

DALASA
— VERLAG —

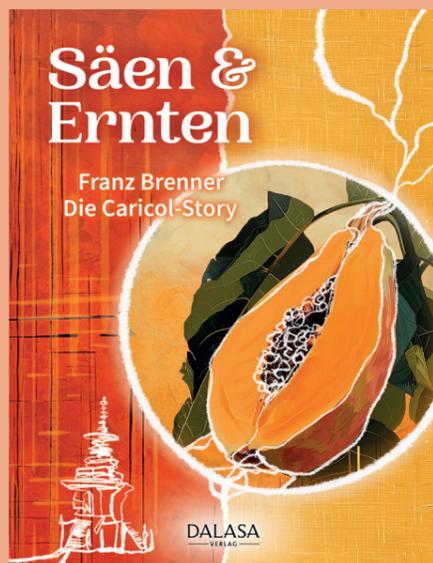
Wir machen Gesundheit!



Handwritten signature in white ink, likely the author's name, positioned vertically on the left side of the illustration.

Verlagsprogramm

Die Gesundheit liegt im Darm



Sehr geehrte Damen und Herren!

Der Dalasa Verlag setzt sich zum Ziel, inhaltlich und optisch hochwertige Bücher zu veröffentlichen, die unserer Gesundheit dienen.

Wir verfolgen den Anspruch, ausgewählte Experten aus Wissenschaft und Forschung zu Wort kommen zu lassen, die fern des Fachjargons neueste Erkenntnisse in leicht verständliche Sprache transformieren. So bekommt der Leser einen echten Nutzwert, um für seine Gesundheit und einen gesunden Lebensstil gut informiert zu sein. Einfach aufbereitet und mit Anleitungen, die leicht in den Alltag integriert werden können.

Wir wollen auch bei der Wahl der Selbstmedikation mit natürlichen Substanzen, Nahrungsergänzungsmitteln, Mineral- und Vitalstoffe, Pro- und Präbiotika sowie diätischen Lebensmitteln neueste Ansätze aus Wissenschaft und Forschung vermitteln.

Der medizinische Fortschritt hat ohne Frage vielen Krankheiten den Schrecken genommen und seit Beginn der medizinischen Forschung und aufgrund bahnbrechender Innovationen in der Medizin, konnte die Lebenserwartung deutlich erhöht werden. Doch der westliche Lebensstil, Übergewicht, Umweltfaktoren, Stress und Überlastung, Schlaf- und Angststörungen sowie Depressionen, bleiben trotz allen Fortschritts eine große Herausforderung für die medizinische Forschung der Gegenwart.

Wir sind überzeugt, dass es am besten ist Krankheiten gar nicht erst entstehen zu lassen. Wir freuen uns, wenn wir Ihnen und Ihren Kunden Bücher näherbringen zu können, die die Welt gesünder und lebenswerter machen.

Ihr Team vom Dalasa Verlag

Franz Brenner

Säen & Ernten

Die Caricol-Story



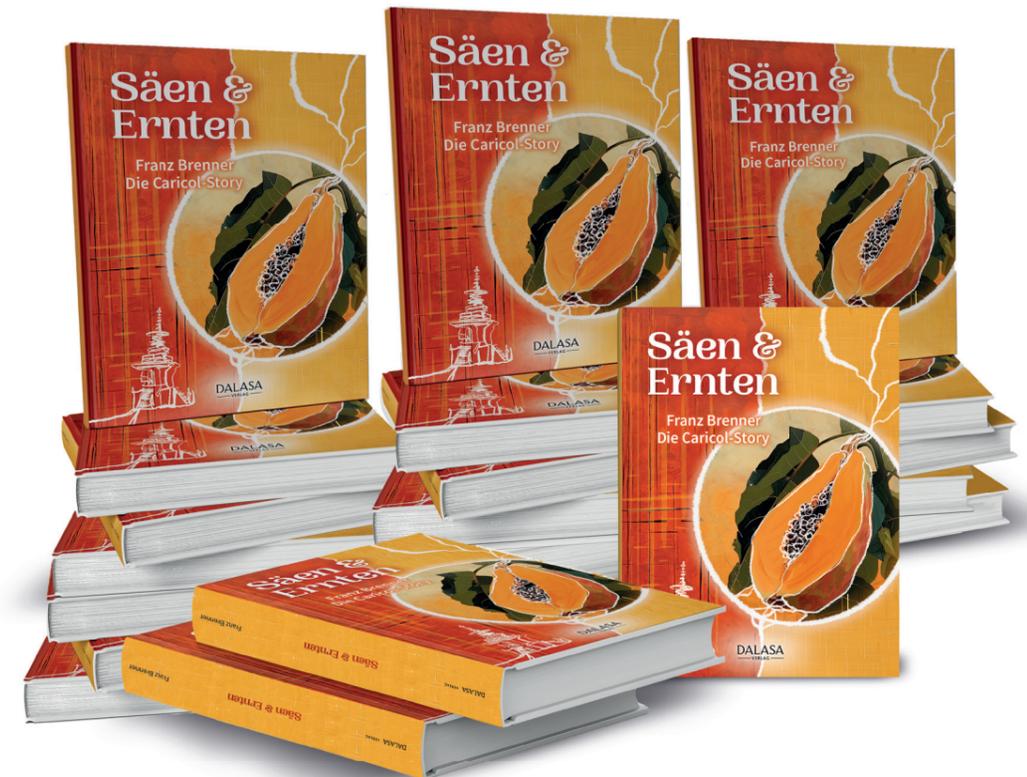
Franz Brenner
Säen & Ernten
Die Caricol-Story
144 Seiten, Klappenbroschur,
durchgehend 4-farbig
Grafiken, Bilder, Illustrationen
16x21 cm
€ 18,00 (D/A)
ISBN: 978-3-9505274-9-0

Thema: Biografie



DALASA
VERLAG

Eine spannende Reise vom Scheitern, um mit einer anderen Weltanschauung ein besonderes Unternehmen zu gründen



Über 20 Jahre begleitet Franz Brenner eine buddhistische Meisterin. Zuerst ignorierte er ihre Warnungen was seine schwindenden Kräfte anging, die er als Teilnehmer von 15 Unternehmen Schritt für Schritt verlor. Sie sah es lange bevor er es sich eingestehen konnte. Der Tag, an dem der Burnout ihn aus dem gewohnten Leben warf, war der Beginn einer heilsamen Wandlung und der Start für ein Unternehmen, das sich nicht nur einfach der Gesundheit verschrieb. Franz Brenner kehrte mit einem besonderen Produkt zurück nach Europa, um die heilsame Wirkung einer speziellen Rezeptur und Verarbeitung der Papaya, möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen.

Eine große Inspiration für eine nachhaltige Welt und Wirtschaft

- Eine Biografie mit Seltenheitswert
- Inspiration für eine neue Wirtschaft und fairen Handel
- Ein Produkt das schon Millionen Menschen geholfen hat



© Privat

Franz Brenner

Nach einem einjährigen Aufenthalt in dem buddhistischen Kloster Lotus Buddhist Monastery auf Big Island in Hawaii stand von Anfang die Frage im Raum wie er Sinn und Arbeit, Nachhaltigkeit und unternehmerischen Erfolg sowie biologische Landwirtschaft und fairen Handel miteinander in Einklang bringt. 2004 wurde schließlich die Marke Caricol geboren und feiert nun sein 20jähriges Bestehen. Eine Unternehmensbiografie über tägliche Herausforderungen, nicht alltägliche Lösungen beim Aufbau einer Marke und eines Unternehmens bei dem es nur Gewinner und keine Verlierer, kein Greenwashing, sondern erfolgreiche Authentizität gibt. Eine Marke, die genauso ungewöhnlich ist wie die Geschichte des Unternehmens und seiner Partner, die dieses Buch porträtiert und veränderungsbereiten Menschen einen Weg und Inspiration zu einer anderen Weltanschauung liefert, in der wirtschaftlicher Erfolg und Fairness keinen Widerspruch in sich trägt.

DALASA
— VERLAG —

„Ich bin der Beweis, was mir fehlt“

Asiatisches Sprichwort



Das Glück liegt im Darm

Der Mensch als wandelndes Bakterien-Universum



Elisabeth Polster
Das Glück liegt im Darm
*Der Mensch als wandelndes
Bakterien-Universum*
durchgehend 4-farbig
176 Seiten, Klappenbroschur,
Grafiken und Illustrationen
€ 20,00 (D/A)
ISBN: 978-3-9505274-1-4

Thema: Ernährung



9 783950 527414

DALASA
VERLAG

Für eine Zukunft, in der Bakterien und ihre heilende Wirkung den Stellenwert bekommen, den sie verdienen.

Unser Darm-Mikrobiom beeinflusst unser Wohlbefinden, unsere Gedanken und unsere Leistungsfähigkeit wie es bisher kaum vorstellbar war. Die Ernährungsexpertin und zertifizierte Fachberaterin für Darm-Gesundheit Elisabeth Polster zeigt die Forschungsergebnisse rund um die Auswirkung probiotischer Medizin auch aus Erfahrung am eigenen Leib. Wie wir denken, was wir essen, wie widerstandsfähig wir sind und wie wohl wir uns in unserer Haut fühlen, hängt maßgeblich davon ab wie fürsorglich wir mit unserem Darm und seinen Mitbewohnern umgehen. Lernen Sie die Bakterien-Superhelden kennen, welche unser aller Überleben sichern und erfahren Sie, wie Sie diese glücksbringenden, kleinen Untermieter zu Ihren besten Freunden machen! Es sind die Urbewohner unseres Planeten und wir leben mit Ihnen in einer für unsere Gesundheit alles entscheidenden Symbiose.

Lassen Sie sich mitnehmen auf eine spannende Reise in Ihr Körperinneres!

- **Unterhaltsamer Ratgeber für die Darmgesundheit**
- **Neueste Forschungsergebnisse zur Relevanz probiotischer Medizin**
- **Mit 25 alltagstauglichen Rezepten**

Elisabeth Polster

Gesundheitsvorsorge wurde ihr sozusagen in die Wiege gelegt. Einen artgerechten Lebensstil zu führen, war und ist ihre Antriebskraft für ständige Fortbildungen in den Bereichen Stoffwechselaktivierung, Ernährung und Mikrobiom. Als Ernährungsexpertin und zertifizierte Fachberaterin für Darmgesundheit lag ihre uneingeschränkte Aufmerksamkeit anfangs bei einer stoffwechselaktivierenden Ernährung, bis sie schließlich mehr und mehr in die Welt, der mit dem Menschen in Symbiose lebenden Bakterien eintauchte. Sie selbst erlebte, was es bedeutet, wenn das Bakteriengleichgewicht im Darm gestört ist, und welchen Einfluss krankmachende Keime auf das Wohlbefinden und die eigene Gesundheit haben können.

Sie bezeichnet sich als Bakterienfreundin und möchte mit ihrem Buch so viele Menschen wie möglich davon überzeugen, wie wichtig es ist, dem Darm mit seinen wertvollen Mitbewohnern alle Aufmerksamkeit zu schenken – für ein glückliches, gesundes und vitales Leben. Dabei verrät sie uns ihre persönlichen Darmschmeichler, Lebensmittel und Verdauungshelfer sowie alltagstaugliche und schmackhafte Rezepte für einen glücklichen Darm.



Was tun, wenn der Darm streikt?

Probiotika sinnvoll einsetzen



5.
überarbeitete
Auflage

Anita Frauwallner
Was tun, wenn der Darm streikt?
Probiotika sinnvoll einsetzen
140 Seiten, Softcover
durchgehend 4-farbig
Grafiken, Bilder und Illustrationen
16 x 23 cm
€ 16,00 (D), € 16,50 (A)
ISBN: 978-3-9505274-8-3

Thema: Darmgesundheit



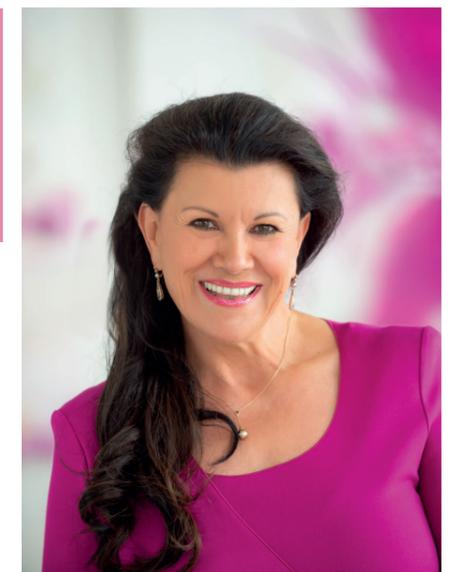
DALASA
VERLAG

Die Expertin für Darmgesundheit hat **Bewährtes aus der Ganzheitsmedizin und die neuesten Erkenntnisse aus der Forschung zu einem interessanten und leicht verständlichen Ratgeber zusammengestellt.**

Die Gesundheit sitzt im Darm, das wissen wir. Dennoch leiden mehr als 59% der Menschen in den westlichen Ländern unter Verdauungsproblemen. Ob es nun die Verstopfung ist, der man mit Verzweiflung und den kuriosesten Hausmitteln den Kampf ansagt, oder das Reizdarmsyndrom, das immer mehr Menschen aufgrund starker Schmerzen bis in die Arbeitsunfähigkeit treibt: Häufig ist die Schulmedizin ratlos bei diesen chronischen Beschwerden, die selten eine Krankheit als Ursache haben, jedoch die Lebensqualität massiv mindern. Anita Frauwallner nimmt sich der Frage mit fundierter Sachkenntnis an.

Anita Frauwallner
... leitet seit 30 Jahren das „Institut AllergoSan“, ein österreichisches Unternehmen, das in Kooperation mit zahlreichen europäischen Universitäten wissenschaftliche Forschungsarbeit im Bereich der probiotischen Medizin leistet. Sie ist Präsidentin der „Österreichischen Gesellschaft für probiotische Medizin“ und Autorin zahlreicher Bücher zum Thema „Darm“.

- **Große Bekanntheit der Autorin aus Rundfunk und TV**
- **Gezielt den Darm durch Ernährung und gezieltem Einsatz von Probiotika unterstützen**
- **Der Klassiker seit 2011 in 5. überarbeiteter Auflage**



Der Darm

Unser Jungbrunnen



Anita Frauwallner
Der Darm
Unser Jungbrunnen
96 Seiten, Broschur
durchgehend 4-farbig
Bilder und Illustrationen
16 x 23 cm
€ 16,00 (D), € 16,50 (A)
ISBN 978-3-7088-0830-7

Thema: Jungbrunnen



DALASA
VERLAG

„Wenn Sie Ihren Darm hegen und pflegen und mit seinen Lieblingsspeisen füttern, hält dieser Sie im Gegenzug fit, vital und jung.“

„Je vielfältiger die Ernährung, desto vielfältiger das Darmmikrobiom“, weiß die Darmexpertin Anita Frauwallner, die seit über 30 Jahren am Darm und seinen Bewohnern forscht. Der Stand der Forschung zeigt: Ein gesunder Darm verbessert Ihre mentale und körperliche Fitness, Konzentration und Erinnerungsvermögen. Er verringert Ihre Infektanfälligkeit und reduziert Entzündungsvorgänge. Er hält Sie jung. Mit 30 darmfreundlichen Rezepten gelingt es Ihnen ganz unkompliziert, Ihr Mikrobiom zu stärken und Ihren Jungbrunnen zu aktivieren.

Aktivieren Sie den Jungbrunnen in sich!

- **Der wahre Jungbrunnen liegt im Darm**
- **Gezielt die Darmbesiedelung optimieren und jung bleiben**
- **Gesunder Darm: ganz einfach mit den besten Rezepten der Darmexpertin**



Sven-David Müller und Almut Müller

Anleitung zum entspannten Leben

Wie Sie entspannt, glücklich, gesund und ohne Müdigkeit durch eine aktive Zukunft gehen.



Sven-David Müller, Almut Müller
Anleitung zum entspannten Leben

152 Seiten, Klappenbroschur,
durchgehend 4-farbig
Fotos und Illustrationen
16 x 21 cm
€ 18,00 (D), € 18,50 (A)
ISBN: 978-3-9505274-0-7

Thema: Ratgeber



DALASA
— VERLAG —

Sven-David Müller und Almut Müller zeigen, welchen Einfluss Stress und Anspannung auf unsere Gesundheit haben und welche Rolle dabei der Darm spielt.

Eine gesunde Ernährung und Entspannung sind der Weg zu mehr Lebensfreude und Wohlbefinden. Stress und ein aus der Balance geratener Darm wirken sich auf den gesamten Stoffwechsel aus. Aktuelle Studien zeigen, dass sogar die seelische Stimmungslage vom Darm beeinflusst wird. In einfachen Schritten und Anleitungen machen die Autoren klar, wie wir achtsamer mit uns umgehen, Stress vermeiden, Entspannung und Schlaf finden und welchen Einfluss gesunde Ernährung auf unser Wohlbefinden hat. Hier erfahren Sie, wie Sie Verantwortung für sich und Ihre Gesundheit übernehmen.

Das sollten Sie sich wert sein!



© Privat

Sven-David Müller

... ist studierter sowie promovierter Naturwissenschaftler mit den Schwerpunkten Gesundheit und Ernährungsmedizin. Er zählt mit 210 Buchtiteln (14 Sprachen) zu den erfolgreichsten Ernährungsratgeber- Autoren. Er wurde für seine Verdienste um die Volksgesundheit – im Bereich Ernährungsaufklärung – mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet. Nach seinen Ausbildungen zum staatlich anerkannten Diätassistenten und Diabetesberater der Deutschen Diabetes Gesellschaft folgten Studien in der angewandten Ernährungsmedizin und im Bereich Gesundheitswissenschaften. Die Warschau Management Universität ernannte ihn zum Honorarprofessor am Institut für Gesundheitsmanagement.



© Privat

Almut Müller

... , gehört zu den bekanntesten Entspannungspädagoginnen und psychologischen Beraterinnen in Deutschland. Nach einem Studium der Pädagogik (Schwerpunkte Psychologie und Erwachsenenbildung) arbeitet sie seit vielen Jahren in der Bildungsarbeit mit Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern. Sie schloss erfolgreich eine Ausbildung zur Entspannungstherapeutin, psychologischen Beraterin sowie ein Studium der Germanistik ab. Freiberuflich arbeitet sie seit vielen Jahren erfolgreich als Coach und Entspannungstrainerin.

Kontakt

Dalasa GmbH

Schopenhauerstraße 52
A-1180 Wien

Tel./Fax: +43 (0)664 8419379

E-Mail: info@dalasa.com

Verlagsvertretung

Verlagsagentur E. Neuhold OG

Erich Neuhold & Wilhelm Platzer
An der Kanzel 52
A-8046 Graz

Tel.: +43 (0)664 – 91 653 92

Fax: +43 (0)810 – 9554/464886

E-Mail: buero@va-neuhold.at

Website: www.verlagsagentur-neuhold.at

Auslieferung

Österreich

MOHR MORAWA
Buchvertrieb Gesellschaft mbH
Sulzengasse 2
A-1230 Wien

Tel.: +43 (0)1 – 680 14 – 0

Fax: +43 (0)1 – 688 71 30

E-Mail: bestellung@mohrmorawa.at

Bestellservice Tel.: +43 (0)1 – 680 14-5

Deutschland und Schweiz

HEROLD Fulfillment GmbH
Raiffeisenallee 10
D-82041 Oberhaching

Tel.: +49 (0)89/613 871 – 22

Fax: +49 (0)89/613 871 – 20

E-Mail: service@herold-fulfillment.de

Website: www.herold-fulfillment.de