MEDIADATEN
Nachhaltig
Leben

Das Magazin für bewusstes Leben in unserer Region!

Nachhaltig Leben

Allgäu – Bodensee – Oberschwaben Eine Traumregion für nachhaltiges Leben!

Neben der blühenden Tourismusbranche haben wir hier eine der lebenswertesten Regionen Europas. Ökologischer Landbau, alternative Energieversorgung und gesunder Lifestyle werden hier seit Jahrzehnten angestrebt.

Unzählige Bürgerinitiativen, Stadt- und Gemeindeverwaltungen, Industriebetriebe, sowie Privatunternehmen arbeiten hier Hand in Hand und setzen sich für eine ressourcenschonende Lebensweise ein.

Unser Magazin *Nachhaltig Leben* widmet sich auf authentische Weise diesem umfassenden Bereich. Mit informativen Artikeln und den aktuellsten Neuigkeiten bietet *Nachhaltig Leben* eine informative Lektüre mit hoher Wertigkeit für die Menschen der Region.

Denn: Nachhaltigkeit ist längst in der gesellschaftlichen Gegenwart angekommen!

Credits: BODAN Großhandel für Naturkost Überlingen, EZA Energieagentur Kempten, Rapunzel Naturkost Legau, Technische Werke Schussental Ravensburg, VAUDE Tettngang, Vorarlberger Kraftwerke, Stadt Kempten, Brauerei Härle.

Diese Themen begleiten das Magazin:

**Neu, klassisch, interessant,
trendig, global, regional...**

Ein nachhaltiges Leben besteht aus vielen spannenden und umfangreichen Themen - unser Magazin auch!

Wir bieten eine interessante Themenmischung aus Entwicklungen und Neuigkeiten in der Welt, in Europa, in Deutschland. Jedoch richtet sich der absolute Schwerpunkt auf unsere Region Allgäu, Bodensee und Oberschwaben.

Redaktionelle Vielfalt ist das Rezept:
Saubere Energie - E-Mobility - Ökologisches Bauen und Wohnen - Bio-Food und Gesundheit - Nachhaltiger Landbau - Garten - Ressourcenschonender Lifestyle - Job und Bildung mit Zukunft - Nachhaltige Gastronomie - DIY - etc.

Nachhaltig Leben

Inhalt

Editorial, Seite 3
 Übersichtskarte, Seite 6 - 7
 Zero Waste
 10 Tipps, um gezielt Müll zu vermeiden, Seite 8 - 9
 News und Kurzmeldungen, Seite 10 - 17

Mode

Fast Fashion in der Klimakritik, Seite 18 - 22
 Stadelmann Natur: Gesund mit Naturtextilien leben, Seite 28
 Biofashion Allgäu: Bio-Mode zum Wohlfühlen, Seite 29
 Naturfund Leben in Oberstaufen, Seite 30
 Upcycling, Seite 32 - 35
 obama: Nachhaltige & Fair Accessories, Seite 34 - 35
 The Spirit of DM: Mode geht auch ökologisch, Seite 36 - 37

Landbau

Solawis bieten gute Ansätze, Seite 38 - 40
 Der Cidre aus dem Allgäu, Seite 44 - 45
 Artemisia Küchengarten, Seite 46 - 47
 HANS Bramfood: Hanf ist der neue Baum, Seite 48 - 49
 Bio-Musterrregion Riv: Mehr Bio auch Außer-Haus, Seite 50

Essen & Trinken

Die besten Rezept-Tipps von Rapunzel, Seite 54 - 59
 Riegel Bio-Weine für jede Gelegenheit, Seite 60
 Kaffeezerer Jähle, Seite 61
 Pfeffer: Geschmack von der Gemüseliese Rechenau, Seite 62

Brauerei Härke in Leutkirch:
 Den Landwirten der Region verbunden, Seite 66-69
 Bier selbst gebraut, Seite 70-71
 Balduf - die Käsekenner aus dem Allgäu, Seite 72-73
 Käseküche Inny: Handweiliche Bio-Käseküche, Seite 74-75
 Schaukäserei Wiggensbach, Seite 76
 Holger Katzenberg: Ein Bauernhofeferlebnis, Seite 77
 Marktschwärmer:
 online bestellen und direkt abholen, Seite 78-79

Lifestyle

Hanf Fasern bei ProLana, Seite 80
 DIY - die besten Ideen zum Selbermachen, Seite 82

Antike Möbel:
 Restaurierender in Oberreute, Seite 84
 Ventilator in Dornbirn, Seite 84-85
 Brusch in Bad Schussenried, Seite 86

BuchTipp: aus der Redaktion, Seite 88-89

Gesundheit:
 TCM - Traditionelle Chinesische Medizin, Seite 90-93
 Crystalum: Mein Wasser mein Leben, Seite 94-97

Bauen & Wohnen

Europlace in Tettnang: Innenräume mit Naturfeeling, Seite 98 - 101
 Dorau-Silghen, Seite 106

Saubere Energie für alle

Interview: Landrat Harald Sievers, Seite 106 - 108
 Solarcomplex Singen, Seite 110 - 113
 TWS: Ökostrom und mehr, Seite 114 - 115
 Thuga Energy: Klimafreundlich und zukunftsicher heizen, Seite 116
 Stadtwerke am See: Elektrisch laden, Seite 118
 Photovoltaik mit Solimotion, Seite 120

Investment

Studium:
 Hochschule Allstadt-Sigmaringen, Seite 122-123

Geldanlage:
 GLS: Nachhaltige Wirtschaft, Seite 124-125
 Kreislauf-Ravensburg: Vermögensverwaltung, Seite 126-128

Impressum, Seite 130
 Vorschau auf die Frühjahrsausgabe, Seite 130

Redaktion „Nachhaltig Leben“
 Tel. 07542 299030 | E-Mail: redaktion@nachhaltig-leben.de

Seite 4 Nachhaltig Leben

Seite 5

Nachhaltig Leben

erscheint 2x im Jahr:

- Frühjahr/Sommer
- Herbst/Winter

Unsere nachhaltige Region

Bodensee

Oberschwaben

Allgäu

Auflage / Vertrieb

12.000 Auflage, Copypreis 6,90 Euro

Großflächiger Vertrieb direkt an die Zielgruppe!

1. Sonderplatzierung im Presse- & Zeitschriftenhandel:

Zeitschriftenregale, Supermärkte, Kioske, Bahnhöfe

2. Buchgeschäfte:

Kassennahe Platzierung in Buchgeschäften

3. Lesezirkel Bodensee, Allgäu & Oberschwaben:

Über 2.000 Arztpraxen, Anwalts- und Steuerkanzleien, Frisörsalons, u. a.

4. Verkauf im freien Handel:

Kooperationen mit unterschiedlichen Verbänden über deren Mitglieder (Hofläden, Naturkosthandel, etc.)

5. Direktabo:

Direktversand an die Abonnenten

VIP Verteiler:

Bürgermeisterämter, Landräte und weitere VIPs aus Politik und Wirtschaft

Herstellung des Magazins:

100% klimaneutraler Druck mit BIO-Farben auf FSC Recyclingpapier

Nachhaltig Leben

Anzeigenpreise:

Nachhaltig Leben

erscheint zweimal im Jahr

Ausgabe Frühjahr/Sommer
und Ausgabe Herbst/Winter

15% Rabatt

bei Belegung zweier Ausgaben

Sonderplatzierungen auf Anfrage

Im Veranstaltungsbereich
Umschlagseiten auf Anfrage

Heftformat

Endformat: 210 x 270 mm

Satzspiegel: 175 x 240 mm

Print

Online

1 Seite Anzeige

210 mm x 270 mm
(+ 3 mm Beschnitt)
1.800 Euro

1/2 Seite Anzeige

Quer:
175 mm x 115 mm
Hoch:
85 mm x 240 mm
950 Euro

1/3 Seite Anzeige

Quer:
175 mm x 70 mm
Hoch:
55 mm x 240 mm
690 Euro

1/4 Seite Anzeige

85 mm x 115 mm
oder
175 mm x 55 mm
490 Euro

Beschnittanzeige: plus 3 mm · Sonderformate auf Anfrage · Alle Preise sind zzgl. 19 % MwSt.

Advertorials:

Advertorials eignen sich perfekt dazu Ihre Firma und / oder Dienstleistung im redaktionellen Gesicht vorzustellen. Durch die grafisch redaktionelle Gestaltung erreichen Sie bei den Lesern ein hohes Maß an Glaubwürdigkeit. Advertorials platzieren wir im thematisch passenden Umfeld und in unserem grafischen Look.

Doppelseitiges oder
mehrseitiges Advertorial:
Preis auf Anfrage

Ihr Advertorial präsentieren wir
zusätzlich auf unserer Internetseite!

Herz & Umwelt

Europlac in Tettngang

Im Gespräch mit der Geschäftsführerin Martina Röhrer wird man vom warmen Willkommen an der Oberen Zingl durch die offenen Glasfronten des Ladengeschäfts gewirbelt. Die Holzplanken sind wie ein Teppich, mit warmen natürlichen Geräuschen. Im Raum 170 Jahre alte Kiefer Holzer Kollagen, die heute die Firma in den Jahren 1843 und 1916 von Hertha Buchhagen gegründet und der Agneta, sondern wird natürlich geölt. Die stetig erneuerbare Natur der Eiche, wasserabweisend, langlebig, feuerresistent, mild in Tettngang, darüber hinaus ist Holz durch die natürliche Resistenz von Leim und Gerbstoffen. Hier wird die Tradition des Schwabenraums auf dem Boden und Gerbstoffen. Hier wird die

Die Holzplanken sind wie ein Teppich, mit warmen natürlichen Geräuschen. Im Raum 170 Jahre alte Kiefer Holzer Kollagen, die heute die Firma in den Jahren 1843 und 1916 von Hertha Buchhagen gegründet und der Agneta, sondern wird natürlich geölt. Die stetig erneuerbare Natur der Eiche, wasserabweisend, langlebig, feuerresistent, mild in Tettngang, darüber hinaus ist Holz durch die natürliche Resistenz von Leim und Gerbstoffen. Hier wird die Tradition des Schwabenraums auf dem Boden und Gerbstoffen. Hier wird die

Herz, Seele und Leidenschaft. Die Firma Europlac in Tettngang hat es sich gemacht Innenräume mit Naturfeeling zu

Herz & Umwelt

Der Cidre aus dem Allgäu

Mit biologischem Sreubrot vom Biohof Unterstötzten

Die Cidre ist ein alkoholfreies Getränk, das aus dem Saft von Cidre-Äpfeln hergestellt wird. Es ist ein beliebtes Getränk in der Region und wird seit Jahrhunderten hergestellt. Die Cidre-Äpfel sind eine spezielle Sorte, die für den Cidre-Produktion geeignet ist. Die Cidre-Produktion ist ein Handwerk, das viel Erfahrung und Know-how erfordert. Die Cidre-Produktion ist ein Handwerk, das viel Erfahrung und Know-how erfordert.

Die Cidre-Produktion ist ein Handwerk, das viel Erfahrung und Know-how erfordert. Die Cidre-Produktion ist ein Handwerk, das viel Erfahrung und Know-how erfordert.

MEIN LEBEN - MEIN WASSER

CRYSTALLUS aus dem Allgäu

Wasser ist das Element von Crystallus

CRYSTALLUS ist ein Wasserfilter, der das Wasser in Ihrem Haushalt aufbereitet. Er entfernt alle Schadstoffe und Gerüche, sodass Sie sich und Ihre Familie mit reinem Wasser versorgen können. Die CRYSTALLUS-Wasserfilter sind aus hochwertigem Kunststoff gefertigt und sind leicht zu installieren. Die CRYSTALLUS-Wasserfilter sind aus hochwertigem Kunststoff gefertigt und sind leicht zu installieren.

CRYSTALLUS ist ein Wasserfilter, der das Wasser in Ihrem Haushalt aufbereitet. Er entfernt alle Schadstoffe und Gerüche, sodass Sie sich und Ihre Familie mit reinem Wasser versorgen können. Die CRYSTALLUS-Wasserfilter sind aus hochwertigem Kunststoff gefertigt und sind leicht zu installieren.

Wie Cidre getrunken wird

Die Cidre wird in verschiedenen Varianten angeboten. Es gibt Cidre mit einem Alkoholgehalt von 0% bis 10%. Die Cidre wird in verschiedenen Varianten angeboten. Es gibt Cidre mit einem Alkoholgehalt von 0% bis 10%.

Die Cidre wird in verschiedenen Varianten angeboten. Es gibt Cidre mit einem Alkoholgehalt von 0% bis 10%.

Die Cidre wird in verschiedenen Varianten angeboten. Es gibt Cidre mit einem Alkoholgehalt von 0% bis 10%.

Nachhaltig Leben

Ihre Ansprechpartner:

Für Anzeigen und Advertorials:

Thomas Reiner · Tel: 07522 79 50 33 · tr@nachhaltig-magazin.de

Für Redaktion:

Michael Pertl · Tel: 07522 79 50 34 · mp@nachhaltig-magazin.de

www.nachhaltig-magazin.de

Herausgeber:

PR Medien GmbH · Poststr. 11 · 88239 Wangen

Geschäftsführer: Michael Pertl, Thomas Reiner

UST ID: DE241477514

Registergericht: HRB 730241, Amtsgericht Ulm

Thomas Reiner

Michael Pertl