Begeisterte Kunden

Immer mehr Menschen sagen „Ja“ zu reinem Trinkwasser.

Ich war sofort überzeugt! Der Bela Aqua Berater war bei mir in der Wohnung und hat mein Wasser getestet. Ich habe mich sofort entschieden! Weil mir meine Gesundheit diese Investition wert war.
Wasser ist Leben und von der Qualität unseres Trinkwassers hängt mit Sicherheit auch anteilig unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden ab! Ich investiere seit Jahren in meine Gesundheit – und nicht in die Krankheit! Bela Aqua – man trinkt mehr, leichter und man fühlt sich super damit! Kaffee und Tee schmeckt wesentlich besser! Ich bin froh und glücklich jetzt die Möglichkeit von hochwertigstem Wasser zu haben.

Regina B., Melk

Schon lange war ich auf der Suche nach einer Wasseraufbereitungsanlage, die zu mir passt. Dass das Wasser Verunreinigungen beinhaltete, konnte ich ahnen. Ein Wassertest von Bela Aqua hat dies dann bestätigt (ein weiterer von Fresenius ebenso) Bela Aqua stellt eine Anlage bereit, die sich im Preis-Leistungsverhältnis auf dem Markt gut schlägt und seriös ist. Das ist ein großes Plus. Service und Bereitstellung ist perfekt. Die Installation professionell.
Das Wasser hat eine Top-Qualität und wir setzen es auch beim kochen und in einem Luftbefeuchter ein. Unser Wasser wollen wir nicht mehr missen.
Stellt man eine Rechnung mit handelsüblichem Wasser auf (nur trinken) hat sich die Ausgabe in 5 bis 6 Jahren amortisiert.

Lutz U., Petersberg

Bela Aqua Bäckerei

Weihnachtliche Cupcakes

Zutaten (für 12 Stück)
Für die Cupcakes:
125 g Butter (weich)
125 g Zucker
3 Eier (Kl. M)
175 g Mehl
1 El Kakaopulver
1 Tl Backpulver
1 Tl Spekulatiusgewürz
125 ml Glühwein
50 g gehackte Zartbitterschokolade
50 g Haselnusskerne (gehackt)

Für das Frosting:
100 g Zartbitterschokolade
200 g Butter (weich)
100 g Puderzucker (gesiebt)
je 1 Prise Zimt, Anispulver, Pfeffer

Pro Portion
Energie: 505 kcal,
Kohlenhydrate: 52 g,
Eiweiß: 4 g, Fett: 29 g

Zubereitung

Foto: essen & trinken/TLC Fotostudio/© NGV mbH

1. Den Backofen auf 170 °C vorheizen und ein Muffinblech mit Papierförmchen auslegen. Butter und Zucker cremig schlagen und die Eier einzeln unterrühren. Mehl, Kakaopulver, Backpulver und Spekulatiusgewürz mischen und abwechselnd mit dem Glühwein unter die Butter-Ei-Masse rühren. Schokolade und Haselnüsse unterheben. Den Teig in die Förmchen geben und auf mittlerer Schiene ca. 25 Minuten bei 170 °C backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.
2. Für das Frosting die Schokolade im Wasserbad schmelzen und abkühlen lassen. Die Butter schaumig aufschlagen, die Kuvertüre langsam hinzugeben und cremig schlagen. Puderzucker und Gewürze unterrühren. Sollte die Masse nicht fest genug sein, etwas mehr Puderzucker unterrühren. Das Frosting in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle füllen und je einen großen Tupfen auf die Cupcakes setzen.

Fertig in 25 Minuten plus Backzeit ca. 25 Minuten plus Zeit zum Abkühlen ca. 30 Minuten

Portrait

Inside Bela Aqua

Im Bereich Technik und Service verstärkt seit einiger Zeit **Benjamin Liebe** das Team in der Zentrale in Zusmarshausen. Mit geübter Hand bereitet er die Bela Aqua Umkehrosmoseanlagen für den Einbau vor und kümmert sich um die Anlagen, die zum Service und Filterwechseln ins Haus kommen.

IMPRESSUM: Magazin der Bela Aqua GmbH | Ausgabe 14, Dezember 2020
Herausgeber, Design, Redaktion und Copyright: Bela Aqua GmbH, Holzappelstraße 7, 86441 Zusmarshausen, Tel.: +49 (0) 8291 16 95 74, www.bela-aqua.de
Fotos: Bela Aqua GmbH; Stefan Winterstetter Fotografie, Titelbild: shutterstock.com/CGissemann
Keine News mehr verpassen! Folgen Sie uns:

Ausgabe 14 BELA AQUA MAGAZIN Dezember 2020

Frohe Weihnachten
und ein
Gutes Neues Jahr!

LESEN SIE IN DIESER AUSGABE:

Vorwort – Frohe Weihnachten 2
Ernährung – Wie wichtig sind Mineralien 2
Wasserspender werden immer beliebter 2
Die Tricks mit unserem Wasser 3
Japanische Wasserkur 3
Das sagen unsere Kunden zu reinem Trinkwasser . . 4
Weihnachtliche Cupcakes 4
Inside Bela Aqua 4

BELA AQUA
MEHR ALS WASSER

Frohe Weihnachten!

Liebe Kundinnen und Kunden,

ein außergewöhnliches, ein verrücktes Jahr neigt sich nun dem Ende zu. Unser aller Leben hat sich in den vergangenen Monaten teilweise radikal verändert.
Und niemand kann heute mit Gewissheit sagen, wann wir wieder in einen „Normalzustand“ zurückkehren können oder ob wir uns dauerhaft mit dem Virus und den damit verbundenen Veränderungen arrangieren müssen.
Allen Widrigkeiten zum Trotz ist das Unternehmen Bela Aqua und das Team weiter gewachsen. Immer mehr Vertriebspartner bringen immer mehr reines Wasser in Form einer Bela Aqua Evolution zu den Menschen nach Hause. Und auch der Bereich der leitungsgebundenen Wasserspender wird immer stärker.
Um all die Aufgaben zu meistern, wurde im technischen Bereich und im Service deutliche Verstärkung an Bord geholt.
Und das Team wird weiter wachsen.
So sehen wir uns für die kommenden Aufgaben gewappnet und blicken zwar auf ein turbulentes Jahr zurück, doch wir wären nicht Bela Aqua, wenn wir nicht voller Zuversicht in die Zukunft schreiten wollten.

Das gesamte Team von Bela Aqua wünscht Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit, fröhliche Tage mit Ihren Lieben und einen guten Start in ein gesundes und erfolgreiches Jahr 2021.

Herzlichst

Ihre

Christine Brandt-Leitner
Geschäftsführung Bela Aqua GmbH

Ernährung

Wie wichtig sind Mineralien?

Mineralien sind wichtige Nährstoffbausteine für den Menschen. Da unser Körper Mineralstoffe nicht selbst herstellen kann, ist es umso wichtiger darauf zu achten, dass wir genügend Mineralien aufnehmen. Doch wie viel der wichtigen Nährstoffe brauchen wir und was müssen wir zu uns nehmen, um den täglichen Bedarf zu decken?

Der Bedarf an den lebensnotwendigen Mineralstoffen lässt sich meist problemlos mit einer ausgewogenen Mischkost decken, insbesondere mit viel Gemüse und Vollkornprodukten. Eine sehr einseitige Ernährung mit Fertiggerichten und Fast Food kann zu einem Mineralstoffmangel führen. Es können unspezifische Symptome wie Müdigkeit, ein verändertes Hautbild oder Haarausfall auftreten. Aber auch ernsthafte Symptome wie Osteoporose, Herzrhythmusstörungen oder Blutarmut (Anämie) können durch einen Mineralstoffmangel bedingt sein.
Viele denken es ist wichtig, Mineralien durch das Wasser aufzunehmen, in der Annahme das Wasser und vor allem Mineralwasser viele Mineralstoffe enthält. Doch das ist ein Irrglaube! Die enthaltenen Mengen der Stoffe im Wasser sind viel zu gering, um den Körper mit den notwendigen bioverfügbaren Mineralstoffen zu versorgen.

Den ausführlichen Beitrag zu diesem Thema finden Sie unter: www.bela-aqua.de/blog

Mineralstoff	Tagesbedarf mg	Mineralwasser mg / Liter	Tagesbedarf gedeckt mit Mineralwasser Liter / Tag	Gehalt in Nahrungsmitteln mg / 100 g	
Kalium	1000 – 2000	6,2	160 – 320	Sojamehl Champignons Kartoffeln Spinat Bananen	1500 – 2000 390 1000 550 380
Calcium	500 – 1000	11,5	43 – 87	Emmentaler Sesam Haselnüsse	1020 795 225
Magnesium	200 – 400	8	25 – 50	Sojabohnen Sesam	300 340
Natrium	500 – 2000	11,6	43 – 170	Weichkäse Brot	1300 500

Um Ihren täglichen Kalium-Bedarf zu decken können Sie entweder ca. 250 Liter Mineralwasser trinken oder einfach 150 g Kartoffeln essen.

Die von der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) empfohlenen Tagesmengen der wichtigsten Mineralien finden sich in einer ausgewogenen, vollwertigen Kost.

Für Gewerbekunden

Wasserspender immer beliebter

Ob Auftisch-, Stand- oder Einbaugerät mit Zapfsäule. Ob kalt, heiß oder mit erfrischendem Sprudel – leitungsgebundene Wasserspender werden vor allem in Firmen immer beliebter. Bieten sie doch eine preisgünstige und umweltfreundliche Alternative zu Wasser in Flaschen.
Unter **www.bela-aqua.de/ersparnisrechner** können Sie sofort sehen, wieviel Sie einsparen können,
Unsere Experten beraten Sie ausführlich bei der Auswahl des perfekten Wasserspenders. Auch internationale Unternehmen wie Hankock Reifen oder Aida Cruises sind von Bela Aqua überzeugt. Die geschulten Techniker von Bela Aqua schließen Ihren Wasserspender am bestehenden Wasseranschluss an. Einfach und sauber. So leicht erhalten Sie bestes und erfrischendes Wasser auf Knopfdruck.

Bild: Bela Aqua

Verschmutzen und verharmlosen

Die Tricks mit unserem Wasser

Bild: NDR

Leitungswasser ist eine sehr preisgünstige Alternative gegenüber abgefülltem Wasser aus dem Supermarkt. Für 50 Cent – der Preis einer Literflasche Mineralwasser – lässt sich diese Flasche 250 - 400 mal mit Leitungswasser füllen. Doch wer kann sagen, was in unserem Leitungswasser alles drin ist? Wer prüft die Wasserqualität – insbesondere direkt am Wasserhahn – und nach welchen Vorgaben?

Die Trinkwasserverordnung soll unser Trinkwasser zu einem der am meisten geprüften Lebensmittel machen. Doch unser Trinkwasser ist zunehmend mit Stoffen belastet, die in der Trinkwasserverordnung gar nicht aufgelistet sind und auf die demzufolge auch nicht untersucht wird. Dazu gehört unter anderem der Schmerzmittel-Wirkstoff Diclofenac, der auch in vielen Schmerzgelen enthalten ist und von der Haut beim Duschen abgewaschen wird und somit in den Wasserkreislauf gelangt.

Ein Großteil unserer Klärwerke ist auf die zunehmende Belastung durch Mikroplastik, Medikamentenrückstände oder andere Fremdstoffe gar nicht vorbereitet. Und selbst zusätzliche Klärstufen schaffen nur bedingt Abhilfe, da sich viele Stoffe überwiegend im Klärschlamm ablagern und durch die Nutzung von Klärschlamm als Dünger in die Umwelt gelangen und sich dort anreichern.

Besonders problematisch ist das in fast allen Light-Getränken enthaltene Acesulfam-K. Dieser Zuckeraustauschstoff wird vom Menschen unverändert wieder ausgeschieden und gelangt so in unseren Wasserkreislauf. Es ist nur unter ganz bestimmten Bedingungen biologisch abbaubar. Solch teure Klärstufen sind aber in unseren Klärwerken so gut wie nicht vorhanden.

Das wohl bekannteste Problem ist die Belastung unseres Grundwassers durch Nitrat, das durch die Landwirtschaft in den Wasserkreislauf gelangt. Im menschlichen Körper wird Nitrat zu krebserregendem Nitrit umgewandelt und gefährdet so unsere Gesundheit.
Ein weiterer fataler Nebeneffekt der massiven Überdüngung: hierbei entsteht Lachgas. Ein Gas, das 300 mal klimaschädlicher ist als CO2.

Quelle: NDR Ratgeber: Unser Wasser - Verschmutzen und verharmlosen | Die Tricks | 10.08.2020

Kinderleicht abnehmen

Japanische Wasserkur

Ihr Tag beginnt mit einer großen Tasse Kaffee oder Tee? Ändern Sie Ihre Gewohnheit, denn um Ihrem Körper etwas Gutes zu tun, sollten Sie mit Wasser in den Tag starten. Nach den Regeln der japanischen Wasserkur.

Trinken Sie direkt nach dem Aufwachen vier kleine Gläser lauwarmes Wasser – 600 bis 700 Milliliter – in kleinen Schlucken. Am besten stilles Wasser auf Zimmertemperatur. Kein kaltes Wasser, denn das ist schlecht bekömmlich. Erst anschließend putzen Sie sich die Zähne und warten mindestens 45 Minuten bis zum Frühstück.

Eine japanischen Wasserkur sollte über eine Dauer von sechs Wochen durchgeführt werden, oder noch besser: Sie integrieren dieses morgendliche Ritual dauerhaft in Ihren Alltag. Diese vergleichsweise kleine Maßnahme am Morgen kann eine große Wirkung auf Ihr gesamtes Wohlbefinden und Ihre Gesundheit haben. Das lauwarme Wasser mobilisiert nicht nur den Darm, sondern unterstützt auch die Entgiftung bei der Ausscheidung der Gift- und Schadstoffe. Außerdem lässt das Hungergefühl nach, sodass die Mahlzeiten kleiner ausfallen. Der positive Nebeneffekt: Sie nehmen ab.

Für eine japanische Wasserkur eignet sich nur stilles Wasser – am besten reines Wasser. Sprudelwasser ist für diese Trinkkur gänzlich ungeeignet, denn die darin enthaltene Kohlensäure kann den leeren Magen leicht reizen und Sodbrennen auslösen.
Da diese sehr natürliche Kur ausschließlich mit Wasser funktioniert, sind Nebenwirkungen durch beispielsweise chemische Zusätze ausgeschlossen. Und das Besondere: Alle Speisen und Getränke sind erlaubt.
Wichtiger Hinweis: Menschen, die wegen einer Herz- oder Niereninsuffizienz weniger Flüssigkeit zu sich nehmen dürfen, sollten diese Methode nicht anwenden.

Foto: shutterstock/PK Studio

Den ausführlichen Beitrag zu diesem Thema finden Sie unter: www.bela-aqua.de/blog

Quelle: www.praxisvita.de