



## »Gesundheit ist ein Informationsproblem!«

Dr. M. O. Bruker  
(1909–2001)

### TITELTHEMEN

- Waltraud Becker  
Florianne Koechlin's faszinierende Pflanzenwelt 4
- Kita-Team Allerheiligenberg/Lahnstein  
Umstellung auf Vollwertkost 10

### THERAPEUTISCHER RAT

- Dr. Mathias Jung  
Lebenskrisen ... und wie man ihnen begegnet 16

### ÄRZTLICHER RAT AUS GANZHEITLICHER SICHT

- Dr. Jürgen Birmanns  
Abszess 17  
Kaffee und Gesundheit 17

### AUS DER PRAXIS/VERSCHIEDENES

- Klimaschutz mit Messer und Gabel 7  
Augen auf beim Kauf von Olivenöl 12  
Rezepte 14  
Frühjahrstagung der GGB 18  
Pinnwand 19  
Vorträge 23

#### Wünschen Sie weitere aktuelle Informationen zu Gesundheitsthemen aus dem Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus?

Abonnieren Sie unseren E-Mail-Newsletter über die Internetseite der GGB [www.ggb-lahnstein.de](http://www.ggb-lahnstein.de) oder schicken Sie eine E-Mail an: [newsletter@ggb-lahnstein.de](mailto:newsletter@ggb-lahnstein.de)  
Dieser Service ist selbstverständlich kostenlos.  
Wir versichern, Ihre Mailadresse nicht an Dritte weiterzugeben!



Faszinierende Pflanzenwelt



Umstellung auf Vollwertkost

#### IMPRESSUM

Verlag und Vertrieb: emu-Verlags- und Vertriebs-GmbH  
Dr.-Max-Otto-Bruker-Str. 3 · 56112 Lahnstein ·  
Tel. 0 26 21/91 70 10 · Fax 91 70 33 · ISSN 0933-7016  
Sie finden uns auch im Internet unter: [www.dr-bruker.de](http://www.dr-bruker.de)  
Unsere E-Mail-Adresse lautet: [abo@emu-verlag.de](mailto:abo@emu-verlag.de)  
Verantwortlich für den Inhalt:  
Chefredaktion: Martin Gutjahr-Jung  
Redaktionelle Beiträge: Dr. med. Jürgen Birmanns · Ilse Gutjahr-Jung ·  
Dr. phil. Mathias Jung  
Bezugspreis und Abo-Bestellungen:  
DER GESUNDHEITSBERATER erscheint in 12 Ausgaben jährlich, jeweils Anfang des Monats, und ist im Mitgliedsbeitrag der GGB enthalten.  
Heftpreis ab 1. 1. 2010: Einzelpreis € 3,- · Abo-Preis Inland € 41,20 (incl. Porto, Versand) · Ausland € 50,40 (incl. Porto, Versand).  
Kündigungsfrist: Drei Monate vor Ablauf des Jahresabonnements.  
Bestellungen an den emu-Verlag, Lahnstein.  
Für Artikel, die namentlich gekennzeichnet sind, übernimmt der Verlag keine Verantwortung.  
Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von Beiträgen vor.  
Für unverlangt eingesandtes Material übernimmt die Redaktion keine Gewähr.  
Gesamtherstellung: Kösel, Krugzell  
Bankverbindung: Volksbank Rhein Lahn eG,  
BLZ 57 092 800, Konto 0 201 496 713  
Alle Rechte vorbehalten.