



## PRESSEINFORMATION



Februar 2021

### **Alles fließt: Mit dem richtigen Wasser die eigene Leichtigkeit leben**

**Mit der Wintersonnenwende hat das Zeitalter des Wassermanns Einzug gehalten. Dieser Zyklus steht für *Raum für Neues*: Jetzt ist die richtige Zeit, Ballast abzuwerfen und mit Leichtigkeit den Dingen und Menschen zu begegnen, die das eigene Wohlbefinden unterstützen. Eine solche Leichtigkeit lässt sich durch viele unterschiedliche Wege erreichen – und fängt tatsächlich schon bei der Entscheidung für das richtige Trinkwasser an.**

#### **LEBENSMITTEL UND IHRE BESONDERE QUALITÄT**

Genau zu wissen, welche Nahrungsmittel einem gut tun und wo sie herkommen, geben ein gutes Gefühl beim Einkauf und Genuss – wie zum Beispiel beim Mineralwasser. Unserer Körper besteht zu rund 70 Prozent aus Wasser. Das

richtige Wasser zu finden, ist damit nicht ganz unerheblich. Viele Menschen sind unsicher, ob sie dem Wasser aus ihrem Wasserhahn wirklich trauen können. Bei manchem Leitungswasser macht schon das ganz bewusste Schmecken klar, dass das nicht die Qualität ist, mit der man seinen Körper versorgen möchte. Marktführer unter den Wasseranbietern im Naturkosthandel ist das Familien-Unternehmen **St. Leonhards**. Mit seinen „lebendigen Wässern“ will der Abfüller eine besondere Qualität bieten: neun Sorten aus sechs verschiedenen artesischen Quellen. Um das für sich selbst passende Wasser zu finden, hat St. Leonhards den so genannten Sensorik-Test entwickelt. Bei diesen Wasser-Verkostungen bestätigt sich immer wieder: Es ist das Wasser, das besonders weich ist sich fast wie von alleine trinkt. Damit wird es auch einfach, die von Gesundheitsexperten empfohlene Menge von rund zwei Liter pro Tag zu trinken.

## **DEN EIGENEN SINNEN VERTRAUEN**

Was sich in vielen Lebensbereichen heute zeigt: Die Menschen trauen kaum noch ihrem eigenen Körpergefühl. Dabei kann diese Intuition Erstaunliches leisten und sogar den Einkauf von Lebensmitteln erheblich einfach machen. Bei der Ernährung brauchen wir im Grunde keine wissenschaftlichen Analysen, um festzustellen, ob ein Lebensmittel positiv anspricht. Unser Körper gibt direkte Signale, ob ein Essen gut tut oder nicht. Zeigt sich nach der Mahlzeit eine schwere Müdigkeit, wird deutlich, dass die eben verzehrten Lebensmittel dem Körper mehr Energie abverlangen, anstatt diese zu spenden. „Über unsere individuelle Geschmackswahrnehmung lässt sich auch erfahren, welches Wasser das aktuelle Wohlbefinden am Besten unterstützt. Ein Wasser sollte mit Aufmerksamkeit im ganzen Mund geschmeckt werden. Schmeckt das Wasser weich, quillt im Mund auf und sich so gut wie von alleine trinkt, ist es das richtige Wasser“, erklärt Martin Abfalter, Geschäftsführer von den St. Leonhards Quellen.

## **ENERGIE NATÜRLICH AKTIVIEREN**

Lebendiges Wasser ist auch das Mittel der Wahl, wenn es darum geht, den Körper von unnötigem Ballast zu befreien. Durch Konsum von zum Beispiel Nikotin, Kaffee oder Alkohol bilden sich im Körper Säuren, die durch Mineralstoffe neutralisiert und als Schlacken im Körper abgelagert werden. Die Folgen reichen

von Cellulite bis sogar zu rheumatischen Erkrankungen. „Lebendigkeit hat viel mit „Reife“ zu tun. Unsere Wässer sprudeln aus eigener Kraft aus dem Boden. Sie sind lebendig. Aufgrund seiner ursprünglichen Cluster-Strukturen kann „lebendiges Wasser“ vom Körper wesentlich besser aufgenommen werden, fördert die Ausscheidung von Schadstoffen und Giften und versorgt jede Zelle mit dem, was sie braucht. Das versorgt uns ganz natürlich mit Energie“, fügt der Wasser-Experte hinzu.

**Für Fragen, bei Wünschen nach Mustern, der Vermittlung von Interviews oder bei der Durchführung eines individuellen Sensorik-Tests stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung.**

### **Über St. Leonhards**

Respektvoller Umgang mit der Natur, Schutz der Artenvielfalt und wohltuende Einfachheit der Produkte waren von Anfang an Voraussetzung für das Familienunternehmen. Auch heute, als Marktführer für Mineralwasser im Naturkosthandel mit mehr als 50 erfahrenen Mitarbeitern, fühlt sich St. Leonhards dieser Verantwortung verpflichtet. Ethisch einwandfreies Wirtschaften steht für das Unternehmen genauso im Vordergrund wie das unvergleichliche Geschmackserlebnis beim Genuss hochwertiger Naturprodukte. Neben den lebendigen Wässern – 9 Sorten aus 6 Quellen - und der Naturkäserei St. Georg, gehören das Landhotel Mauthäusl, das Bio Thermalhotel Falkenhof, die St. Leonhards Akademie, die St. Leonhards Stiftung sowie der St. Leonhards Hof zum Unternehmen. Weitere Informationen auf [www.st-leonhards.de](http://www.st-leonhards.de)

### **Pressekontakt:**

sieben&siebzig GmbH  
marienburger str. 27  
10405 Berlin

inga muecke  
Tel.: 030-3259 4467  
[muecke@sieben-siebzig.de](mailto:muecke@sieben-siebzig.de)  
[www.sieben-siebzig.de](http://www.sieben-siebzig.de)

sieben&siebzig ist eine 2004 gegründete, auf ökologische, faire und nachhaltige Produkte spezialisierte PR- und Marketing Agentur mit Sitz in Berlin.