



Wolfgang Stix

Kosmetik

aus dem naturnahen
GARTEN

avBUCH





*(Foto: maxim
ibragimor/shutterstock.com)*

Der Naturgarten

Zurück zur Natur, das wünschen sich immer mehr Menschen. Gesunde Lebensmittel aus regionalen Betrieben, bessere Umweltbedingungen und natürliche Heilmittel auf pflanzlicher Basis – wir besinnen uns wieder auf die wichtigen Dinge im Leben.

Im eigenen Garten, auf dem Balkon und der Terrasse können wir dem Wunsch nach mehr Natur ein Stückchen näher kommen und darüber hinaus sogar die ökologische Vielfalt erhalten.

Das geht vor allem dann, wenn

heimische Gewächse angebaut werden, wenn nicht immer alles akribisch sauber gehalten wird, sondern Natur und Natürlichkeit die „Oberhand behalten“ können. Wenn bunte Blütenhecken möglichst vielen Nützlingen Unterschlupf gewähren und somit ein harmonisches Gleichgewicht zwischen Schädlingen und Nützlingen entsteht, dann ist ein Gärtnern ohne Gift möglich.

Bunte Vielfalt

Im naturnahen Garten herrscht eine bunte Vielfalt. Neben Gemüse und Blumen sind es vor allem Kräuter, die gerne angebaut werden und viele nützliche Eigenschaften in sich

tragen. Sie haben einen hohen Zierwert durch schöne Blätter und Blüten und können vielfältig als Heilpflanzen eingesetzt werden. Das gilt bei verschiedenen Beschwerden genauso wie bei kosmetischen Belangen. Kräuter, aber auch einige Gehölze haben aufgrund ihrer Inhaltsstoffe nicht nur heilkräftige Eigenschaften, sondern können auch zur Reinigung und Pflege von Haut und Haaren verwendet werden.

Arnika, Ringelblume und Wildrose finden in jedem Garten einen Platz, bestimmte Sorten gedeihen sogar im Topf gut. Blüten, Blätter oder Wurzeln sind die Grundlage für einfach herzustellende Salben und Cremes, die unserer Haut gut tun, sie schützen und verschönern, ohne

Konservierungs- und Zusatzstoffe.

Die Kräuterspirale

Pflanzen wachsen dann besonders gut, wenn der Standort richtig gewählt wird. Sonne oder Schatten, Trockenheit oder eher feuchte Bedingungen, nährstoffreicher Boden oder besser karge Bedingungen – Pflanzen haben, wie Menschen auch, unterschiedliche Ansprüche. Wenn wir darauf Rücksicht nehmen, belohnen sie uns mit üppigem und vor allem gesundem Wachstum, denn bei der Nutzung von Pflanzen zu Heilzwecken oder für die Kosmetik sind jegliche Pflanzenschutzmaßnahmen mit