

## Vom Fallen und Aufstehen

Warum es wichtig ist, dass Erfolg unser Leben bestimmt

Was Erfolg bedeutet, ist keine Frage der Kultur, sondern der individuellen Lebenseinstellung. Doch wahrer Erfolg zeigt sich erst darin, wie man mit Misserfolgen umgeht. Ist das der Schlüssel zum Erfolg?



**„Unser größter Ruhm ist nicht, niemals zu fallen, sondern jedes Mal wieder aufzustehen.“**

Nelson Mandela

Erfolg bestimmt unser Leben von klein auf. Wir lernen von Anfang an, nach Stürzen wieder aufzustehen.

Foto: Adobe

Das Kind möchte den Ball, der auf dem Stuhl liegt. Es sitzt auf dem Boden vor dem Stuhl, weil es noch nicht laufen kann. Es streckt seine kleinen Ärmchen nach dem Ball aus, aber es kommt einfach nicht heran. Da richtet sich das Kind ein wenig auf und versucht, sich an dem Stuhl hochzuziehen. Aber es plumpst wieder nach unten. Das Kind versucht es noch einmal. Es stemmt sich aus der Hocke nach oben, zieht sich mit den Ärmchen am Stuhlbein hoch und streckt dann den linken Arm nach dem Ball aus – erwischt.

Erfolg bestimmt unser Leben von klein auf. Wir stecken uns Ziele und überlegen, wie wir sie erreichen. Das klappt nicht immer auf Anhieb. Aber selbst – oder gerade – Misserfolge machen uns stark und bringen uns weiter, wenn wir richtig damit umgehen. „Unser größter Ruhm ist nicht, niemals zu fallen, sondern jedes Mal wieder aufzustehen“, hat Nelson Mandela gesagt.

Mandela wusste, wovon er sprach: Seinen Kampf gegen die Apartheid musste er mit fast drei Jahrzehnten Gefängnis bezahlen. Doch er gab nicht auf und verfolgte unerschütterlich sein Ziel, die Unterdrückung der schwarzen Bevölkerung in Südafrika zu beenden und einen geeinten,

demokratischen Staat zu errichten. Dafür erhielt Nelson Mandela nur drei Jahre nach seiner Haftentlassung den Friedensnobelpreis und wurde 1994 zum ersten schwarzen Präsidenten von Südafrika gewählt.

### Erfolg erwächst aus Misserfolg

Oft ist Scheitern nur eine Station auf dem Weg zum Erfolg. Manchmal ist es sogar wichtig zu scheitern, weil wir uns vielleicht verrannt und unser Ziel aus den Augen verloren haben. Dann bringt uns ein Misserfolg wieder auf den richtigen Weg zurück – oder wir erkennen, dass wir eigentlich ein ganz anderes Ziel verfolgen, als wir bisher dachten.

Doch was ist Erfolg eigentlich? Dem Duenden nach ist Erfolg ein „positives Ergebnis einer Bemühung“. Würde man dem Knirps, der sich erfolgreich um den Ball auf dem Stuhl bemüht hat, ein paar Jahre später so erklären, was Erfolg ist? Wohl kaum. Je nachdem, wen der Junge fragen würde, würde er unterschiedliche Antworten erhalten. Würde er den Hollywood-Schauspieler Michael Douglas fragen, würde der ihm antworten: „Erfolg ist die beste Rache.“

Das würde den Jungen eher verwirren. Würde er den Geist des verstorbenen Öl-Milliardärs Jean Paul Getty fragen, bekäme

er die Antwort: „**Meine Formel für Erfolg? Steh früh auf, arbeite bis spät abends, finde Öl.**“ Auch das würde dem Jungen nicht weiterhelfen. „**Der Erfolg ist der Lehrer der Toren,**“ hätte der römische Historiker Titus Livius dem Kind geantwortet. Würde der Junge auf den amerikanischen Autor Christopher Morley treffen, bekäme er zur Antwort: „**Es gibt nur einen Erfolg: auf deine eigene Weise leben zu können.**“

Darüber würde der Junge nachdenken. Ist Erfolg vielleicht für jeden etwas anderes?

**„Es gibt nur einen Erfolg: auf deine eigene Weise leben zu können.“**

### Sicher auf dem Grat wandern

Während der eine beruflichen Erfolg anstrebt und die Karriereleiter immer weiter nach oben klettert, sucht der andere Erfolg eher im Privaten. Manche konzentrieren sich auf sportliche Leistungen und streben eine Bestzeit oder eine Medaille an. Allen gemein ist, dass das Streben nach Erfolg durchaus eine Gratwanderung ist – zwischen Zielstrebigkeit und Verbissenheit, zwischen Selbstzufriedenheit und Selbstoptimierung.

Diesmal in der Natürlich Gesund:

### ERFOLG IM SPORT

Andrea Henkel im Exklusiv-Interview mit memon S. 3

### DER KLIMASCHWINDEL

Die Widersprüche der europäischen Klimapolitik S. 5

### EXPERTEN-INTERVIEW

Zwei Erfolgskoaches über die verschiedenen Wege zum Erfolg S. 6-7

### „MADE IN GERMANY“

Warum sich nachhaltige und regionale Produktion in Krisenzeiten bewährt – Interview mit Hans Felder S. 9

### GESUND LEBEN

Heilpraktikerin Irmgard Sigl über die vielseitige Wirkung von CBD S. 10

Mit exklusiven Interviews und Tipps für ein erfolgreiches Leben in Balance

Wer es schafft, einen gesunden Mittelweg zu finden, hat damit vielleicht schon den größten Erfolg im Leben erzielt. Denn wie im Kleinen kommt es natürlich auch im Großen auf den Ausgleich an. Wer heute in der Arbeit richtig Gas gibt, sollte morgen einen Gang runterschalten. Wer sich immer gesund ernährt, kann zwischendurch auch mal sündigen. Wer heute einen Marathon gelaufen ist, sollte sich morgen erholen. Wer immer nur träumt, muss seine Träume auch umsetzen. Wer redet, muss auch handeln. Wer stürzt, muss wieder aufstehen.

### Erfolgreich leben statt Erfolg haben

Mit diesen Gedanken im Hinterkopf rufen wir uns nochmal die Aussage von Christopher Morley ins Gedächtnis. Demzufolge ist derjenige erfolgreich, der es schafft, sein Leben nach seiner Façon zu führen und sich selbst treu zu bleiben. Die Frage sollte also nicht sein „Was ist der Schlüssel zum Erfolg?“, sondern müsste eigentlich lauten: „**Wie schaffe ich es, auf meine Weise erfolgreich zu leben?**“ Und diese Frage kann nur jeder für sich selbst beantworten. Wichtig ist nur, dass man im Leben einmal öfter aufgestanden als gefallen ist.

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

memon feiert in diesem Jahr sein 20. Firmenjubiläum. Wenn ich an die Anfänge zurückdenke, ist es unglaublich, was wir in den vergangenen 20 Jahren geschafft – und geschaffen! – haben. Wir haben aus einer Idee eine Vision entwickelt, wir haben aus einem einzigen Produkt ein Sortiment geschaffen, wir haben eine geniale Technologie zur Marktreife gebracht, wir haben uns von einem kleinen Betrieb zum Weltmarktführer entwickelt.

Das sind die harten Fakten. Doch darüber hinaus haben wir viel mehr erreicht. Wir haben ein Thema in den Fokus gerückt, das vor 20 Jahren müde belächelt wurde. Wir haben ein Bewusstsein geschaffen – für die Auswirkungen von Umwelteinflüssen wie Elektrosmog und Feinstaub, aber auch für einen umsichtigen Umgang mit der Digitalisierung.

Erfolg ist, wenn man seine Ziele erreicht. Das mögen für den einen Umsatzziele sein, für den anderen ein persönliches Ziel, zum Beispiel drei gesunde und glückliche Kinder. Bin ich mit memon erfolgreich? Ja! Denn mit allem, was wir mit memon bisher geschafft haben und Tag für Tag schaffen, kommen wir unserer Vision ein Stück näher: Dass es für alle Menschen selbstverständlich ist, sich mit unseren memonizern gegen schädliche Umwelteinflüsse zu schützen.

Das Schöne ist, dass wir mit unserer Technologie auch Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, dazu verhelfen, erfolgreich zu sein. Um die Kraft zu haben, seine Ziele zu erreichen, sind nicht einzelne Faktoren, sondern deren Summe entscheidend. Dazu gehören ein bewusster Lebensstil, positives Denken – und der Schutz vor schädlichen Umwelteinflüssen.

Behalten Sie Ihre Ziele und Ihre Gesundheit im Auge – ich wünsche Ihnen von Herzen viel Erfolg!



Ihr Hans Felder  
Geschäftsleitung

## Spannende Interviews in den memon Podcasts



Vor rund neun Monaten sind die memon Podcasts an den Start gegangen. Unter dem Titel „Herzschlag“ haben wir spannende Interviews zu den unterschiedlichsten Themen veröffentlicht. Rund 1.500 mal wurden die memon Podcasts bereits heruntergeladen.

Wir haben mit den Experten Tilo Rößler und Professor Peter Dartsch über Elektrosmog und Zellforschung gesprochen und haben gebannt der bekannten Erfolgstrainerin Nicole Leobner gelauscht. Auch andere Interviewpartner wie Monika Ebersberger und Frank Weiß haben uns mit ihren Schilderungen zu ihren sozialen Engagements zum Nachdenken gebracht.

Und wir halten noch jede Menge weitere Podcasts bereit. Im neuesten Podcast haben wir mit dem Physiotherapeuten und Gründer von exaktaktiv Rainer Ziegler gesprochen. Er hat uns erklärt, wie alles in unserem Körper – Seele, Organe, Stoffwechsel, Nervensystem – zusammenhängt und wie er vorgeht, um die Ursachen von chronischen Beschwerden zu finden und zu therapieren. Ein spannender Podcast, der Ihnen die Augen öffnen wird.

**Unser Tipp: unbedingt Reinhören!**

**Alle memon Podcasts finden Sie unter [www.memon/podcast](http://www.memon/podcast) sowie in den gängigen Podcast-Apps wie Spotify, Apple Podcasts und amazon music.**

### Lust auf mehr News aus der Redaktion?

Lesen Sie unsere regelmäßigen Blog-Beiträge und abonnieren Sie den memon Newsletter unter:

[www.memon.eu/magazin/](http://www.memon.eu/magazin/)

## memon IM LEISTUNGSSPORT

### Ski-Stars machen sich für memon stark

memon und der Leistungssport gehören seit vielen Jahren zusammen. Jetzt hat das Rosenheimer Unternehmen zwei neue Markenbotschafter gewonnen. Die Ski-Stars Chiara Mair aus Österreich und Manuel Schmid aus Deutschland sind von der memon Technologie begeistert.



Manuel Schmid, Ski-Weltcup-Fahrer des DSV, ist neuer Markenbotschafter für memon.

Gerade im Spitzensport, wo es oft um Hundertstelsekunden geht, machen sich negative Umwelteinflüsse wie Elektrosmog bemerkbar. Die memon Technologie kompensiert die negativen Auswirkungen von Elektrosmog, sodass sich die Sportler insgesamt fitter und leistungsfähiger fühlen.

Deshalb sind die Athletinnen und Athleten des Österreichischen Skiverbands (ÖSV) schon seit neun Jahren mit memon ausgestattet, darunter Ski-Legende Marcel Hirscher sowie aktive Ski-Stars wie Ramona Siebenhofer, Nici Schmidhofer, Manuel Feller und eben Chiara Mair. Die 25-Jährige fährt seit Jahren im Ski-Weltcup mit und gehört damit zu den Größen im internationalen Ski-Zirkus. Über ihre Erfahrungen mit memon sagt sie: „Den COMBI hatte ich von Anfang an. Ohne ihn fahre ich in kein Hotel. Ich konnte in Hotels nie gut schlafen, aber mit dem COMBI fühle ich mich immer fit. Und jetzt bin ich zum Glück auch zu Hause ausgestattet. Ich fühle mich richtig wohl und ich spü-

re, dass einfach alles besser ist. Ich bin ruhiger und schlafe besser, ich bin fitter und ich trinke das Wasser viel lieber als früher. Es sind so viele Kleinigkeiten, die man über die Zeit beobachtet und die immer besser werden. Es passiert also nicht von heute auf morgen, sondern über die Zeit. Und das ist es doch, was wir alle wollen. Dass wir immer gesund und fit sind.“

Seit knapp zwei Jahren fahren auch die Stars des Deutschen Skiverbands (DSV) unter dem Schutz der memon Technologie. Vorreiter ist hier der Weltcup-Fahrer Manuel Schmid: „Mir als Leistungssportler ist es extrem wichtig, aus allen Situationen das Optimale rauszuholen, sei es im Training Kraft und Ausdauer zu verbessern, das optimale Essen vor und nach den Wettkämpfen zu mir zu nehmen oder das Material der Skier optimal auf die Verhältnisse abzustimmen. Und genauso gehört es für mich auch dazu, mich vor der Strahlenbelastung zu schützen. Das hilft mir, besser zu regenerieren, um dann wieder



Der österreichische Ski-Star Chiara Mair ist von memon begeistert.

mehr Energie für das Training und die Wettkämpfe zu haben.“

Auch memon Geschäftsführerin Erika Felder freut sich über die neuen Markenbotschafter. „memon ist seit vielen Jahren im Leistungssport etabliert. Dennoch ist es immer wieder aufregend, wenn berühmte Athleten uns begeistert von ihren großartigen Erfahrungen mit memon berichten und das auch nach außen kundtun.“

# Biathlon-Star wird memon Botschafterin

„Manchmal ist es schwerer, wieder zurückzukommen, als einmal oben anzukommen“ – Andrea Henkel spricht im Interview über Erfolge und Niederlagen und ihre Erfahrungen mit memon

Andrea Henkel ist mit acht Weltmeistertiteln, vier Olympischen Medaillen und 46 Weltcup-Siegen bis dato eine der erfolgreichsten Biathletinnen aller Zeiten. Seit mehr als zehn Jahren setzt sie auf den Schutz durch memon. Nun ist die berühmte Biathletin überzeugte Markenbotschafterin für memon. Im Interview spricht sie über Erfolge und Niederlagen und darüber, was sie mit 90 Jahren noch machen möchte.

**Du bist eine der erfolgreichsten Biathletinnen aller Zeiten. Wann war dir klar, dass du es ganz nach oben schaffen kannst?**

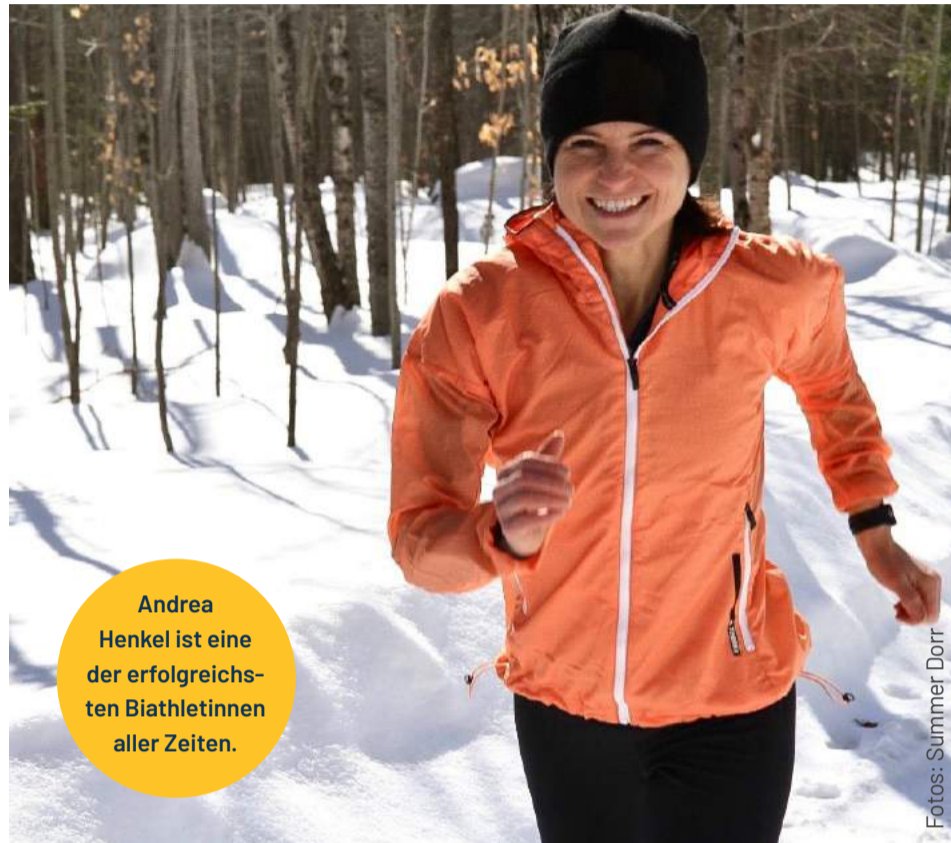
Das ist ja immer so eine Art Reise. Ich bin mit 13 Jahren an die Sportschule gekommen, da hatte ich noch gar nicht im Fokus, was ich später mal alles erreichen könnte. Ich fand's einfach cool, auf diese Schule zu gehen. Mit dem täglichen Training kamen dann die ersten Erfolge. Damit habe ich mir erstmal die Ziele gesetzt, die ich zu jenem Zeitpunkt erreichen konnte. Der Gedanke, beim Weltcup mitzulaufen oder an den Olympischen Spielen teilzunehmen, kam eher schleichend. Eigentlich erst, als ich mit 16 angefangen habe, meine ersten internationalen Rennen zu laufen.

**Was braucht es deiner Meinung nach mehr, um erfolgreich zu sein – Talent oder Ehrgeiz?**

Man kann nicht völlig talentfrei sein. Aber ich glaube, am Ende überwiegt harte Arbeit. Das hört sich immer so anstrengend an und natürlich ist Sport anstrengend. Doch das kann auch Spaß machen – und dann fühlt es sich auch nicht mehr so schwer an. Ich glaube, der Schlüssel zum Erfolg ist, dass man Spaß hat, bei dem, was man macht.

**Du schreibst auf deiner Website: Das, worauf ich am meisten stolz bin, ist, dass ich an die Weltspitze zurückgekehrt bin, nachdem es schon fast vorbei war. Wie wichtig waren deine Niederlagen für deine Erfolge?**

Ohne Niederlagen geht es nicht. Die gehören einfach dazu, nicht nur im Sport. Aber im Sport ist es oft so, dass man schneller aus einer Niederlage wieder herauskommen kann. Das ist im normalen Leben vielleicht nicht ganz so. Im Sport kann ein Tag schlecht und der nächste schon wieder gut sein. Und umgekehrt kann es von „ganz gut“ schnell zu „ganz schlecht“ gehen, vor allem im Biathlon. Aber aufgeben? Das machst du eigentlich nicht, vor allem nicht, wenn du in so einem System drin bist – ob es der Job oder der Sport ist. Wenn es nicht



läuft, fragst du dich erstmal, warum. Und dann überlegst du, wie du wieder dahin kommen kannst, wo du mal warst. Jedenfalls war das bei mir so. Wenn du einmal eine Niederlage überwunden hast, weißt du, dass es sich lohnen kann, durch schwere Phasen durchzugehen.

**Was war deine schwerste Zeit im Sport?**

Ich hatte 2002 bei Olympia gewonnen und dann kamen zwei Jahre, in denen ich nicht mehr vorne dabei war. Zu meiner schlechtesten Zeit war ich 29. im Gesamt-Weltcup. Das war damals damit verbunden, dass ich nicht mehr in der Mannschaft war und mich erst wieder dafür qualifizieren musste. Da stellst du dir die Frage: Was kommt als nächstes? Entweder ich rapple mich wieder auf oder es geht nicht mehr weiter mit dem Sport. Diese beiden Optionen bestanden. Und ich habe mir die Option ausgesucht, bei der ich die Chance hatte, wieder nach oben zu kommen. Du weißt nicht, ob es klappt. Aber mir war es wichtig, dass ich mir später mal keine Vorwürfe machen kann, das aufgegeben zu haben, bei dem ich so viel Spaß hatte.

**Kann man aus Niederlagen manchmal mehr machen als aus Erfolgen?**

Ich glaube, immer erfolgreich zu sein, geht nicht. Selbst wenn wir glauben, dass jemand immer erfolgreich ist, findet derjenige immer etwas, das nicht zu hundert Prozent passt. Hundert Prozent gibt es nicht, nicht im Sport und nicht im Leben. Niederlagen nützen nur, wenn man sie anwendet, um Erfolg zu haben. Natürlich sind Niederlagen erstmal nichts Angenehmes. Manchmal braucht

man eine Weile, um da durchzukommen. Aber man kann daraus lernen. Ich habe aus meinen schlechten Erfolgen Schlüsse gezogen und daraus gelernt. Der nächste Schritt war dann, meine Learnings auch umzusetzen. Nichts ist so schlecht, dass es nicht für irgendetwas gut ist. Wenn etwas schiefgeht, sollte man sich also zuerst fragen, wofür das gut sein kann anstatt gleich den Kopf in den Sand zu stecken. Ein Sieg ist natürlich auch ein gutes Learning. Man erfährt dadurch eine Motivation. Wenn man gewonnen hat und es dann nicht mehr so gut läuft, ist es wichtig, dass man weiß, wie es sich anfühlt, wenn man auf dem Podest steht. Manchmal ist es schwerer, wieder zurückzukommen, als einmal oben anzukommen.

**Was bedeutet für dich Erfolg? Immer auf dem Podest zu stehen?**

Schwierige Frage... Ich denke, Erfolg ist, das zu schaffen, wofür man gearbeitet hat. Und seine beste Leistung zu bringen. Wenn man aus sich das Beste herausholen kann, ist das ein Erfolg. Mir war immer wichtig, dass ich mir mit 60 keine Vorwürfe machen muss, es mit 26 nicht ernstgenommen zu haben oder es nicht so gut gemacht zu haben, wie ich es hätte machen können. Mir war wichtig, auszuprobieren, wozu ich in der Lage bin. Was dabei herauskommt, war erstmal zweitrangig.

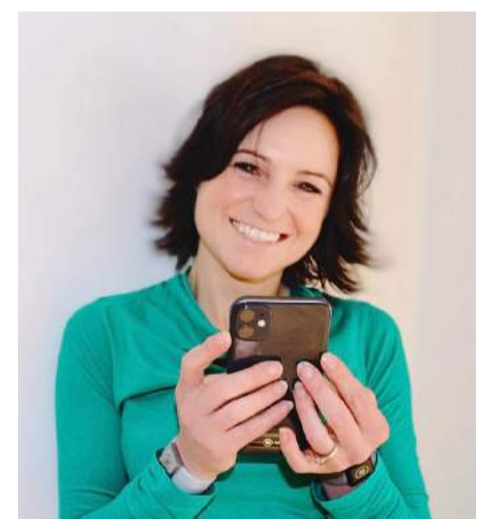
**Würdest du sagen, dass du ein Mensch bist, der immer sehr bewusst lebt und handelt? Oder lässt du es auch einfach mal darauf ankommen?**

Ich versuche, strukturiert zu sein. Es

fällt mir eher schwer, alle Fünf mal gerade sein zu lassen, weil ich mir immer denke, dieses und jenes könnte ich noch machen. Eben weil ich mir später nicht vorwerfen will, dass ich nicht alles versucht habe. Ich beschäftige mich natürlich mit Fragen wie: Wie kann ich gesund alt werden? Und wie kann ich meinen Körper, den ich ja gerne bewege, auch weiterhin gut bewegen? Ich möchte auch mit 90 noch raus und mich bewegen. Ich denke, bei den Sachen, die einem Spaß machen und die einen gewissen Grund haben, ist man auch bewusst dabei.

**Du bist vor mehr als zehn Jahren auf memon gekommen. Wie bist du darauf aufmerksam geworden?**

Das war zu einer Zeit, als ich mich generell damit beschäftigt habe, wie man nach dem Sport besser regenerieren kann. Dass die ganze Elektrizität, WLAN und so weiter, Einfluss auf den Körper hat, hat für mich durchaus Sinn gemacht. Deshalb bin ich da tiefer eingestiegen. Durch meine Zimmernachbarin Martina Beck bin ich auf memon aufmerksam geworden. Ich habe mich mit memon beschäftigt und fand es logisch und total einleuchtend. Deshalb habe ich beschlossen, mich zu schützen.



In ihrem Zuhause in Lake Placid (USA) ist Andrea Henkel komplett mit memon ausgestattet.

**Was hat dich von memon überzeugt?**

Ich weiß gar nicht mehr, wie es ohne memon ist. Ich fühle mich einfach besser und geschützter. Mir ist bewusst, dass ich das Handy nicht immer am Körper tragen sollte. Ich stelle es so oft wie möglich auf Flugmodus, beispielsweise wenn ich Langlaufen gehe und zwischendurch nur ein paar Fotos mit dem Handy machen will. Ich bin mir bewusst, dass ich da vorsichtig sein sollte, speziell wenn es um meine Gesundheit geht. Für mich ist memon eine Unterstützung, um sicherzustellen, dass ich alles tue, um mit 90 noch rausgehen zu können.



„Wir müssen nicht weniger wachsen und wirtschaften, sondern anders!“

Hans-Dietrich Reckhaus, Unternehmer

Foto: Adobe

# Nachhaltigkeit statt Profitgier

## Welche neuen Werte den Erfolg eines Unternehmens ausmachen

**A**rtensterben, Ressourcenknappheit, Klimawandel, Feinstaub, Elektrosmog – die Ausmaße unseres Handelns werden immer deutlicher. Besonders in den vergangenen Jahrzehnten haben Machtansprüche, Gewinnmaximierung und Ignoranz zu teils irreversiblen Schäden an Mensch, Tier und Umwelt geführt. Erst allmählich findet bei den Menschen ein Umdenken statt, das auch mit einem Wertewandel einhergeht. Unternehmen erkennen, dass sie erfolgreicher sein können, wenn sie mehr auf Nachhaltigkeit statt auf schnelle Umsatzsteigerung setzen.

Im Kleinen bedeutet Nachhaltigkeit zum Beispiel, den Einkaufskorb oder einen Jutebeutel zu nehmen anstatt sich an der Kasse oder in der Gemüseabteilung eine Plastiktüte zu holen, die dann zu Hause wieder in den Müll wandert. Im Großen ist Nachhaltigkeit aber nicht allein auf Umweltbewusstsein beschränkt. Geprüft wird – sowohl im wörtlichen als auch im übertragenen Sinn – nicht nur die Verpackung, sondern auch der Inhalt. Heute setzen immer mehr Menschen statt auf Quantität auf Qualität – und die wird inzwischen an neuen Werten gemessen, etwa am ökologischen Fußabdruck, aber auch an fairen Produktionsbedingungen, am sozialen Engagement und der allgemeinen Philosophie eines Unternehmens. Das ist eine deutliche Absage an die lange vorherrschende „Geiz-ist-geil“-Mentalität, deren Ziel es war, möglichst viel zu einem möglichst geringen Preis zu bekommen.

### Ökologisch nachhaltig

Dieser Wertewandel schlägt sich deutlich im Konsumverhalten der Verbraucher nieder. Wer den ökologischen Aspekt eines Produkts in den Vordergrund stellt, für den lautet die zentrale Frage:

Wie umweltfreundlich ist das Produkt? Wie und wo wurde es hergestellt? Wie langlebig ist es?

Immer mehr Unternehmer erkennen das und reagieren darauf, indem sie die Herstellung umweltfreundlicher und die Produkte nachhaltiger gestalten. Das Interesse der Verbraucher an hochpreisigen Marken schwindet, wenn diese ihre Komponenten billig im Ausland einkaufen und einmal rund um den Globus transportieren lassen, obwohl man sie genauso in der eigenen Region und vielleicht sogar in besserer Qualität bekommen kann.

Das Zukunftsinstitut spricht sogar von einer neuen Ökologie, die die Richtung für die Wirtschaft langfristig vorgeben wird. Das heißt, der Erfolg eines Unternehmens wird in Zukunft auch von einer positiven Öko-Bilanz abhängen.

### Faire Bedingungen

Aber nicht allein der ökologische Fußabdruck eines Unternehmens, sondern auch faire Produktionsbedingungen – sowohl für die eigenen Mitarbeiter als auch für die Lieferanten – rücken in den Vordergrund. Dazu gehören eine faire Bezahlung sowie das Wohlergehen der Mitarbeiter. Wer als Unternehmer auf eine gute Work-Life-Balance setzt und aktiv die Gesundheit seiner Mitarbeiter fördert, wird beim Kunden als fairer Arbeitgeber wahrgenommen und kann seine Mitarbeiter langfristig ans Unternehmen binden.

Und das wiederum trägt entscheidend zum Erfolg des Unternehmens bei. Das zeigt eine aktuelle Studie der Unternehmensberatung Roland Berger. Darin kommen die Autoren zu dem Ergebnis, dass Investitionen in die Mitarbeitergesundheit den Aktienwert des Unternehmens um 76 Prozent und den Umsatz pro Mitarbeiter um 11 Prozent steigern können. Gleichzeitig sank in der Studie die Fluktuation der Mitarbeiter um 40 Pro-

zent. „Gesundheit und Unternehmenserfolg stehen in einem signifikanten Zusammenhang“, heißt es in der Studie.

### Mit gutem Beispiel vorangehen

Viele Unternehmen, mit denen memon zusammenarbeitet, setzen von Anfang an auf Nachhaltigkeit – von Bio-Wellness-Hotels über Fitnessstudios bis zu Produktionsbetrieben. Auch memon ist hier sehr früh vorangeschritten. Mit Hilfe eines Klimaschutzberaters hat memon seinen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck bestimmen lassen. Dort, wo am meisten CO<sub>2</sub> eingespart werden konnte – wie beim Fuhrpark – wurden entsprechende Maßnahmen umgesetzt. Zudem neutralisiert memon seinen CO<sub>2</sub>-Ausstoß, indem es mit lokalen Zulieferern zusammenarbeitet und zertifizierte Klimaschutzprojekte unterstützt, etwa zur Aufforstung des Regenwaldes.

Die memon Produkte wie das Basis-

Gerät, der memonizerCOMBI, sind auf Langlebigkeit ausgerichtet. Und selbst Kunststoffprodukte wie der memonizer BOTTLE werden aus biologisch abbaubarem Bio-Kunststoff auf Zuckerrohr- und Maisbasis hergestellt.

Die Förderung der Mitarbeitergesundheit steht bei memon an erster Stelle. Ein natürliches, renaturiertes Raumklima sowie das renaturierte Naturwasser sind für das Wohlergehen und die Gesundheit der Mitarbeiter von immenssem Wert. Durch die Ausstattung mit der memon Technologie sind alle Mitarbeiter vor den negativen Auswirkungen von Elektrosmog und Feinstaub geschützt. Und: Wer sich wohlfühlt, ist motivierter, leistungsfähiger und kreativer.

**Mehr zum Thema lesen Sie im Interview mit memon Geschäftsführer Hans Felder auf Seite 9.**

## Erfolgreich auch aus dem Homeoffice?

Wer beruflich weiterkommen will, kann das nicht vom Homeoffice aus – so haben die meisten Mitarbeiter und Unternehmer bisher gedacht. Doch die Homeoffice-Welle der vergangenen Monate hat gezeigt: Es geht doch. Jedenfalls, wenn man sich auch zu Hause Freiräume schafft und für seine Gesundheit sorgt.

Im Homeoffice verschwimmen die Grenzen zwischen Berufs- und Privatleben. Deshalb ist es wichtig, den Arbeitsbereich klar zu definieren und sich auch zu Hause an Arbeits- und Pausenzeiten zu halten. Wer im Bett noch am Laptop arbeitet, wird früher oder später gesundheitliche Probleme bekommen. Auch, weil wir beim Arbeiten am Laptop, beim Telefonie-

ren mit dem Handy, beim Scrollen am Tablet, durch die Nutzung von Headsets und zig weiteren digitalen Geräten massiv von elektromagnetischer Strahlung umgeben sind. Und zwar nicht nur, wenn wir diese Geräte nutzen, sondern rund um die Uhr. Wir stehen also buchstäblich unter Strom – 24 Stunden am Tag, sieben Tage die Woche.

Auf viele Geräte kann aber kaum verzichtet werden. Deshalb kommt es umso mehr darauf an, sich vor der Strahlenbelastung zu schützen. Dafür gibt es die memon Technologie. Die memonizer kompensieren die negativen Auswirkungen von Elektrosmog und sorgen zu Hause und am Arbeitsplatz für reine Luft.

# Woher kommt bald unser Strom?

## Deutschland steigt aus, doch China errichtet neue Kohlekraftwerke

Deutschland hat beschlossen, bis 2045 klimaneutral zu werden und macht Druck auf den Ausbau erneuerbarer Energien. Allerdings wird immer deutlicher, dass der Ausstieg aus Kohle und Atomkraft erst einmal nicht durch Wind- und Sonnenenergie kompensiert werden kann. Deshalb entstehen in anderen Ländern wie Frankreich, China, Indien und Polen derzeit neue Atom- und Kohlekraftwerke. Müssen wir unseren Strom bald teuer importieren?

Kaum ein Thema wird derzeit so kontrovers diskutiert wie die Klimapolitik. Klar ist: Etwa die Hälfte unseres Stroms stammt aus konventionellen Energiequellen und wird vor allem aus Kohle und Atomkraft gewonnen. Inzwischen ist beschlossen, dass sich Deutschland von beidem verabschieden wird. Zum Jahresbeginn wurden hierzulande drei Atomkraftwerke abgeschaltet. Der Kohleausstieg soll bis zum Jahr 2038 erfolgen.

Offen ist allerdings, woher wir dann unseren Strom bekommen, denn die erneuerbaren Energien sind längst nicht so weit, dass damit alle 83 Millionen Einwohner Deutschlands mit Strom versorgt werden könnten. Deshalb appelliert man an die Moral jedes Einzelnen, zum Klimaschutz beizutragen und den eigenen Stromverbrauch möglichst gering zu halten – eine Farce, denn gleichzeitig passiert in anderen Ländern genau das Gegenteil: Die französische Regierung investiert eine Milliarde Euro in 14 neue Atomkraftwerke, China plant 368 neue Kohlekraftwerke, von denen mehr als 200 bereits im Bau sind, und auch in

Indien werden derzeit 40 neue Kohlegruben ausgehoben. Polen errichtet gar sein allererstes Atomkraftwerk an der Ostsee und in Italien denkt man offen über eine Rückkehr zum Atomstrom nach. Das Taxonomie-Vorhaben der EU, das vorsieht, Atomstrom als nachhaltigen Strom zu klassifizieren, kommt gerade recht und befördert die Rückkehr zur Kernkraft zusätzlich.



Foto: Adobe

Klar ist: Der Strom aus regenerativen Energien wird erst einmal nicht ausreichen.

Indes steigen in Deutschland die Strompreise schon jetzt in exorbitante Höhen. Das kann sehr viel weitreichendere Folgen haben als bisher gedacht. Im internationalen Vergleich ist der Strom in Deutschland am teuersten, sogar viermal so teuer wie in China. Firmen, die besonders viel Strom verbrauchen – etwa Stahl-, Zement- und Chemieunternehmen – überlegen deshalb, ihre Pro-

duktion ins Ausland zu verlagern. Damit würden auch jede Menge Arbeitsplätze abwandern.

### Alles andere als „sauber“

Während die Bundesregierung hierzulande die klimapolitischen Ziele hochsteckt, haben Länder wie China und Indien ganz andere Ziele. Sie haben gute Chancen, von der deutschen Klima-

### Stromverbrauch steigt rasant

Dabei werden wir in naher Zukunft noch mehr Strom benötigen als bisher. Schon jetzt steigt der Strombedarf Jahr für Jahr – vor allem durch die Digitalisierung. Sie soll die Energieeffizienz fördern, ist aber ein regelrechter Stromfresser. Durch KI-Technologien wird die Energie zwar effizienter genutzt, doch die zahlreichen neuen Möglichkeiten verbrauchen unterm Strich mehr Energie als eingespart wird. Experten gehen davon aus, dass der Stromverbrauch in Deutschland bis 2030 um 15 Prozent steigen wird. Vor diesem Hintergrund sind ambitionierte Klimaziele zwar durchaus berechtigt, aber nicht durchdacht.

Ein weiterer Stromfresser sind E-Autos. Eine Million Elektroautos fahren derzeit über Deutschlands Straßen, bis 2030 sollen es 14 Millionen sein. Das Ziel ist, den CO<sub>2</sub>-Verbrauch zu senken. Allerdings setzt das voraus, dass alle E-Autos ausschließlich mit Öko-Strom aus Wind- oder Sonnenenergie betankt werden. Angesichts des steigenden Stromverbrauchs auf der einen Seite und dem schleppenden Ausbau der regenerativen Energien auf der anderen Seite ist es unrealistisch, in ein paar Jahren mehrere Millionen E-Autos mit „sauberem“ Strom betanken zu können. Auch hier geht also die Rechnung nicht auf.

**Fazit:** Es ist richtig und höchste Zeit, den Umweltschutz auf die politische Agenda zu setzen. Doch auf Biegen und Brechen derart widersprüchliche Maßnahmen durchzusetzen, ist kontraproduktiv und könnte den Verbraucher teuer zu stehen kommen.

## memon NEWS

### 5G oder doch schon 6G?

Nur zwei Jahre nach Beginn des 5G-Ausbaus ist die fünfte Mobilfunkgeneration (5G) in Deutschland fast flächendeckend verfügbar. 5G wird den Shift von analog zu digital besiegeln – in allen Lebensbereichen. Doch im Hintergrund wird schon längst an 6G gearbeitet.

Durch 5G sollen KI-Anwendungen in der Industrie die Produktion weiter optimieren, zu Hause sorgt Smart Home bereits für mehr Komfort. Auch der Straßenverkehr soll mit 5G besser fließen. Und auf langen Bahnfahrten können wir dank Datenübertragung in Echtzeit Videos und Filme streamen. Bei all dem Komfort, den 5G bietet, wird aber immer noch übersehen, welche enorm hohe Strahlenbelastung damit einhergeht.

Die Auswirkungen der Strahlenbelastung, die allein mit den neuen 5G-Antennen um ein Vielfaches gestiegen ist und weiter ansteigt, sind nicht mehr von der Hand zu weisen. An die 1.000 internationale wissenschaftliche Studien belegen die biologischen Effekte elektromagnetischer Strahlung selbst weiter unterhalb der geltenden Grenzwerte. Doch ungeachtet dessen hat die 5G-Technologie inzwischen uns alle erreicht. Von Samsung bis zum iPhone sind die neuesten Smartphone-Modelle mit 5G bereits erhältlich.

Wie viele Antennen es derzeit in Deutschland gibt, ist unklar. Experten gehen aber davon aus, dass es 750.000 sein werden, bis der 5G-Ausbau vollständig abgeschlossen ist. Zum Vergleich: 2018

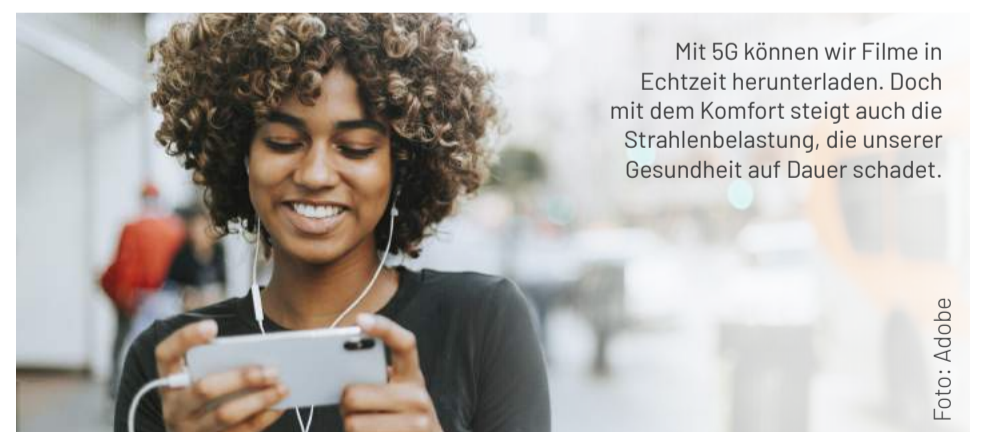


Foto: Adobe

Mit 5G können wir Filme in Echtzeit herunterladen. Doch mit dem Komfort steigt auch die Strahlenbelastung, die unserer Gesundheit auf Dauer schadet.

gab es in Deutschland gerade einmal 78.000 Antennen.

Im Hintergrund läuft unterdessen die Entwicklung des 6G-Netzes, das Übertragungsraten von bis zu einem Terabit pro Sekunde ermöglicht – das ist bis zu 1.000 mal schneller als bei 5G. Hierfür sollen Frequenzen im Bereich von 300

Gigahertz verwendet werden. Das entspricht 300 Milliarden Schwingungen pro Sekunde – und damit fünfmal mehr als bei den aktuell verwendeten 5G-Frequenzen, die schon jetzt 24 Stunden am Tag auf uns einwirken und auf Dauer unserer Gesundheit schaden und unsere Lebensqualität beeinträchtigen.

# Fünf Schritte zum Erfolg

Worauf kommt es an und was hindert uns? – Erfolgstrainer Jörg Löhr im Interview

Viele kennen ihn noch als erfolgreichen Handball-Nationalspieler, inzwischen ist er einer der bekanntesten Erfolgstrainer in Europa: Jörg Löhr. Nach seiner Sport-Karriere gründete Löhr 1995 die Jörg Löhr Akademie. Wir haben ihn nach dem Schlüssel zum Erfolg gefragt.

**Sie waren erfolgreicher Handballer und haben auch nach Ihrer Zeit als aktiver Sportler ein international erfolgreiches Unternehmen aufgebaut – wird alles, was Sie anfassen, zu Gold?**

So weit würde ich jetzt nicht gehen. Aber natürlich freut es mich, dass das, was ich bisher angepackt habe, unter einem sehr guten, sprich erfolgreichen Stern steht.

**Was hält Menschen davon ab, erfolgreich zu sein?**

Lassen Sie es mich positiv formulieren: Die drei wichtigsten Merkmale, die ich bei erfolgreichen Menschen feststelle, sind erstens: unstillbarer Wissensdurst. Zweitens: mutige Entscheidungen treffen. Und drittens: der ständige Drang, ins Handeln zu kommen. Und leider hapert es bei vielen Menschen an diesen Punkten.

**Worin besteht der Kern Ihrer Arbeit als Erfolgs- und Motivationstrainer?**

Seit bald 30 Jahren dreht sich bei mir alles darum, wie ich die Teilnehmer meiner Seminare befähigen kann, ihr mögliches Potenzial zu entfalten. Wie kann ich Menschen dabei unterstützen, dass sie herausfinden, welche Ziele für ihr Leben einen Unterschied machen und wie sie diese Ziele schneller und einfacher erreichen bzw. sogar übertreffen.

**Gibt es ein Grundrezept für Erfolg, das für jeden Menschen gilt?**

Aus meiner Sicht sind es fünf Schritte. Der erste Schritt: Definieren Sie ein Ziel und fokussieren Sie sich. Denn wenn Sie nicht wissen, wohin Sie wollen, kommen Sie nun mal nicht an. Ziele sind alternativlos, wenn es darum geht, die Energie sinnvoll einzusetzen und die Orientierung zu behalten. Studien zufolge steigt die Motivation um 35 Prozent, wenn wir den Fokus auf ein klares Ziel gerichtet haben. Der zweite Schritt lautet: Legen Sie eine Strategie fest. Denn wenn Sie genau wissen, wo Sie aktuell stehen, wo Sie hinwollen, dann brauchen Sie jetzt eine Landkarte, eine Strategie für den Weg dorthin. Studien bestätigen, dass die Wahrscheinlichkeit, ein Ziel zu erreichen, zwei- bis dreimal so groß ist, wenn Sie eine Strategie haben. Der dritte Schritt: Bestimmen Sie einen Aktionsplan. Jetzt legen Sie genau fest, wann Sie was bis wann machen. Welche ein-

maligen Maßnahmen für die Erreichung des Zieles wichtig sind und welche ziel-führenden Gewohnheiten. Viertes Schritt: Kommen Sie ins Handeln. Treten Sie das Gaspedal durch und kommen Sie konsequent ins Handeln und achten Sie auf die 72-Stunden-Regel. Alles, was Sie nach einer Entscheidung, einem Meeting, einer guten Idee nicht innerhalb von 72 Stun-



Das Ziel zu definieren, ist der erste Schritt zum Erfolg.

den angehen, reduziert die Wahrscheinlichkeit der Umsetzung auf unter zehn Prozent. Der fünfte Schritt: Kontrollieren Sie die Ergebnisse und bleiben Sie flexibel – bis Sie Ihr Ziel erreicht haben. Jetzt stellen Sie fest, welche Aktionsschritte Sie nach vorne gebracht haben und welche zu nichts geführt haben, welche Methode funktioniert und welche nicht.



Jörg Löhr zählt zu den gefragtesten Erfolgstrainern in Europa und gründete 1995 die Jörg Löhr Akademie.

Und dann, bleiben Sie flexibel und verändern Sie Ihr Verhalten so lange, bis Sie Ihr Ziel erreicht haben. Erfolg hat nun mal was mit Schweiß, Disziplin und Durchhaltevermögen zu tun. Finden Sie heraus, welche Schritte zu gehen sind und welchen Preis Sie dafür zahlen müssen. Und wenn Sie überzeugt sind, dass es das Richtige ist, dann gehen Sie voller Entschlossenheit Ihren Weg und zahlen dafür den Preis.

**Welche Rolle spielen äußere Einflüsse für ein erfolgreiches Leben?**

Natürlich spielen äußere Einflüsse eine Rolle und beeinflussen unseren Zustand. Entscheidend ist hierbei meine Interpretation der äußeren Einflüsse bzw. wie ich darauf reagiere. Nehmen wir zum Beispiel Corona. Viele Menschen haben den äußeren Lockdown zum Inne-

sage ich jetzt nicht, um zu trommeln, sondern um auszudrücken, dass für mich Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit sowie Präsenz extrem wichtig sind. Und dabei sind die Produkte von memon ein unverzichtbarer und wertvoller Begleiter geworden.

**Sie sind mit Ihrem Unternehmen memon zertifiziert. Welche Vorteile hat das für Sie?**

Meine größte Trumpfkarte als Unternehmer sind meine Mitarbeiter. Meine Aufgabe besteht entsprechend darin, für mein Team optimale Arbeitsbedingungen zu schaffen. Das fängt bei der ökologischen Bauweise unseres Bürogebäudes an und endet bei den Produkten von memon. Das spürt man dann durch ein besseres Wohlfühlklima, eine höhere Leistungsfähigkeit und auch in Sachen Mitarbeiterzufriedenheit. Die Zufriedenheit, bei einem Unternehmen zu sein, das solche Rahmenbedingungen schafft.

## Kostenlos anmelden

Wenn Sie Ihr Leben innerhalb von nur zwölf Monaten in ein Meisterwerk verwandeln möchten, dann melden Sie sich hier bei Jörg Löhr für das kostenfreie Webinar „Die drei entscheidenden Erfolgsfaktoren“ an. QR-Code einscannen, kostenfrei anmelden und Erfolg planbar machen.



## Buchtipps:

**Erfolg ist keine Glückssache: „Inspire Your Life“ – das aktuelle Buch von Jörg Löhr.**



**Welche Rolle spielt memon für Ihren persönlichen Erfolg?**

Ich habe eine Familie mit fünf Kindern, zahlreiche Firmen, eine Stiftung namens „Visions for children“ und und und. Das

# „Wir sollten Erfolg mehrdimensional denken“

Für Erfolgscoach Nicole Leobner ist es Berufung, Menschen in ihr Potenzial zu bringen

**W**er erfolgreich sein möchte, muss hart arbeiten – stimmt das? Fleiß gehört dazu, sagt die bekannte Erfolgstrainerin Nicole Leobner. Aber ihrer Meinung nach denken die meisten Menschen zu eindimensional über Erfolg. Im Interview spricht sie über die Bedeutung des Scheiterns, den Wert von memon und darüber, was jeder tun kann, um ein erfolgreiches Leben zu führen.

## Was bedeutet für dich Erfolg?

Ich glaube, generell dürfen wir lernen, Erfolg mehrdimensional zu betrachten. Die meisten machen Erfolg nur an äußeren Dingen fest, zum Beispiel an Statussymbolen und an Größen wie: Wieviel Umsatz hat das gebracht? Wie viele neue Kunden habe ich gewonnen? Ich denke, das ist eine Facette, jedoch Erfolg ist viel mehr. Erfolg ist auch das, was wir fühlen. Auch ein Mensch, der lebt, was er tut und glücklich damit ist, aber nur 2.000 Euro auf dem Konto hat, sagt von sich vielleicht: „Ich führe ein erfolgreiches Leben.“ Und dann gibt es Menschen, die sagen: „Was sind schon 2.000 Euro? Da müssen schon zwei Millionen auf dem Konto sein, dann bin ich erfolgreich.“ Deswegen dürfen wir diese engstirnige Betrachtung, dass Erfolg nur an Geld oder äußeren Werten gemessen wird, erweitern. Erfolg ist, wenn ich am Ende des Tages erfüllt bin. Oft wird Erfolg leider nur auf das Business reduziert. Aber das gebührt dem, was Erfolg bedeutet, nicht wirklich.



Nicole Leobner ist eine der führenden Erfolgstrainerinnen im deutschsprachigen Raum.

## Aber genau das wird uns von klein auf so beigebracht...

Ja, wir werden tatsächlich so konditioniert. Wir sind sehr leistungsorientiert erzogen, gemäß dem Satz „Bring was, dann bekommst du was“. In der Schule hast du eine gute Note? Dann bekommst du fünf Euro. Das heißt nicht, dass das schlecht ist. Aber da gibt es eben noch mehr. Wenn wir nur auf diese leistungsorientierten, äußeren Werte gehen, funktioniert das nur bis zu einem gewissen Punkt. Irgendwann merkst du dann, dass du nur noch funktionierst. Deshalb gibt



Foto: Adobe

Die Menschen zu ihrem Potenzial führen, sodass sie eigenverantwortlich weitergehen können – das ist der Kern von Nicole Leobners Arbeit.

es auch so viele Burnouts. Die Erfolgsleiter und das Hamsterrad sehen täuschend ähnlich aus. Leistung erbringen ist per se nichts Schlechtes. Es hat jedoch immer auch der Erfüllung und der Berufung gerecht zu werden.

## Gibt es Erfolgstypen? Also Menschen, denen der Erfolg in die Wiege gelegt ist?

Ja und nein. Ich nenne da als Beispiel mal Tina Turner. Ist ihr Erfolg in die Wiege gelegt worden? Ich würde sagen ja. Aber wer die Biographie von Tina Turner kennt, weiß, dass sie hart für ihren Erfolg gearbeitet hat und dass das alles andere als Zuckerschlecken war. So ist es bei vielen großen Stars. Das Fatale ist, dass wir in den Medien immer nur eine Momentaufnahme des größten Glanzes und Glammers gezeigt bekommen und nicht sehen, welche Steine den Menschen in den Weg gelegt wurden, aus denen sie etwas gebaut haben.

## Ist Erfolg dann Schicksal?

Nein, du musst dich nicht deinem Schicksal ergeben. Das denken viele Menschen. Am Ende ist es eine Frage der eigenen Einstellung und des Glaubens. Der Glaube versetzt Berge. Wie sonst könnte es die Geschichten „Vom Tellerwäscher zum Millionär“ geben? Wenn das Schicksal wäre, müsste er Tellerwäscher bleiben. Er hat aber daran geglaubt, er hatte einen Wunsch und eine Sehnsucht, die ihn angetrieben hat. Das sind die Zutaten, die am Ende entscheiden, ob ich mich meinen Umständen ergebe oder ob ich auf die Handlungsebene komme und Eigenverantwortung übernehme. Denk an die vielen Sportler, die für memon als Botschafter unterwegs sind. Wenn ein Sportler keine Eigenverantwortung übernimmt, wenn er kein Motiv hat, warum er jeden Tag trainiert, wird er auch nicht der beste Skifahrer. Und auch da sehen wir nicht, wie viele Jahre er sich vorbereitet hat. In den Medien sehen wir nur den einen Wettkampf und dann nur die

drei Ersten, die auf dem Siegetreppchen stehen. Die vielen Jahre, in denen sie trainiert haben, in denen sie hingefallen sind, sehen wir nicht.

## Welche Rolle spielen Misserfolge oder Niederlagen auf dem Weg zum Ziel?

Das Scheitern, das Hinfallen und Wiederaufstehen ist genau das, das dich einen Erfahrungswert mehr bekommen lässt, damit du erfolgreicher werden kannst. Es heißt, dass Thomas Edison 1.000 Versuche gebraucht hat, bis die Glühbirne so funktioniert hat, dass wir heute nur auf den Lichtschalter zu drücken brauchen. Das heißt, 999 mal ist er gescheitert. Welchen von diesen 999 Versuchen hätte Edison weglassen können? Keinen. Jeder einzelne Versuch hat zum nächsten Status quo geführt, der wiederum einen Erfahrungswert gebracht hat, damit heute der Großteil der Menschheit auf einen Lichtschalter drücken kann und die Glühbirne angeht. Die Angst vor der Dunkelheit war Edisons innerer Antrieb. Es braucht immer ein Motiv, damit etwas in Bewegung kommt.

## Deine Berufung ist es, „Menschen in ihr Potenzial zu bringen“ – wie gehst du das an?

Viele Menschen kommen irgendwann an einen Punkt, an dem sie merken, dass das, was sie tun, sie nicht mehr erfüllt – egal ob privat oder beruflich. Das ist der Moment, an dem ich anfangs, hinzuschauen. Dann frage ich: Was ist es, das dich gefühlt nicht erfolgreich sein lässt, das dich gefühlt nicht im Einklang mit dir und dich nicht zufrieden sein lässt? Was lässt dich unglücklich sein, was lässt dich nicht zur Ruhe kommen, was macht dich unzufrieden, was wühlt dich auf? Da schaue ich dann individuell hin und finde heraus, was fehlt – um dich zu deinem inneren Frieden zu führen, zu dem, das dir deine Sinnerfüllung gibt. Am Ende des Tages fühlt sich jeder Mensch glücklich, zufrieden und erfolgreich, wenn er

einen Sinn in dem findet, was er tut. Das ist wahrer Reichtum und Erfolg.

## Es geht also wie bei memon um den Ausgleich. Inwiefern verbindest du deine Arbeitsweise mit der Wirkungsweise von memon?

Ich beschäftige mich mit allen Dingen, die nachhaltig zu unserem Wohlbefinden beitragen. Wenn wir einen Raum betreten, spüren wir doch sofort, wenn dort eine spannungsgeladene Situation ist, weil da vielleicht gerade gestritten oder heftig debattiert wurde. Und genauso nehmen wir es wahr, wenn in einem Raum Harmonie ist. Erst durch Wohlbefinden kann Wohlstand entstehen. Das heißt, mein Umfeld trägt also entscheidend zu meinem Erfolg bei. Wenn ich mich in den eigenen vier Wänden oder in meiner Arbeit nicht wohlfühle, wie soll ich dann auf Dauer leistungsfähig sein? Deshalb ist das Wohlbefinden, das Raumklima, so immens wichtig. Hier sind wir wieder bei der Eigenverantwortung. Wenn ich Erfolg auf allen Ebenen haben will, habe ich dafür zu sorgen, dass ich mich wohlfühle, dass ich ein gutes Raumklima und ein gutes Wasser habe. Je reiner, renaturierter ich mein Wasser zu mir nehme, desto wacher, vitaler und belebter sind meine Zellen und mein Geist.

## Du bist mit deinem Unternehmen memon zertifiziert. Welche Vorteile hat das für dich als Unternehmerin?

Ich beziehe damit ganz klar Stellung und stehe für das, was ich sage. Und wir transportieren damit nach außen: Hier ist Qualität, hier sind Handwerkskunst und Innovation auf höchstem Niveau. Und wir kommunizieren damit, dass wir uns verantwortlich fühlen für Umwelt, Mensch und Erde. Ich finde es wichtig, genau hinzusehen, für wen man Markenbotschafter ist. Was sind die Werte und die Philosophie des Unternehmens, was ist der Mehrwert? Ich finde es schön, diesbezüglich in Harmonie und in Symbiose mit memon zu sein und das auch nach außen kundzutun. Es ist wunderbar, mit memon einen einzigartigen und ganz starken Partner an unserer Seite zu haben. Es gilt jetzt, neue Werte zu erschaffen und da ist memon für mich ganz klar ein Zukunftsweg.

**Leobner Premium-Coaching**  
[www.leobnercoaching.de](http://www.leobnercoaching.de)

**Tel:**

**+49(0)6241 - 30 40 04**

**E-Mail:**

**info@leobnercoaching.de**

# „memon wird als Baustein immer wichtiger“

## Das Therapiezentrum „neuro“ setzt auf ein ganzheitliches Behandlungskonzept

**M**arkus Ziegler hat im Mai 2021 das „neuro“ in Rosenheim eröffnet – ein Therapiezentrum, das auf die Behandlung neurologischer Erkrankungen wie Schlaganfall, Multiple Sklerose oder auch Schädel-Hirn-Traumata spezialisiert ist. Zum ganzheitlichen Therapiekonzept gehören aktuell Physio- und Ergotherapie unter Einbindung modernster Robotik. In Zukunft sollen noch weitere Bereiche wie Logopädie, aber auch Ernährung, Naturheilkunde und andere fundierte Therapieformen hinzukommen. Da lag es auf der Hand, von Anfang an, auch memon miteinzubeziehen.

### Was ist ausschlaggebend für den Erfolg einer Therapie?

Das ist immer die Motivation des Patienten, jedenfalls bei einer modernen Therapie. Im Vergleich zu früher, wo man sich beispielsweise beim Physiotherapeuten auf die Bank gelegt hat und einfach machen hat lassen, hat sich die Therapie geändert. In der modernen Therapie müssen die Patienten mitwirken. Sie bekommen Hausaufgaben, die zu Hause gemacht werden müssen. Wenn jemand nach einem Unfall im Rollstuhl sitzt und das Ziel hat, wieder laufen zu lernen, braucht er eine enorme Eigenmotivation und den Ehrgeiz, sowohl bei uns in der Praxis als auch zu Hause ganz viel zu üben.

### Woran machen Sie den Erfolg Ihrer Arbeit als Therapeut fest?

Den Erfolg legt der Patient fest. Wir las-



Foto: privat

Für Markus Ziegler vom „neuro“ in Rosenheim gehört der Schutz vor Elektromagnetischer Strahlung einfach dazu.

sen dem Patienten ein Ziel definieren, das er erreichen will. Wir sind als Therapeuten nur die Helfer und können ihm die Wege und Möglichkeiten zeigen und definieren mit dem Patienten zusammen die Schritte und Teilerfolge. Wir sagen: „Die Wirkung des Handelns ist der Erfolg.“ Wenn ein Patient es zum ersten Mal schafft, aus dem Rollstuhl aufzustehen, ist das für ihn ein Riesenerfolg. Weil er es aus seiner Motivation, mit seinem eigenen Schweiß, geschafft hat – als Wirkung seines eigenen Handelns.

### Als Geschäftsführer des neuro sind Sie auch Unternehmer. Was tun Sie für den unternehmerischen Erfolg?

Mein größter Invest ist die Mitarbeiterzufriedenheit. Das ist alleroberstes Ziel, weil es meiner Meinung nach der Schlüssel zum Unternehmenserfolg ist, wenn es jedem einzelnen Mitarbeiter gut geht. Die Mitarbeiter verbringen viel Zeit in der Arbeit. Da ist es ein Teil meiner unternehmerischen Verantwortung, mich darum zu kümmern, dass die Mitarbeiter diese Zeit gut an ihrem Arbeitsplatz verbringen können. Das fängt bei Bio-Obst an, geht über Bike-Leasing und eine betriebliche Altersvorsorge bis hin zu memon. Wir müssen eine gute Atmosphäre schaffen und dafür sorgen, dass die Mitarbeiter sich wohlfühlen – durch gutes Essen, durch eine gute Atmosphäre im Team und durch memon. Nur wenn es mir an meinem Arbeitsplatz gut geht, kann ich meine Arbeit entsprechend verrichten und Erfolge erzielen.

### memon ist für Sie also Teil eines ganzheitlichen Ansatzes...

Absolut! Es ist zwar ein abgedroschener Spruch, aber genau darum geht es: „Der Mensch steht im Mittelpunkt.“ Und der Mensch ist unglaublich vielfältig und komplex. Nur wenn wir versuchen, diese Komplexität ganzheitlich abzubilden und in allen Bereichen etwas Gutes zu tun oder es zumindest anzubieten, wird man dem Thema Mitarbeitergesundheit gerecht. Der Mitarbeiter entscheidet dann selbst, was er annimmt und was nicht.

Die neue Generation schraubt die Work-Life-Balance sehr hoch. In diesem Gesamtkomplex wird memon als einer von mehreren Bausteinen immer wichtiger.

### Wie sind Sie auf memon gekommen?

Das Interesse an äußeren Einflüssen war immer da, allein durch die Arbeit im Therapiebereich. Im neuro versuchen wir, uns möglichst breit und ganzheitlich aufzustellen, um der Komplexität der menschlichen Gesundheit gerecht zu werden und die Gesundheit zu fördern. Da kommt man recht schnell auf memon.

### Sie haben als Unternehmen das memon Umweltsiegel erhalten. Welche Vorteile hat das für Sie?

Der Hauptgrund war, mit dem memon Umweltsiegel dem Kundenbewusstsein gerecht zu werden. Die Menschen springen darauf an. Sie sehen das Umweltsiegel und fragen. Da kommt man ins Gespräch, kann aufklären und Bewusstsein schaffen. „Tue Gutes und sprich darüber“, das finde ich wichtig. Da ist die Zertifizierung genau richtig.

**das neuro - element[z] GmbH**  
- zertifiziert von  
**Andreas Martienssen -**  
**www.neuro-rosenheim.de**  
Tel:  
**+49(0) 8031 / 2724 890**  
E-Mail:  
**info@neuro-rosenheim.de**

## Metzgerei geht neue Wege

Eine Metzgerei, die das Tierwohl oben anstellt und sogar vegetarische Alternativen anbietet? Klingt ungewöhnlich – ist es aber nicht, sagt Robert Holzapfel. Der Metzgermeister aus Glonn geht gerne neue Wege und hat generell ein großes Bewusstsein für Natur und Umwelt. Deshalb ist er seit gut einem Jahr mit memon und jetzt auch mit dem memon Umweltsiegel ausgestattet.

Für Robert Holzapfel selbst spielen Nachhaltigkeit und Tierwohl schon immer eine große Rolle. Deshalb stammt alles Fleisch in seiner Metzgerei ausschließlich von Almoachsen und Strohschweinen. Nach seiner Metzgerlehre vor knapp 30 Jahren ist Holzapfel zu einem Bio-Betrieb gewechselt, der damals ein Vorreiter in diesem Bereich war. „Dort habe ich mitbekommen, wie gut eine artgerechte Tierhaltung und ein Metzgereibetrieb zusammen funktionieren können“, sagt Holzapfel rückblickend. Mit dem Bewusstsein für das Tierwohl hat sich auch

das Bewusstsein für die Umwelt entwickelt. Deshalb legt der Metzger auch bei seinem vegetarischen Angebot großen Wert auf regionale Herkunft. Solche Werte verbinden ihn auch mit memon.

Vor gut einem Jahr hat sich die Familie zu Hause mit memon ausgestattet und schon nach kurzer Zeit deutliche Verbesserungen wahrgenommen. „Ich hatte das ganze Jahr über belegte Bronchien. Zwei bis drei Monate nach memon ist das spürbar besser geworden“, erzählt Holzapfel. Deshalb hat er auch die Ferienwohnung in Österreich mit memon nachgerüstet. „Wir machen viel Bergsport. Vor dem Einbau von memon war die Erholungsphase in der Nacht viel schlechter als zu Hause und auch bei den Bronchien habe ich es wieder gespürt“, so Holzapfel.

Deshalb sollte auch die Metzgerei mit memon ausgestattet werden. „Wir verbringen sehr viel Zeit im Betrieb und haben zu unseren Mitarbeitern ein familiäres Verhältnis. Da gibt man das Geld gerne



Foto: privat

Tierwohl und Umweltbewusstsein stehen bei Robert Holzapfel aus Glonn ganz oben.

aus, damit es allen in der Arbeit gut geht. Seit wir memon haben, ist der Stresspegel runtergegangen. Wenn der Laden voll ist und alle viel zu tun haben, aber noch lachen, war es auf jeden Fall die richtige Entscheidung“, sagt Holzapfel.

Als nächstes soll ein Brunnen installiert werden, aus dem die Kunden memon Naturwasser zapfen können. Auch das memon Umweltsiegel hängt bereits an der Wand. „Damit zeigen wir unseren Kunden, dass es uns nicht nur ums Tierwohl geht, sondern generell um Umweltbelastungen.“

Vielleicht können wir das damit dem einen oder anderen ebenfalls etwas bewusster machen“, sagt Holzapfel.

**Metzgerei Holzapfel GmbH**  
- zertifiziert von  
**Bernhard Enghart -**  
**www.metzgerei-holzapfel.de**  
Tel:  
**+49(0) 8093 / 4371**  
E-Mail:  
**Metzgerei-Holzapfel@t-online.de**



# Erfolgsfaktor „Made in Germany“?

## Was macht den Erfolg eines nachhaltigen Unternehmens aus? – Interview mit Hans Felder

Vor 20 Jahren hat Hans Felder zusammen mit seiner Frau Erika das Unternehmen memon bionic instruments gegründet. In diesen 20 Jahren hat sich Vieles verändert, sowohl bei memon als auch auf dem Markt und im Umgang der Menschen mit moderner Technik. Im Interview spricht Hans Felder über die Gratwanderung zwischen Innovation und Beständigkeit.

### memon feiert 2022 sein 20. Jubiläum. Wie steht memon nach 20 Jahren da?

Das kann man natürlich nicht mehr mit den Anfängen vergleichen. Wir sind damals mit vier Mitarbeitern gestartet. Ich habe mir im Laufe dieser 20 Jahre ein ungeheuer großes Wissen erworben. Ich habe Herrn Dochow, den Entwickler unserer Technologie, auf vielen Reisen durch Deutschland und Österreich begleitet und dabei Vieles aufgesaugt. Wenn ich mein Wissen damals und heute vergleiche, ist das, als würde man einen Stecknadelkopf mit einem Globus vergleichen. memon ist heute Weltmarktführer beim Schutz vor Umweltbelastungen, insbesondere vor der Strahlenbelastung.

### Was macht den Erfolg von memon aus?

Wir sind unschlagbar in dem, was wir machen und wie wir es machen. Unsere Technologie ist einzigartig, memon ist anders als alles, was es auf dem Markt zu finden gibt. Wir hatten von Anfang an die Vision, dass es für alle Menschen selbstverständlich ist, sich mit unseren memonizern gegen schädliche Umwelteinflüsse zu schützen. Dieses Ziel verfolgen wir nach wie vor. Das ist ein entscheidender Faktor für den Erfolg: Dass man authentisch bleibt und das verfolgt, für das man angetreten ist.

### Sie produzieren von Anfang an ausschließlich in Deutschland. Ist das heutzutage rentabel?

Uns geht es nicht um die Rentabilität, uns ist die Qualität wichtiger. Letztendlich geht es um die Menschen, die unsere Produkte anwenden. Deshalb würden wir bei memon uns nicht wohlfühlen, wenn wir irgendeinen Murks aus China importieren würden. Und man muss sich mit dem, was man macht, wohlfühlen. Deshalb versuche ich beispielsweise, mich gesund und regional zu ernähren. Diese Haltung gehört sowohl zu meiner Lebens- als auch zu unserer Firmenphilosophie.

### Hat das Prädikat „Made in Germany“ überhaupt noch eine Bedeutung auf dem globalen Markt?

Auf jeden Fall. Auf dem Weltmarkt ist „Made in Germany“ immer noch eine Marke und ein Qualitätsmerkmal. Es macht mich persönlich stolz, zu sagen, dass wir



Produkte „Made in Germany“ haben auf dem Weltmarkt nach wie vor einen hohen Marktwert, sagt memon Geschäftsführer Hans Felder.

mit deutschen Unternehmen zusammenarbeiten, die wirklich noch auf Qualität achten. International hat das nach wie vor eine sehr starke Bedeutung.

### Als eines der wenigen Unternehmen sind Sie unbeschadet durch die Krise gekommen und haben sogar Investitionen getätigt. Bewährt es sich also in Krisen, auf Regionalität zu setzen?

Ja! Wir haben Partner in unmittelbarer Nähe, die von Anfang an mit uns gewachsen sind. Wir haben uns von Anfang an zur Verbesserung der Qualität und auch der Optik unserer Produkte mit regionalen Firmen verbunden – obwohl wir damals noch gar nicht über große Stückzahlen sprechen konnten. Aber für einige Firmen war das nicht wichtig. Sie haben damals selbst erst angefangen und haben sich entschieden, mit uns zu wachsen. Und genau das ist passiert. Wir sind miteinander gewachsen. Wegen der unglaublichen Qualität, die sie liefern und weil sie uns von Anfang an die Stange gehalten haben, arbeiten wir bis heute mit ihnen zusammen. Und das hat sich in den vergangenen Monaten mehr denn je bewährt. Wir hatten nie Lieferengpässe und haben immer höchste Qualität geliefert.

### Der allgemeine Trend in nahezu allen Lebensbereichen geht eindeutig in Richtung Nachhaltigkeit. Wie nachhaltig ist memon?

Hier sind wir wieder bei der Qualität. Nachhaltigkeit kann nur gewährleistet werden, wenn die Qualität stimmt, die unsere Produkte langlebig macht. Und es geht natürlich um kontinuierliche Verbesserungen. Produkte sehen oft so simpel aus. Was an Detailarbeit und Optimierung dahintersteckt, ergibt sich oft erst aus der Anwendung heraus. Und wir achten natürlich auf die Umwelt, schließlich sind wir ein Unternehmen, das sich mit dem Schutz vor Umweltbelastungen beschäf-

tigt. Klimaneutralität, Nachhaltigkeit und das soziale Miteinander sind für uns ineinandergreifende Zahnräder und deshalb auch ein wichtiger Aspekt bei der Auswahl unserer Partner. Ich sehe Nachhaltigkeit aber ebenso im Inneren einer Firma. Eine Firma ist nur so gut wie ihre Mitarbeiter. Was kann ich alleine? Ich kann gewisse Dinge vorgeben, Ideen haben, ich kann darauf achten, dass der wirtschaftliche Aspekt stimmt. Aber das Leben in eine Firma einhauchen, das tun die Mitarbeiter. Und auch hier hängt es wiederum von der Qualität der Mitarbeiter ab.

### Wie ist es bei den Verbrauchern? Haben sich die Wertvorstellungen der Kunden in den vergangenen 20 Jahren geändert?

Ja und nein. Dem einen ist es nur wichtig, dass das Produkt funktioniert, der andere möchte es möglichst günstig haben. Aber immer mehr Menschen, die wir bedienen, haben inzwischen ein anderes Bewusstsein – in erster Linie haben sie ein Bewusstsein für ihre Gesundheit, aber eben auch für Umwelt, Regionalität und Qualität.

### Welche Ziele haben Sie für die nächsten 20 Jahre?

Wir wollen natürlich wachsen und möglichst vielen Menschen auf der ganzen Welt die Chance geben, unsere Produkte zu erwerben. Die Strahlenbelastung macht ja an der Landesgrenze nicht halt. In manchen Ländern ist die Belastung sogar noch höher als in Deutschland. Mittlerweile wird fast jeder Handgriff in die digitale Richtung verändert. Es ist uns wichtig, das Bewusstsein der Menschen so zu sensibilisieren, dass sie wissen, welche Belastungen die Strahlung auf jeden einzelnen Organismus ausübt. Dafür arbeiten wir mit unserer Akademie, mit unseren Forschungsprojekten, mit Heilpraktikern und Ärzten, die mit einer ganzen Reihe an Geräten und Methoden die Belastungen

auf den Organismus und die Wirkung von memon optisch visualisieren können. Hier sehen wir uns weiter intensiv wachsen.

### Welche Produktentwicklungen kann es denn in Zukunft überhaupt noch geben?

Wir können auf alles reagieren. Als wir angefangen haben, gab es den Elektromog im Haus, dann vielleicht noch eine Fußbodenheizung und das war's. Mittlerweile ist so Vieles hinzugekommen. Es gibt kein Haus mehr ohne WLAN, wir haben Smart-Home-Bereiche, in denen der Kühlschrank digital auf Zuruf arbeitet. Autos haben sich verändert, die ganze Lebensweise hat sich verändert. Handys waren vor 20, 30 Jahren noch so groß wie Koffer. Auch in Zukunft werden die Dinger immer kleiner werden, darauf müssen wir reagieren. Die Herausforderungen werden nie enden. Wir müssen uns den Gegebenheiten immer anpassen, zum einen, was die Größenverhältnisse angeht, zum anderen, was die Produktvielfalt angeht.



Erika und Hans Felder gründeten 2002 das Unternehmen memon bionic instruments.

**Sie möchten mehr über die memon Technologie erfahren? Nehmen Sie an unseren kostenlosen Online-Vorträgen teil und erleben Sie live anhand von Blutuntersuchungen, wie memon wirkt.**

**Alle Termine finden Sie auf unserer Website unter: [www.memon.eu/uebermemon/veranstaltungen-termine/](http://www.memon.eu/uebermemon/veranstaltungen-termine/)**

# Wundermittel CBD?

## Der Hype um Hanf- und CBD-Produkte ist neu entfacht – Kann CBD wirklich so viel?

**D**as aus der Hanfpflanze gewonnene CBD (Cannabidiol) erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Kein Wunder, denn inzwischen gibt es zahlreiche Studien, die die positiven Wirkungen von CBD auf den menschlichen Organismus belegen. Heilpraktikerin Irmgard Sigl erklärt im Interview, was CBD kann und worauf man achten sollte.

### Wie genau wirkt CBD im Körper?

Wir haben im Körper ein Endo-Cannabinoid-System, das ECS. Das ECS stellt als Supra-System selbst Cannabinoide, die den Phytocannabinoiden aus dem Industriehanf am ähnlichsten sind. Das ECS ist allen anderen Systemen in unserem Körper übergeordnet, zum Beispiel dem Kreislauf-, Immun-, Verdauungs-, Blutdruck- und Hormonsystem. Es funktioniert so ähnlich wie eine Videoüberwachung in einer großen Villa. Es kontrolliert die Organsysteme und wenn irgendwo etwas nicht in Harmonie ist, schickt es die Cannabinoide dorthin. Diese helfen dann, die Selbstheilung wieder in Gang zu setzen. Deshalb ist es wichtig, dass das ECS aufgefüllt ist. Aber durch unsere vielen Stressfaktoren – wie Umweltgifte, psychische Belastungen und vor allem den zunehmenden Elektrosmog – leeren wir unser ECS immer mehr aus.

### Hat CBD auch Nebenwirkungen?

Bei der Einnahme von CBD gibt es einige Kriterien zu beachten. Als Heilpraktikerin frage ich diese natürlich in der Anamnese ab. CBD kann den Blutdruck senken, was ja von Vorteil ist bei Hochdruck, aber bei sehr niedrigem Blutdruck zum Problem werden kann. Es kann den Blutzucker senken, was bei einem Patienten, der mit Tabletten oder Insulin gut eingestellt ist, zum Unterzucker führen kann. Deshalb muss bei beidem mehr kontrolliert werden. Aus Studien weiß man auch, dass bei erhöhtem Augeninnendruck, also einem Glaukom-Patienten, sich in sehr seltenen Fällen der Druck leicht erhöhen kann. Auch bei Einnahme von Blutverdünnern – außer bei ASS – kann CBD eventuell die Wirkung verstärken. Bei Einnahme von Antidepressiva kann es zu einem unerwünschten Anstieg von Serotonin kommen, was Unruhezustände hervorrufen könnte. Ich möchte aber sehr davor warnen, Psychopharmaka selbstständig mit CBD zu ersetzen. Bitte immer nur mit Absprache des behandelnden Arztes. Außerdem dürfen alle Medikamente, die auf der Basis von bestimmten Enzymen wie Cytochrom P540 verstoffwechselt werden, nicht gleichzeitig mit CBD eingenommen werden – das sind alle die Medikamente, bei denen im Beipackzettel steht, dass man sie nicht zusammen mit Grapefruitsaft verwenden darf.

Dazu immer in der Apotheke nachfragen. Und ganz wichtig ist, dass CBD nicht direkt während einer Chemotherapie angewendet werden sollte, um die Wirkung nicht zu verändern. Es gibt aber In-Vitro-Studien, die eine Wirkung auf Tumorzellen eindeutig belegen.



In Form von Öl kann CBD direkt auf die Zunge geträufelt werden. Unter anderem wird CBD eine entzündungshemmende und schmerzlindernde Wirkung zugeschrieben.

### CBD-Produkte werden inzwischen zahlreich angeboten. Gibt es hier Qualitätsunterschiede?

Bei CBD ist Qualität ausschlaggebend. Das Problem ist, dass CBD im Internet teilweise in minderer Qualität verkauft wird. Meist ist vor allem das bittere, dunkle CBDa enthalten, das erst durch Decarboxilierung bei mindestens 80 Grad verstoffwechselt werden kann.

### Woran erkennt man gute CBD-Produkte?

Der Industriehanf sollte in Bioanbau erzeugt werden. Möglichst nicht im Gewächshaus, weil dadurch die Gefahr einer Verpilzung gegeben ist. Es sollte eine frei verfügbare Laboranalyse geben, mit Kontrolle auf Schwermetalle, Pilze, Pestizide, Keimbelastung und Lösungsmittelrückständen und der genauen Mengenangabe der gewünschten Inhaltsstoffe. In einem guten CBD sollten auch alle der im Hanf vorhandenen sekundären Pflanzenstoffe und alle der etwa 140 Cannabinoide enthalten sein, und nur wenig CBDa, aber kein THC. Diese Labornachweise sind auch für mich als ehemalige PTA wichtig. Die Firma, die ich meinen Patienten empfehle, kontrolliert beim Anbau, während des Wachstums und dann natürlich das Endprodukt.

### Wie verwendest du CBD als Heilpraktikerin?

Es gibt viele verschiedene Krankheitsbilder, bei denen man CBD einsetzen kann, und wozu es auch zahlreiche Stu-

dien gibt. Ich habe es beispielsweise erfolgreich bei Patienten mit Fibromyalgie angewendet. Gute Wirkung hat CBD auch bei Hautproblemen wie bei Herpes und Neurodermitis gezeigt. Auch bei Migräne und Regelschmerzen gibt es Linderung – und auch bei Schlafstörungen

weise auch vieles ausprobiert, um die Negativwirkungen der Belastung auszugleichen. Da es ja bei memon wissenschaftliche Nachweise für die Wirkung gibt, habe ich memon bei mir installiert und die Wirkungen auch sehr schnell bemerkt. Ich habe zum ersten Mal seit Jahr-

und Nervosität, weil CBD sehr entspannend wirkt. Als Salbe beugt es Muskelkater vor oder gibt schnell Erleichterung, zum Beispiel nach einer Bergtour. Bei Zahnschmerzen kann man mit CBD spülen, wenn die Wunde nicht mehr blutet.

### Wie CBD wirkt auch memon ausgleichend. Siehst du hier einen ganzheitlichen Ansatz?

Ja, beides zusammen ist die TOP-Kombi! CBD macht den Elektrosmog nicht weg, aber es hilft dem Körper, seine Disharmonien wieder zu neutralisieren. Im Grunde ist CBD ein Blockadenlöser. Durch Elektrosmog entstehen ja Blockaden im Körper. Werden diese gelöst, kommt der Körper wieder in die Eigenregulation. CBD ist kein Heilmittel, sondern ein Regulationsmittel. So wie CBD von innen wirkt, wirkt memon von außen. Es neutralisiert die schädlichen Auswirkungen von Elektrosmog. Also ist die Kombination aus beidem ideal. Deshalb empfehle ich memon auch meinen Patienten.

### Du bist seit ca. 1,5 Jahren selbständige memon Partnerin. Warum hast du dich dafür entschieden?

Ich habe mit meinen jetzigen memon-Partnerinnen Lydia Eiglsperger und Sonja Plötz einen Vortrag über E-Smog und 5G von Jens Voges und Jürgen Huber angehört. Ich hatte mich vorher schon mehrere Jahre über E-Smog informiert – vor allem durch die Verbraucherplattform „Diagnosefunk“ – und ohne Wirknach-

zehnten wieder richtig tief durchgeschlafen. Und ich habe anfangs ständig vergessen, morgens zu lüften, weil die Luft und das Raumklima so unglaublich angenehm waren. Und dann dachte ich, dass ich diese Erfahrung unbedingt an meine Patienten weitergeben muss.

### Welche Vorteile hat es für dich, memon Partner zu sein?

Ich habe mit memon ein unglaublich freundliches, kompetentes und hilfsbereites Team hinter mir. Ich habe schon mit verschiedenen Firmen gearbeitet, aber nichts davon war vergleichbar. Außerdem sind die Fortbildungsmöglichkeiten wirklich gut. Und wir bekommen als Partner viele Infos und Hilfsmittel an die Hand, um erfolgreich arbeiten zu können. Und es macht mir einfach Freude, mein Umfeld darüber zu informieren, wie man trotz Elektrosmog möglichst gesund leben kann.



Irmgard Sigl ist ausgebildete PTA und Heilpraktikerin.  
[www.irmgard-sigl.de](http://www.irmgard-sigl.de)

# Ein gesundes Pferd ist der größte Erfolg

Nach einer schweren OP ihres Pferdes hat Anna-Lena Michalke auf memon gesetzt

Von manchen Tieren heißt es, dass sie sich ihre Besitzer selbst aussuchen. So war es wohl auch bei Wally. Als die Stute im Alter von vier Jahren auf Anna-Lena traf, hatten sich Pferd und Reiter gefunden. Als Wally völlig überraschend operiert werden musste, setzte ihre Besitzerin auf die memon Technologie. Gut ein Jahr später ritten die beiden zusammen wieder das erste Turnier.

„Reitsport ist für mich eine Partnerschaft, ein Geben und Nehmen“, sagt Anna-Lena Michalke mit strahlenden Augen. Die 22-Jährige hat früh mit dem Reiten begonnen und als Jugendliche einige Erfolge gefeiert, beispielsweise als oberbayerische Meisterin im Dressurreiten. Nach dem Abitur wollte Anna-Lena erst einmal ins Ausland, doch dann traf sie per Zufall auf Wally und hatte sofort eine enge Bindung zu dem Tier. „Mit Wally ist es jeden Tag wie ein Stück Urlaub,“ beschreibt Anna-Lena die Beziehung zu ihrem Pferd.

Doch als Wally fünf Jahre alt wurde, fing die Stute an, zu lahmen. Beim Tierarzt kam dann der Schock: Wally hatte eine Fraktur im Fesselgelenk – eine schreckliche Diagnose für ein junges, lebensfrohes Pferd mit einer Größe von 1,84 Meter. Dem Tier standen ein schwerer Eingriff und eine lange Heilungsphase bevor. An beiden Vorderbeinen musste das Gelenk mit Schrauben fixiert werden, danach durfte sich die Stute ein paar Wochen lang kaum bewegen. Erst allmählich durfte Anna-Lena das Bewegungsspensum ihres Pferdes steigern: erst drei Runden um den Reitplatz führen, dann jede Woche eine Runde mehr.



Anna-Lena und Wally haben gemeinsam schwere Zeiten gemeistert.

Foto: privat

Irgendwann durfte Anna-Lena zum ersten Mal wieder auf Wally reiten, lange nur im Schritt, dann eine Runde im Trab und so weiter.

## In der Ruhe liegt die Kraft

Es war eine intensive Zeit für Anna-Lena und Wally. Die Schwierigkeit war von Anfang an, Wally ruhig zu halten, damit die Fraktur heilen kann. Doch genau das ist bei einem Pferd voller Lebensenergie alles andere als leicht. Deshalb hat Anna-Lena auf memon gesetzt. Sie selbst ist mit memon aufgewachsen und dachte sich, was ihr hilft, kann auch ihrem Pferd helfen. „Es kostet wahnsinnig viel Energie, wenn man in so einem langwierigen Heilungsprozess steckt. Da hat memon

Wally geholfen, gelassen zu bleiben und sich selbst zu heilen,“ sagt Anna-Lena.

## Dank ist der größte Erfolg

Gut ein Jahr nach der Operation war es dann so weit. Anna-Lena und Wally nahmen wieder an einem Turnier teil. Nach langem Zögern und Zaudern, nach viel gutem Zureden und mit einem guten Gespür für ihr Pferd hatte Anna-Lena sich dazu entschieden, es einfach zu versuchen. Dabei ging es nicht darum, einen sportlichen Erfolg zu erzielen. Im Vordergrund stand vielmehr etwas ganz Anderes. „Es war für mich ein Riesenerfolg, dass Wally das nach so einer langen Verletzung durchgezogen hat. Dass sie so entspannt beim Turnier ankommt

und sich sogar freut, sich präsentieren zu können“, erzählt Anna-Lena, der man die Freude über diesen wichtigen Moment immer noch ansieht. Wally habe ihr damit etwas zurückgegeben, davon ist Anna-Lena überzeugt.

## Schutz ist selbstverständlich

Rückblickend sagt sie: „Gerade bei Heilungsprozessen kann man jede Hilfe brauchen. Ich glaube, da hat memon Wally geholfen, ihre innere Ruhe zu wahren.“ Auch bei Turnieren könne das helfen. „Das ist ein ungewohntes Umfeld für die Pferde und es ist immer viel los. Ich denke, da kann memon sich positiv auf die Gelassenheit der Tiere auswirken – damit sie sich auf das Turnier fokussieren können.“

Was sie über ihre eigenen Erfahrungen mit memon sagen könne? Da muss Anna-Lena nicht lange überlegen und bringt es kurzerhand auf den Punkt: „Ich habe memon schon mein ganzes Leben. Für mich ist es selbstverständlich, mich zu schützen.“

**Der memonizerHORSE ist der ideale Begleiter für Ihr Pferd. Mehr erfahren Sie unter:**  
[www.memon.eu/memonizerhorse/MHORSE](http://www.memon.eu/memonizerhorse/MHORSE)



## memon UNTERNEHMEN

### Erfolgreich mit memon

Um sich vor den Auswirkungen von Umweltbelastungen zu schützen, bietet memon seit 20 Jahren individuelle Lösungen an – mit stets wachsendem Erfolg. Und daran lässt memon auch andere teilhaben. Ein Überblick über die Möglichkeiten mit memon zusammenzuarbeiten:

#### memon Partner werden

Als memon Partner haben Sie die Möglichkeit, die memon Produkte in die Welt hinauszutragen. Die Chancen dazu sind besser denn je, denn immer mehr Menschen setzen sich mit dem Thema Umweltbelastungen auseinander. Ein attraktives Vergütungsmodell, der memon RENATURE CLUB, bietet Ihnen viele Vorteile, die Ihren persönlichen Erfolg fördern und begleiten.

#### Sich zertifizieren lassen

Sie sind ein Unternehmen, das die Werte von memon teilt und das nach außen kommunizieren möchte? Dann lassen Sie sich zertifizieren und erhalten Sie das memon Umweltsiegel – ein Zertifikat, das auf besondere Weise dokumentiert, dass man sich in diesem Unternehmen für die Gesundheit und das Wohlbefinden von Mitarbeitern und Kunden engagiert und einen wichtigen Beitrag zum betrieblichen Gesundheitsmanagement leistet. Zertifizierte Unternehmen profitieren von vielen Vorteilen wie gemeinsamen Werbemaßnahmen und vom memon Netzwerk mit mehr als 1.000 weiteren Firmen.

#### Tipgeber werden

Sie haben ein Gespür dafür, wenn Men-



Foto: Adobe

schen oder Unternehmen in Ihrem Umfeld oder Netzwerk offen sind für den Einsatz unserer Produkte und wollen Gutes tun? Dann vermitteln Sie uns den Kontakt und erhalten Sie im Erfolgsfall eine Tipgeberprovision. Ihre Begeisterung für unsere Produkte und unser Unternehmen sind die einzigen Voraussetzungen, die Sie als Tipgeber brauchen.

#### Festanstellung bei memon

Arbeiten bei memon ist mehr als ein Job.

Es ist vielmehr eine gelebte Leidenschaft für eine Biotechnologie, die den technologischen Fortschritt wieder in Einklang mit Natur und Gesundheit bringt. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann sehen Sie sich auf unserer Website unsere Stellenausschreibungen an.

**Sie möchten mehr erfahren? Kontaktieren Sie uns unter +49 (0) 8031 / 402-200 oder per E-Mail an [service@memon.eu](mailto:service@memon.eu)**

# Gegen Billigfleisch und Tierquälerei

Die Tierschutzorganisation Provieh kämpft seit fast 50 Jahren für mehr Tierwohl

Fast 60 Kilogramm Fleisch isst jeder Deutsche im Schnitt pro Jahr. Gleichzeitig wird Fleisch immer billiger und ist für wenig Geld sogar beim Discounter erhältlich. Doch hinter dem Billigfleisch steckt die industrielle Massentierhaltung, die mit teils unvorstellbar brutaler Tierquälerei verbunden ist. Deshalb kämpft die Tierschutzorganisation Provieh seit 1973 dafür, Kühen, Schweinen und Hühnern eine artgerechte Haltung zu ermöglichen.

Rinder und Kälber, die auf der Weide grasen, Schweine und Ferkel, die im Erdreich wühlen und Hühner und Küken, die nach Würmern picken – das ist artgerechte Tierhaltung. Zum Großteil sieht die Realität aber ganz anders aus. Erst seit Kurzem steht der Tierschutz bei der EU auf der politischen Agenda, doch noch immer werden Entscheidungen hinausgezögert oder nur halbseidene Gesetze zum Tierschutz erlassen.

Provieh hat es sich zur Aufgabe gemacht, einerseits weiter Druck auf den Gesetzgeber auszuüben, andererseits Bauern und Projekte zu unterstützen, die



Damit das Fleisch möglichst billig ist, werden die Tiere unter Qualen über weite Strecken aus dem Ausland importiert.

Foto: Adobe

sich dem Tierwohl verschrieben haben. Beispielsweise macht sich Provieh seit geraumer Zeit für die muttergebundene Kälberaufzucht und für das Verbot von Tiertransporten stark. Jüngster Erfolg in Sachen Tierschutz war das Verbot des Kükenschredderns in Deutschland.

Provieh packt das Problem aber auch bei der Wurzel: In groß angelegten Kampagnen leistet der Verein Aufklärungsarbeit, um ein generelles Umdenken in der

Gesellschaft zu bewirken und den Tierschutz über den massenhaften Fleischkonsum zu stellen.

Der gemeinnützige Verein ist auf Spenden und Finanzmitteln aus Mitgliedsbei-

trägen angewiesen. Mitglieder können sowohl Privatpersonen als auch engagierte Firmen werden. Für memon ist es eine Herzensangelegenheit, Provieh zu unterstützen.

Vielleicht möchten auch Sie einen Beitrag für mehr Tierwohl leisten. Spenden, Mitglied werden, aktiv auf die Arbeit des Vereins aufmerksam machen – es gibt viele Möglichkeiten, wie Sie sich für den Tierschutz engagieren können. Jeder Euro zählt. Mehr erfahren Sie hier:

**PROVIEH e. V.**  
[www.provieh.de](http://www.provieh.de)  
**Tel:**  
**+49 (0)431 / 24 82 80**  
**E-Mail:**  
[info@provieh.de](mailto:info@provieh.de)

**Wie memon hilft:**  
 memon verdoppelt die Einnahmen aus der „Natürlich Gesund“ und unterstützt damit den Verein Provieh dauerhaft mit monatlichen Beträgen, die aktuell in das Projekt der muttergebundenen Kälberaufzucht fließen.

## ALS PREISE VERLOSEN WIR:

**1. Preis:**  
 memonizerMOBILE – die ideale Lösung für Ihr Smartphone



**2. Preis:**  
 memonizerBODYsport – der robuste Begleiter für unterwegs und beim Sport



**3. Preis:**  
 Buch „Inspire Your Life!“ von Jörg Löhr für Ihren persönlichen Erfolg

Senden Sie uns das Lösungswort bis zum 31.08.2022 per Mail an [gewinnspiel@memon.eu](mailto:gewinnspiel@memon.eu) oder tragen Sie die Antwort ein unter [www.memon.eu/gewinnspiel](http://www.memon.eu/gewinnspiel)

Wir wünschen allen Teilnehmern viel Erfolg!

Die richtige Lösung des letzten Rätsels lautet: „Bewusstsein“

### IMPRESSUM

**Herausgeber der „Natürlich Gesund“:**  
 memon bionic instruments GmbH  
 Oberastraße 6a  
 83026 Rosenheim

**Telefon:** + 49 (0) 80 31 / 402 200  
**Telefax:** + 49 (0) 80 31 / 402 222  
**Internet:** [www.memon.eu](http://www.memon.eu)  
**E-Mail:** [media@memon.eu](mailto:media@memon.eu)

**REDAKTION u. LAYOUT**  
 Melanie Mörtlbauer

**REINZEICHNUNG**  
 Nina Deubzer

**DRUCK**  
 F&W Druck- und Mediacenter GmbH

## memon KREUZWORTRÄTSEL

Wesen, Naturell	ärgern	nicht entwässertes Gelände	Erdwachs	▼	▼	Ausdrucksform, Machart	bergauf	▼	Kurort	▼	Jäger-rucksack	▼	zusammenge-schlossen
▶		3				Nagetier				7			
▶			streng						mora-lische Gesinnung		Angeber		Schick-sal
dafür, für eine Marder-art						Bild-reihe		Enterich					
▶			Rhesus-äffchen		weiches Gewebe					Stadt in Brasilien (Kw.)			11
unver-fälscht		schau-spielern				5		nicht dick		kurz für: an das			
▶					Metall-rad am Reit-stiefel		Teil der Kerze						früherer Name Tokios
Funktions-träger		bibl. Berg bei Nazareth		Winkel-funktion					mehrere Men-schen		Adliger im alten Peru		
Teil-strecke					4			altöm. Priester-stim-binde		Kummer			
▶				1	Schön-ling (franz.)		Hölle						6
bibli-scher Riese (A.T.)	katho-lische Seelen-messe		poetisch: Brunnen					12		Vieh-unter-künfte	Geräte-lager		Kinder-film-figur (Pan ...)
Fisch-eier		2				pigment-stoff-armes Tier			politi-sches Gemein-wesen				
▶			wurm-stichig		eine Meeres-muschel					9		Kurort in Grau-bünden	
deutsche Vorsilbe		Unrat						ekel-haft, gemein		weib-liches Haustier			
▶					spani-scher Ausruf	gegö-rener Honig-saft		Kehr-gerät					kath. Theo-loge † 1847
Blech-blas-instru-ment		Wohn-sitz								Name Noahs in der Vulgata			
▶				10				franzö-sische Land-schaft				8	
schnell, rasch machen		großer Lärm, Krach								span. Mehr-zahl-artikel			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----