



Beste Reste: Was beim Pilze-Schnippeln übrig bleibt, wird dehydriert und später zum Bouillon-Kochen verwendet

Auch das gehört zum Konzept von „Frea“: Hier wird keiner belehrt, niemand ausgeschlossen. Jeder ist willkommen! „Wir wollen mit Qualität, Service und vor allem Geschmack zeigen, dass Nachhaltigkeit auch lecker sein kann“, sagt David. „Viele glauben, sie können sich bio, regional oder Unverpackt-Läden nicht leisten. Wir zeigen, dass es anders geht: beste Qualität und fairer Preis.“ Kein Gericht auf der Karte kostet mehr als 15 Euro.

Und das bei einem Spitzenkoch wie Hafdan Kluffen aus Norwegen, der

gerade eine Bouillon aus Pilz-Resten kocht. „Wir verwenden so gut wie alles. Schalen verwerten wir zu einer Brühe, genauso wie getrocknete Pilzreste. Blumenkohl-Grün fermentieren wir“, erklärt er.

Der einzige Mülleimer in der Küche ist für die ungefähr 25 Kilo Gemüsereste täglich. Und die wiederum landen in der supermodernen Kompostiermaschine, die leise summend hinten im Flur steht und aussieht wie eine Gefriertruhe. In 24 Stunden macht sie aus Schalen, Strünken, Kernen und Kaffeesatz wür-

zig duftenden, schwarzen Kompost. Der zurück aufs Feld geht. Warum arbeiten nicht mehr Restaurants so?

„Weil es zeitaufwendiger ist und nicht so rentabel wie konventionelle Konzepte“, gibt David zu. Jasmin und er haben ihr gesamtes Erspartes ins „Frea“ investiert, einen Kredit aufgenommen, ihre Familie um Hilfe gebeten. Jasmin: „In diesem Restaurant steckt unsere ganze Zukunft“. Und vor allem auch das, was wichtiger ist alles Geld der Welt: der Mut, neue Wege zu gehen.

Sind wir WELTKlasse? Noch lange nicht! Reporterin Dörte Apel und Fotografin Ulrike Schacht fuhren zwar mit Bus, Bahn und Tram zum Termin, merkten aber vor Ort, dass sie in Sachen Plastikfrei-Leben noch ganz schön grün hinter den Ohren sind. Nachhaltigkeits-Status: ausbaufähig!



Restlos glücklich! Kollegin Dörte ließ von der Kartoffel-Terrine absolut nichts übrig

Entspannung für sensible Kopfhaut

Endlich Ruhe: Linola PLUS mit Echinacea-Wurzel-Extrakt lindert den Juckreiz



Mützen, Kapuzen, Heizungsluft: Bei Minusgraden wird unsere Kopfhaut extrem strapaziert. Das Linola PLUS Kopfhaut-Tonikum beruhigt und befreit vom Juckreiz

Natürliche Intensiv-Pflege

Die medizinische Hautpflege-Serie von Linola PLUS ist auf die speziellen Bedürfnisse von juckender, brennender, gereizter und zu Neurodermitis neigender Kopfhaut abgestimmt. Sie ist eine clevere Kombination aus den in Linola Produkten bewährten Linolsäuren und dem Echinacea-Wurzel-Extrakt.

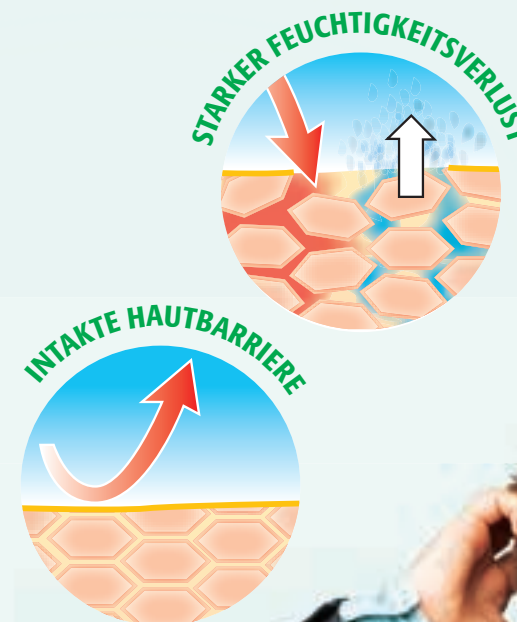
Überzeugende Ergebnisse

In einem Test hat das Linola PLUS Kopfhaut-Tonikum nach 2 Wochen bei 85% der Teilnehmer einen Rückgang oder sogar das Ende des unangenehmen Kopfhautjuckens bewirkt. Und nach 4 Wochen haben 94%* der Betroffenen bestätigt, dass der Juckreiz und die Trockenheit zurückgegangen sind.

*Kilic et al. (2018) „Efficacy of hydrophilic or lipophilic emulsions containing Echinacea purpurea extract in treatment of different types of pruritus“, Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology

Linolsäure schützt die Haut

Die Hautbarriere reguliert den Feuchtigkeitsgehalt der Kopfhaut. Fehlt es ihr an den wertvollen Linolsäuren, trocknet sie aus.



Die Heilkraft der Wurzel

Echinacea purpurea genießt in der Medizin seit vielen Jahren einen guten Ruf. Traditionell werden Extrakte aus Echinacea purpurea wegen ihrer gesundheitsfördernden Eigenschaften bei Hautproblemen eingesetzt.

Das Linola PLUS Kopfhaut-Tonikum ...

- beruhigt juckende, brennende und gereizte Kopfhaut
- reduziert Juckreiz, Trockenheit und Spannungsgefühle
- wirkt leicht antientzündlich
- pflegt auch Kopfhaut mit Neigung zur Neurodermitis



Linola PLUS ist in der Apotheke erhältlich

Leichte Anwendung
Das angenehm duftende Tonikum abends mithilfe der Dosierspitze direkt auf die Kopfhaut auftragen und über Nacht einwirken lassen



Apotheken-Merkzettel
Linola PLUS
Kopfhaut-Tonikum
PZN 14318697 (100 ml)

WELTErfolg

Das macht uns diese Woche froh

Grüner googeln

Wer über die Suchmaschine „Ecosia“ im Internet recherchiert, tippt für den Wald: Ein Teil jeder Einnahme pro Anfrage spendet „Ecosia“. So wurden bereits über 70 Millionen Bäume gepflanzt und Projekte rund um den Globus finanziell unterstützt.

Schöner wohnen

... in Heidelberg. In der Stadt am Neckar entsteht ein komplett nachhaltiger und emissionsfreier Stadtteil. Wie das? Unter anderem mit einem Energiekonzept aus vertikal wachsenden Pflanzen und Solar-Panels. Das werden wir uns anschauen!

Tiere lieben

In den USA wurde einstimmig ein Gesetz verabschiedet, das Tierquälerei als Verbrechen einstuft. Es kann mit einer Freiheitsstrafe bis zu sieben Jahren geahndet werden.



Kämpft und forscht für unsere Korallenriffe: Verena Schoepf

Um wen geht's?
Verena Schoepf, Meeresbiologin

Das Problem:
Erwärmung und Versauerung der Ozeane zerstören Korallenriffe – und mit ihnen deren Bewohner.

Ihre Lösung:
Forschung und Aufklärung

Am anderen Ende der WELT

Die Frau, die ein Paradies retten will

BILD der FRAU: Was fasziniert Sie am Meer, Frau Schoepf?

Verena Schoepf: Schon als Kind konnte ich kaum glauben, was für eine fremde, leuchtend bunte Welt sich unter der Wasseroberfläche versteckt. Heute noch habe ich das Gefühl, in ein anderes Universum einzutauchen. Auch weil Korallen so besonders sind, in gewisser Weise gleichzeitig Tier, Pflanze und Gestein. Aber rund 50 Prozent der großen Riffe sind schon gestorben, viele am Zurückgehen.

Woran liegt das?
Der Klimawandel ist einer der Hauptgründe. Auch unter Wasser gibt es immer mehr Hitze-Wellen. Sie verursachen die Korallenbleiche: Korallen werden krank, verfärben sich weiß, können sterben und zerbröseln.

Und dann?
Dann fehlt Hunderttausenden von Arten überlebenswichtiger Lebensraum! Und Millionen Menschen verlieren den Fischreichtum des Riffs und die Grundlage für touristische Einnahmen. Außerdem schützen Korallenriffe Küsten vor Stürmen und Abtragung der Strände.

Was gibt Ihnen Hoffnung?
Dass jeder Einzelne etwas tun kann, um seinen CO₂-Ausstoß zu mindern. Und wenn es nur ein bisschen weniger Autofahren, Fliegen oder Fleischessen ist. Und die Politik muss die Erderwärmung mit wirksamen Maßnahmen stoppen. Wenn wir das in den nächsten zehn Jahren schaffen, gibt es Hoffnung für die Korallen!

DÖRTE APEL

WELTende? Noch lange nicht! Nächste Woche geht's weiter mit Wald-Hochhäusern