DER ORIGINALE KINDERSAFT
100% Direktsaft ohne Zuckerzusatz aus erntefrischen Trauben, Äpfeln, Möhren, Birnen und Heidelbeeren, Erdbeeren, Hagebutten. Mit dem Arbeitskreis für Ernährungsforschung Bad Vilbel entwickelt und mit Kindern getestet.

MULTI PUR
100% Direktsaft aus einheimischen bzw. tropischen Früchten und Möhren, enthält von Natur aus Vitamin A und C. Zutaten: Säfte aus Orangen, Äpfeln, Birnen, Möhren, Mangos, Guaven, Maracujas, Granatäpfeln.

WALDFRUCHTCKOCKTAIL
Wildfrüchte sind wegen ihrer urwüchsigen Energie in der menschlichen Ernährung von besonderer Bedeutung. 100% naturtrüber Direktsaft mit den wildgewachsenen Waldfrüchten: Heidelbeeren, Schlehen, Hagebutten, Brombeeren, Preiselbeeren, Himbeeren, Erdbeeren und mit Apfelsaft.

EXOTIK PUR
100% Direktsaft als tropischer Cocktail aus: Ananas, Mango, Guave, Maracuja, Banane, Birne, Orange und Acerola-Kirsche.

VITAL TRANK
Säfte aus Äpfeln, Roten Trauben, Möhren, Rote Beten (milchsauer vergoren), Schlehen, Hagebutten, Schwarzen Johannisbeeren, Blütenhonig, Auszügen aus Kräutern, Enzian und Gerste. Mit dem Arbeitskreis für Ernährungsforschung Bad Vilbel entwickelt.

