

# atento

Magazyn o konsekwentnie naturalnej uważności

Wydanie wiosna 2022

## Kwiaty, liście Łodygi, korzenie

Tylko to co najlepsze dla włosów

## Nowy moduł szkoleniowy

Analiza kolorystyczna satuscolor

## Widzimy czarno!

...ponieważ farbujemy czarnym

NOWOŚĆ: Basis Czarny







Mag. Michaela Bauer  
Akademia CULUMNATURA®

## Wprowadź kolory do swojego doradztwa...

Willi Luger ogłosił już w ostatnim numerze roku jubileuszowego 2021, że powoli odsuwa się w cień, a artykuł wstępny **atento będzie od teraz tworzony przez członków zespołu CULUMNATURA®**. My, w Akademii CULUMNATURA® bardzo się cieszymy, że możemy podjąć się tego zaszczytnego zadania w pierwszym numerze roku 2022, numerze, który toczy się wokół kolorowego świata oraz **najciemniejszej mocy koloryzującej satuscolor FARB ROŚLINNYCH DO WŁOSÓW**.

W naszej Akademii szkolenia z koloryzacji farbami roślinnymi obok naturalnej pielęgnacji skóry i włosów są podstawą do pracy w zawodzie fryzjerki i fryzjera NATURALnego. Poza tym jest to również najbardziej popularny moduł szkoleniowy cieszący się zawsze dużą frekwencją. Praca z roślinnymi farbami do włosów oferuje tak wiele wspaniałych możliwości i jest czystą przyjemnością – spróbuj, będziesz zafascynowana. Jeśli już pracujesz z nimi rutynowo i chciałybyś się bardziej wgłębić w temat podczas konsultacji z klientami, teraz masz możliwość poszerzenia swojej wiedzy na temat kolorów – z **nowym szkoleniem „Analiza**

**kolorystyczna satuscolor”**. Wraz z naszymi kompetentnymi fachowymi szkoleniowcami miesiącami rozwijaliśmy i udoskonaliliśmy ten moduł. Nasza praca okazała się strzałem w dziesiątkę, ponieważ jest to optymalne uzupełnienie dotychczas zdobytej wiedzy.

O co dokładnie chodzi w tym module, możesz dowiedzieć się na kolejnej stronie.

Ponadto w tym wydaniu zaprezentujemy Ci rewolucję w świecie kolorów farb roślinnych:

**CZARNY!** Z naszym najnowszym produktem **Basis Czarny** fryzjerki i fryzjerzy NATURALni będą mogli podziwiać na włosach swoich klientek i klientów najciemniejszą siłę koloru!

My już cieszymy się ogromnie, że będziemy mogli zafascynować wielu miłośników czarnego farbowania oraz że będziemy mogli Cię powitać na naszym module dokształcającym „**Analiza kolorystyczna satuscolor”**!

.....

Michaela & Twój team CULUMNATURA®

Od 1996 roku jesteśmy producentem konsekwentnie naturalnych bio certyfikowanych produktów do skóry i włosów jak również szczerym partnerem fryzjerek i fryzjerów NATURALnych oraz certyfikowanych **praktyków skóry i włosów CULUMNATURA®**. Są oni holistycznie kształceni przez **Akademię CULUMNATURA®** w odznaczonym przez państwo przedsiębiorstwie z siedzibą w Ernstbrunn (okolice Wiednia). Łączymy piękno z naturalnością chroniąc przy tym wszystkie stworzenia i Matkę Ziemię. Konsekwentnie. Naturalnie. Szczerze.



NOWY MODUŁ SZKOLENIOWY

## Podróż do świata kolorów

Kolory wzruszają, uskrzydłają i inspirują. One sprawiają, że nasze życie jest kolorowe i – pełne życia. Również emocje mogą być wyrażone poprzez barwy: Podkreślenie naszego podstawowego typu kolorystycznego za pomocą odpowiedniego doboru kolorów odzieży, włosów lub biżuterii mogą m.in. prowadzić do większej pewności siebie i sprawić, że będziemy promienieć.

Fryzjerki i fryzjerzy NATURALni oraz praktycy skóry i włosów CULUMNATURA® są codziennie konfrontowani z kwestiami **doboru właściwego koloru** a także stworzenia idealnych mieszanek naszych **FARB ROŚLINNYCH DO WŁOSÓW satuscolor**.

Poza uwzględnieniem życzeń klienta, optymalna konsultacja powinna stać na pierwszym miejscu, co obejmuje określenie typu podstawowego. Aby do tego celu dać fryzjerom NATURALnym idealną wiedzę, Akademia CULUMNATURA® oferuje od kwietnia 2022 r. moduł dokształcający **Analiza kolorystyczna satuscolor**. Podstawą tego typu konsultacji jest wiedza na temat **satuscolor kręgu kolorów CULUMNATURA®**, który przedstawia zarówno **intensywność** jak i **kierunek koloru**. Nicole Didier, która jest fachowym szkoleniowcem i m.in. prowadzi ten nowy moduł jest zdania, że wiedza o kolorach czterech pór roku jest kluczem do określenia typu podstawowego. Za pomocą kolorowych chust, które kolejno przewieszane są klientom przed lustrem, określa się który kolor według najważniejszych kryteriów "skóra, włosy i oczy" odpowiada mu najbardziej. Poprzez klasyfikację na jasne lub ciemne, chłodne lub ciepłe kolory, możliwe jest również przyporządkowanie do poszczególnych pór roku – i voilà: W efekcie

końcowym można przypisać "typ wiosenny-letni-jesienny lub zimowy" (albo typ mieszany). Wartościowym dodatkiem do tej wiedzy jest praca z **działaniem i znaczeniem kolorów** na poziomie emocjonalnym: Jeśli masz dodatkową wiedzę w tej dziedzinie, twoje doradztwo może stać się jeszcze bardziej dogłębne, mówi Nicole Didier. Absolutnie podstawowa wiedza to rozróżnienie pomiędzy aktywnymi kolorami (czerwony, pomarańczowy, żółty), kolorami pasywnymi (zielony, niebieski, fioletowy) i kolorami neutralnymi (brąz, czerni, biel, szary). Jeśli nie miałaś jeszcze z tą dziedziną do czynienia, to wczytaj się w dostępne na rynku lektury (tip książki od Nicole Didier: "Das große Buch der Farben" autorstwa Klausbernda Vollmara). Ale niezależnie od tego, czy zajmujesz się kolorami **intensywnie** czy po prostu pozwalasz im działać **intuicyjnie** – w swojej podróży przez świat kolorów z pewnością zdasz sobie sprawę, że są one integralną częścią życia i podkreślają nasze emocje.

Jeśli znasz ich siłę znaczenia oraz posiadasz niezbędną podstawową wiedzę na temat nauki o kolorach i typach kolorystycznych, Twoje konsultacje z klientami mogą stać się intensywnie radośnymi przeżyciami odbioru koloru włosów. Więc tak, uwielbiamy kolory!

ANALIZA KOLORYSTYCZNA SATUSCOLOR\*

Szkolenie dokształcające od kwietnia 2022!

Zameldowanie: [culumnatura.com](https://culumnatura.com)

\*Szkolenie dotyczy wyłącznie w języku niemieckim.

Nowe szkolenie

## Typy pór roku

### TYP WIOSNA

jasny, klarowny, żółty i świeży  
Nosi: jasne kolory. Żółty z żółtym podtonem.

### TYP LATO

jasny, różowy, niebieski, delikatny  
Nosi: jasne kolory. Srebrny z niebieskawym podtonem.

### TYP JESIEŃ

ciemny, ciepły, ziemisty i kolory złota, ciężki  
Nosi: ciemniejsze kolory. Żółty z żółtym podtonem.

### TYP ZIMA

Ciemny, klarowny, niebieski, lodowaty, żywy, świecący  
Nosi: ciemniejsze kolory. Srebrny z niebieskawym podtonem.



# Kwiaty, liście, łodygi, korzenie

## Tylko to co najlepsze dla Twoich włosów

Świadomość, że konwencjonalne farby do włosów mogą szkodzić fryzjerom i klientom jest coraz większa, a wraz z nią presja na producentów, aby coś zmienili. Ci z kolei coraz częściej stawiają na "Green Communication" (komunikacja zorientowana na „zielone wartości”) – ale uwaga: najczęściej na etykiecie jest napisane coś innego niż to, co jest zawarte w środku. Dlatego szczególnie ważne są dla naszych **satuscolor FARB ROŚLINNYCH WŁOSÓW 100% naturalne składniki roślinne** z kwiatów, liści, korzeni i łodyg. Części roślin są zbierane w warunkach najwyższej jakości, suszone, a następnie sproszkowane.

**Ale jak różnie „koloryzują” chemiczne i roślinne farby do włosów?**

W przypadku **konwencjonalnej koloryzacji**, początkowo bezbarwne środki wnikają w najgłębsze partie włosów, gdzie nadtlenek wodoru najpierw niszczy naturalne pigmenty melaniny. Dopiero wtedy

różne składniki barwiące reagują ze sobą i pożądane barwiące pigmenty osadzają się pomiędzy pasmami keratyny.

W przypadku **roślinnych farb do włosów**, sproszkowane części roślin tworzą jakby glazurę wokół trzonu włosa wiążąc się głównie z zewnętrzną warstwą łusek. Z jednej strony, kolor jest trwały dzięki różnym ładunkom, a z drugiej strony przez naturalny środek konserwujący „kwas garbnikowy” (patrz ramka dodatkowa). Pigmenty barwiące w barwiących roślinach naturalnych są niewidoczne i nawet uzyskana po zmieszaniu z wodą destylowaną (60-70 stopni) pasta barwiąca ma inne zabarwienie niż wynik końcowy. Efekt kolorystyczny rozwija się za-

tem tylko dzięki tlenowi uwalnianemu z powietrza, podczas gdy działa na substancję organiczną (skórę lub włosy). Kwas garbnikowy powoduje, że roślinne składniki aktywne oraz barwniki osadzają się na włosie, wygadając go i pielęgnując. Przyczepność wzmacnia włosy i tworzy długotrwały połysk. Ogólnie rzecz biorąc, włosy stają się mocniejsze i bardziej odporne!

Roślinne farby do włosów są zatem szczególnie łagodne dla włosów i generalnie nadają im pełnego siły wyglądu. W zależności od struktury włosa, jego gęstości i grubości, jak również doboru koloru, czas działania koloryzującej mieszanki wynosi od 8 do 60 minut. Jeśli więc koloryzujesz swoje włosy roślinnymi farbami, przyjmij świadomie i wiedz, że dzięki temu oferujesz swoim włosom najzdrowszy oraz najbardziej naturalny program pielęgnacyjny jaki istnieje!

.....

## KWAS GARBNIKOWY

**Kwas garbnikowy lub garbnik (tanina) występuje w częściach roślin takich jak liście, kora, korzenie, drewno i owoce.**

**Jako naturalny środek konserwujący chroni przed gniciem i szkodnikami.**

**W satuscolor FARBACH ROŚLINNYCH DO WŁOSÓW łączy się z białkiem skóry i włosów. To sprawia, że struktury keratyny stają się bardziej gęste > tworzy się warstwa ochronna i odcina podłoże odżywcze dla zarazków oraz bakterii; włosy są wzmocnione w swojej strukturze a funkcje skóry głowy są regulowane.**

**Dobry przy: swędzeniu głowy, stanach zapalnych, wypadaniu włosów!**

## Dobrze wiedzieć!

1. Roślinne farby do włosów to znacznie więcej niż henna! Składają się one z różnych naturalnych barwników z różnych części roślin: kwiatów, liści, łodyg, korzeni. Paleta kolorów leży od blond, przez rudości, aż po intensywne brązy!
2. Zachowane są naturalne różnice kolorystyczne, szczególnie przy naturalnych włosach. W każdym przypadku, rezultatem jest indywidualny, harmonijny kolor włosów, który idealnie podkreśli Twój typ!
3. Jaśniejsze barwienie nie jest możliwe! Jednak w przypadku białych lub bardzo jasnych włosów, można stworzyć wspaniały blond!
4. Roślinne farby do włosów są również bezpieczne dla kobiet w ciąży i dzieci!
5. Drogi oddechowe, ręce, skóra głowy i włosy pozostają zdrowe > przyjemna atmosfera pracy dla fryzjera i klienta!
6. Ponieważ czyste farby roślinne do włosów są organiczne, środowisko jest również szczęśliwe. Oraz: rezultaty kolorystyczne są bezwonne!
7. Roślinne farby do włosów są odporne na działanie czynników zewnętrznych, takich jak słońce, słona woda czy chlor!



# Kolory pełne blasku

## Z siły roślin

W 2012 na rynku pojawiły się wykreowane przez Williego Lugera **FARBY ROŚLINNE DO WŁOSÓW satuscolor**. Zanim do tego doszło, minęło intensywne 2,5 roku, w ciągu których codziennie spędzał wiele godzin w laboratorium, testując najróżniejsze wykreowane mieszanki, farbując pasemka, przyjmując do wiadomości porażki i odrzucając nieudane receptury. W końcu jednak, we współpracy z naszymi **fachowymi szkoleniowcami CULUMNATURA®** udało mu się stworzyć **szeroką gamę najwyższej jakości roślinnych farb do włosów**, które w pełni odpowiadają wysokim wymogom jakości i praktyczności. FARBY ROŚLINNE WŁOSÓW satuscolor oferują **niezrównaną siłę krycia** jak również trwałość oraz posiadają certyfikat kosmetyków NATURALNYCH. Regularne kontrole przeprowadzane przez państwowy organ kontrolny agroVet gwarantują, że farby te składają się **wyłącznie z naturalnych składników** i nie zawierają żadnych syntetycznych dodatków. Tym, co szczególnie wyróżnia **satuscolor** to niemal nieograniczony wybór odcieni kolorów. Szeroki asortyment obejmuje różne kolory bazowe i dodatki, które są doskonale zharmonizowane oraz **mieszalne ze sobą**.

Oprócz złotych i popielatych blond tonów, piękne świetliste czerwienie i ziemiste brązy jak również przyciągające wzrok kolory takie jak miedziany, żółty i niebiesko-fioletowy także są możliwe. Tym samym dla każdego typu, można stworzyć całkiem indywidualny, dopasowany kolor włosów. Doświadczeni fryzjerzy NATURALNI, którzy pracują z FARBAMI ROŚLINNYMI WŁOSÓW satuscolor, wiedzą również, jak optymalnie używać jaskrawych efektów kolorystycznych: żółtego, zielonego i granatu, aby nadać włosom żywego charakteru. Nasze farby roślinne do włosów obalają uprzedzenia, że farby ziołowe mają niewystarczającą siłę krycia. Zarówno ciemne jak i jasne tony pokrywają bez trudu nawet białe włosy i dają

siłę, pełnię oraz naturalny połysk. Ponieważ prawidłowe przechowywanie farb roślinnych do włosów jest niezbędne dla ich trwałości, w 2018 roku zostało opracowane praktyczne, ekologiczne a zarazem dekoracyjne opakowanie. Oszczędzające miejsce oraz chroniące od wilgoci i światła **puszki** z cynowanej blachy zapewniają naszym FARBOM ROŚLINNYM DO WŁOSÓW satuscolor doskonałą opcję do ich przechowywania. **Ręcznie rysowane** przez rosyjską artystkę Ekaterinę ilustracje tworzą ozdobną i przyjazną szatę graficzną puszek. Rysunki te zostały wykonane specjalnie dla **CULUMNATURA®** i przedstawiają składniki zawarte w produkcie.

Pomimo już bardzo bogatej palety kolorów i wspaniałych rezultatów kolorystycznych, kontynuacja badań nad tematem farb roślinnych do włosów jest przez Williego Lugera nadal praktykowana. W przyszłości będzie w dalszym ciągu poświęcał czas nad opracowywaniem perfekcyjnych receptur oraz rozwojem i optymalizacją istniejących kolorów. Celem jest zainspirowanie jeszcze większej liczby osób do **siły Natury** i tym samym chronienie ich zdrowia oraz naszego środowiska.



## To może satuscolor FARBA ROŚLINNA DO WŁOSÓW



UTRZYMUJĄCA SIĘ  
ŚWIELISTOŚĆ KOLORU!



PERFEKCYJNE POKRYCIE  
BIAŁYCH WŁOSÓW!



PROMIENNE  
BLOND TONY!



NATURALNY  
POŁYSK!





# Widzimy czarno!

...ponieważ farbujemy czarnym!

Projektowanie, sprawdzanie, doszlifowywanie i mieszanie oraz ponownie mieszanie! Rok 2022 poświęciliśmy stworzeniu receptury bardzo wyjątkowej roślinnej farby do włosów i ostatecznie jesteśmy zachwyceni efektem najciemniejszego koloru w naszej paletce kolorów: CZARNYM!

W najnowszym produkcie satuscolor Basis Czarny najbardziej kryjący kolor znajduje teraz swoją doskonałość formy! Zarówno w czystej postaci jak i zmieszany z kolorami efektami takimi jak satuscolor Efekt Granat lub satuscolor Basis Rubin Ciemny jest naszym highlight produktem 2022.

Ale która roślina jest głównie odpowiedzialna za ten kolor?

W przeważającej części to liście rośliny pochodzącej z Jemenu, *buxus dioica*, zwanej również katamem, która wraz z liśćmi indygo i wiele innymi częściami roślin jest mieszana do



perfekcji, aby mogła powstać „jak najbardziej naturalna ciemność”.

Cieszymy się ogromnie z naszym Basis Czarnym z tego wyjątkowego osiągnięcia i jesteśmy pewni, że moc głębokiej czerni zachwyci również Ciebie!

## Która roślina jak koloryzuje?

Główne składniki naszych roślinnych farb do włosów:

- **HENNA** - *Lawsonia Inermis* (liście): pomarańczowo poprzez ciemną czerwień do brązu
- **KATAM** - *Buxus Dioica* (liście): ciemne tony/często przechodzące w fiolet
- **INDYGO** - *Indigofera tinctoria* (liście & łodygi): zielone do ciemnych tonów/niebieskawe
- **ŁUPINY ORZECHA WŁOSKIEGO** - *Juglans Regia*: brązowe tony
- **KORZEŃ RABARBARU** *Rheum Palmatum*: blond tony
- **HENNA NEUTRALNA** - *Cassia Obovata* (liście): nadaje połysk i siłę (neutralna)
- **KORZEŃ ALKANNY BARWIEJSKIEJ** - *Alkana Tinctoria*: efekty kolorystyczne od fioletowego do ciemnego fioletu lub niebieskiego
- **KORZEŃ KURKUMY** - *Curcuma Longa*: delikatne do intensywnych żółci lub jasne efekty kolorystyczne
- **KWIAT RUMIANKU** - *Chamomilla Recutita*: jasne do efektów blond
- **OWOC LIŚCIOKWIATU GARBNIKOWEGO (AMLA)** - *Emblica Officinalis* / **MARZANA BARWIEJSKA** - *Rubia Cordifolia* (korzeń): różne odcienie czerwieni

Wskazówka: Składniki roślinne uzyskują swoją moc barwiącą zawsze w proporcji mieszania z innymi barwnikami roślinnymi!

**Jak widzisz, Natura bawi się wszystkimi kolorami – wykorzystaj to!**

## Składnik NO-GO p-Fenyleneodiamina

Czarne tatuaże z henny nie istnieją!

Po raz kolejny przedstawiamy składnik no-go, który szczególnie w grupie zawodowej fryzjerek i fryzjerów powoduje ogromne szkody dla zdrowia: **p-FENYLENODIAMINA – w skrócie PPD**. W przypadku tej substancji chodzi o kryształki chemiczne, które w kontakcie z **powietrzem utleniają się** i ciemnieją. W ten sposób PPD służy konwencjonalnym koloryzacjom jako „zmiękczac” nasady włosów, przez to, że rozbija łuski i reaguje z nadtlenkiem wodoru i innymi barwnikami. Pierwotnie czerwony barwnik henny z naturalnym spektrum kolorów od czerwonego, poprzez pomarańczowy i maksymalnie brązowy, poprzez dodanie PPD pozwala uzyskać tony takie jak ciemno brązowy, czy nawet czarny.

Dlatego mówi się: **PPD jest substancją szkodliwą**, która znajduje się również w spalinach oraz w dymie papierosowym i jest jedną z kancerogennych – tj. rakotwórczych – substancji. Podejrzewana jest przede wszystkim o wywoływanie u fryzjerów raka pęcherza moczowego. Jakby tego było mało podczas kongresu dermatologów w San Francisco w roku 2006 substancja ta została ogłoszona największym alergenem kontaktowym roku: silne piekące swędzenie, zaczerwienienie, obrzęk i łuszczenie się skóry są częstymi objawami jej stosowania. Zakłada się, że **około 3% społeczeństwa silnie reaguje** na tą substancję!

Również zwana potocznie „**Black Henna Tatoos**” (czarna henna do tatuaży), która bez dodatku PPD nie mogłaby istnieć, wywołuje często i gęsto reakcje alergiczne. Poprzez bezpośredni kontakt ze skórą może dojść do silnej reakcji skóry, która może się rozprzestrzenić na całym ciele i powodować **trwające** latami, bądź nawet **nieuleczalne** szkody.

Tym warto jest podkreślenia, jak bardzo jest ważne aby uświadamiać, że henna sama w sobie jest dobroczynnym, w żadnym wypadku szkodliwym produktem! Tu nasz apel: Zawsze informuj się o składnikach zawartych w produkcie – jeśli takich informacji brak lub pojawia się składnik "phenylenediamine", albo jego skrót PPD – lepiej poszukaj wtedy bardziej zaufanego producenta!

W przypadku wystąpienia alergii kontaktowej skonsultuj się z Twoim lekarzem lub zgłoś niepożądane skutki do odpowiedniego urzędu kontroli.

Źródła (w j. niem.): <https://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Verbraucherschutz/Kosmetika/Permanente-Tattoos---Black-Henna--Tattoos-.html>  
<https://naturalbeauty.de/fakten/du-kommst-hier-nicht-rein-du-kommst-hier-nicht-rein-p-phenylenediamin/>



Oto nasz  
Team



## Patrycja

ZASTĘPCA KIEROWNICTWA SERWISU

W naszym ekologicznym pensjonacie czystość, funkcjonalność pokoi oraz ich wyposażenia to sprawa oczywista i dlatego ma dla nas najwyższy priorytet.

Moim zadaniem jest wraz z moimi koleżankami z zespołu, zatroszczyć się o to, żeby pomieszczenia były w optymalnym stanie, aby każdy gość czuł się w nich komfortowo. Obejmuje to zarówno planowanie prac pań sprzątających, dzięki którym nasze pokoje błyszczą każdego dnia, jak również organizacja prac konserwacyjnych i napraw. Ponadto, bardzo chętnie zajmuję się analizą informacji zwrotnych od naszych gości oraz procesem reklamacji. Gdy chcesz się zameldować lub wymeldować, znajdziesz mnie, zwłaszcza przed południem, w recepcji. Tutaj witam i żegnam naszych gości. Naszym celem oraz największą przyjemnością jest, gdy goście mogą w pełni delektować się naszym ekologicznym, naturalnym otoczeniem, gdy odjeżdżają zadowoleni, gdy nas polecają i przede wszystkim, gdy wkrótce ponownie nas odwiedzają.

ÖKOLOGISCHES  
Gästehaus Luger

KRASNAŁ CULUMNI



## CULUMNATURA®

odwiedziła Wrocław z okazji inauguracji krasnała Culumni.

Na polskim rynku uwieńczeniem roku jubileuszowego **25- lecia CULUMNATURA®**, było z pewnością odświeżenie przy Zespole Szkół Zawodowych nr 5 we Wrocławiu **krasnała fryzjera NATURALnego – Culumni**. Zaczniemy jednak od początku. Od stycznia 2019 **CULUMNATURA®** współpracuje z tą wrocławską szkołą, w której pod opieką Iwony Leńczowskiej, nauczyciela zawodu i szkoleniowca **Akademii CULUMNATURA®**, na dodatkowych zajęciach w salonie naturalnym, przekazywana jest w teorii i praktyce filozofia firmy. Wszystko po to, aby młodzi ludzie mogli poznać zdrową alternatywę dla zawodu fryzjerki i fryzjera. Zrodził się więc pomysł stworzenia symbolu tejże współpracy. A że piękny Wrocław z krasnami słynie, więc i **CULUMNATURA®** zapragnęła mieć własnego... a nawet dwa! Projekt krasnała fryzjera NATURALnego wykonał Tomasz Moczek, twórca pierwszych wrocławskich krasnali z brązu. Stworzył on dwa bliźniacze krasnale: jeden zadamowił się na terenie firmy w Ernstbrunn, a drugi został odświeżony w przyszkolnym ogrodzie 28 października 2021 r i tam też zamieszkał. Liczni, zaproszeni goście byli zachwyceni ideą tej uroczystości, a ze strony **Izby Rzemieślniczej** usłyszeliśmy słowa wyrażające chęć współpracy i propagowania **zdrowego fryzjerstwa NATURALnego w branży fryzjerskiej**. Cieszymy się ogromnie na tę współpracę i jesteśmy przekonani, że fryzjerstwo NATURALne będzie w Polsce rosnąć w siłę. Wszystko po to, aby dzięki konsekwentnym, naturalnym i szczerym kosmetykom NATURALnym wspierać zdrowie fryzjerek i fryzjerów, ich klientów, a co najważniejsze chronić Matkę Ziemię.

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej, zapraszamy na naszego bloga: [www.culumnatura.pl](http://www.culumnatura.pl)

## Kurkuma

Cudowne dzieło natury

Intensywnie jaskrawa, żółto-pomarańczowa bulwa ma to coś: W kuchni ajurwedyjskiej kurkuma (łac. *curcuma longa*) jest doceniana od tysięcy lat i jest również znana jako superfood. Najpopularniejsza przyprawa z Azji Południowo-Wschodniej – zwana również szafranem indyjskim, ostrzyżem, szafranicą, żółcieniem lub żółtym imbirem nadaje proszkowi curry jego charakterystyczny kolor. Kurkuma zyskała całkiem zasłużenie przydomek „cudu leczniczego”: mówi się, że zapobiega rakowi, chorobie Alzheimera, łagodzi depresję, pomaga w zaburzeniach żołądkowo-jelitowych, obniża wysokie ciśnienie krwi, zmniejsza stany zapalne i wiele innych. Liczne badania dotyczące tej cudownej rośliny wykazały jej szczególnie przeciwzapalne działanie. Dzięki temu może łatwo konkurować z popularnymi lekami, takimi jak na przykład aspiryna. Potwierdzono również, że zawarta w niej kurkumina poma-

KURKUMA

Zawarta w  
satuscolor  
FARBACH ROŚLINNYCH  
DO WŁOSÓW



ga zwiększyć przyswajalność tłuszczów w diecie, a według indyjskiej Akademii Neurologicznej przy regularnym przyjmowaniu znacząco łagodzi symptomy choroby Alzheimera. Najlepszy sposób działania kurkuminy rozwija się w dawce 5 mg dziennie, a w połączeniu z czarnym pieprzem i tłuszczem poprawia się jej przyswajalność przez jelita. Zatem: chwytaj za kurkumę!

Uwaga: ponieważ kurkuma może zmienić kobiecy poziom estrogenu, kobiety w ciąży i matki karmiące powinny spożywać ją w ograniczonych ilościach!

.....

## Dał z soczewicą i groszkiem

przepis Sabine Urschel, fachowego szkoleniowca modułu

Odżywianie bogate w składniki witalne

- |                                     |                                                    |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------|
| → 3 cebule                          | → 1/2 łyżki kminu rzymskiego                       |
| → 15 g imbiru                       | → sól, pieprz                                      |
| → 4 łyżki oleju tłoczonego na zimno | → 100 ml bulionu warzywnego                        |
| → 4 łyżki mielonej kurkumy          | → 800 ml wody                                      |
| → chili do smaku                    | → ewentualnie 100 ml śmietany lub mleka kokosowego |
| → 250 g żółtej soczewicy            | → optymalnie świeży korzeń kurkumy                 |
| → 250 g groszku                     |                                                    |

Tak to się robi:

Cebulę obrać i posiekać w drobną kostkę, imbir zetrzeć na drobno. Podgrzać 1 łyżkę oleju, poddusić na nim cebulę i imbir, następnie wsypać kurkumę. Dodać soczewicę, chili, zalać wszystko 800 ml wody i zagotować. Gotować na średnim ogniu ok. 12 minut bez przykrycia. W drugim garnku rozgrzać 1 łyżkę oleju, dodać groszek, kmin oraz 100 ml mocnego bulionu warzywnego i dusić przez 5 min pod przykryciem. Następnie groszek przełożyć do garnka z soczewicą oraz doprawić solą oraz pieprzem. Gotowy dał można udoskonalić 2 łyżkami oleju, śmietaną lub mlekiem kokosowym.

Zwróć uwagę  
na składniki  
w jakości bio!



SMACZNEGO!

# Akademia CULUMNATURA®



## Wykształcenie na praktyka skóry i włosów CULUMNATURA®

Szkolenia są skierowane do fryzjerek/fryzjerów i kosmetyczek. Koncepcja szkoleń obejmuje przekazywanie rzetelnej wiedzy, ćwiczenia praktyczne i otwiera dostęp do naturalnego sposobu pracy i życia. Moduły są autonomiczne i mogą

być rezerwowane indywidualnie.

Czas trwania każdego modułu: 2 1/2 dnia.

**UWAGA: na zielono zaznaczyliśmy moduły, które oferujemy w języku polskim i na terenie Polski!**

### Pielęgnacja skóry i włosów

Moduł ten polecamy jako pierwszy krok do świata CULUMNATURA®, dodatkowo jest bazą dla wszystkich pozostałych modułów. Odkryj razem z nami różnorodność możliwości zastosowania produktów NATURALNYCH. Po pozytywnym ukończeniu tego modułu będziesz uprawniony do pracy w swoim salonie z naszymi produktami do pielęgnacji skóry i włosów CULUMNATURA® oraz otrzymasz wyłączność na ich dystrybucję.

02.04.2022 - 04.04.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

28.05.2022 - 30.05.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

**19.03.2022 – 21.03.2022, PL 50-527 Wrocław**

### Roślinne farby do włosów CULUMNATURA®

Szara teoria jest dobra i ważna, ale my kładziemy dużą wagę na barwną praktykę. Przy tym wspólnie odkryjemy różnorodny asortyment czysto roślinnych farb do włosów – oraz sposoby pracy z nimi. Będziesz oczarowany ich działaniem. Ponadto przekonasz się, że praca z roślinnymi farbami do włosów zasadniczo różni się od tej z farbami z syntetycznymi dodatkami. Z tego powodu ukończenie tego modułu jest warunkiem by móc pracować z **roślinnymi farbami do włosów CULUMNATURA® satuscolor**.

02.04.2022 - 04.04.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

14.05.2022 - 16.05.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

**09.04.2022 – 11.04.2022, PL 50-527 Wrocław**

### Skóra

09.07.2022 - 11.07.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

### Włosy

20.08.2022 - 22.08.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

### Świadomie(j) żyć

07.05.2022 - 22.05.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

### Odżywianie bogate w składniki vitalne

18.06.2022 - 20.06.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

### Masaż głowy

30.04.2022 - 02.05.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

### Trening doradczy

24.09.2022 - 26.09.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

Zapisy:  
[culumnatura.pl](https://culumnatura.pl)  
Informacje:  
[polska@culumnatura.at](mailto:polska@culumnatura.at)

### MODUŁY DOKSZTAŁCAJĄCE

#### Farby roślinne do włosów

##### CULUMNATURA® dla zaawansowanych

Wymogi: pomyślne ukończenie modułu szkoleniowego Roślinne farby do włosów CULUMNATURA® satuscolor i 6 miesięcy praktycznego doświadczenia z roślinnymi farbami do włosów satuscolor.

26.03.2022 - 28.03.2022, DE-78112 St.Georgen

#### Uważne strzyżenie włosów – wszystkimi zmysłami

21.05.2022 – 23.05.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

#### Analiza kolorystyczna satuscolor

09.04.2022 – 11.04.2022, AUT-2115 Ernstbrunn

stempel salonu



Wydawca:  
CULUMNATURA®  
Wilhelm Luger GmbH  
E-Werkgasse 13, A-2115 Ernstbrunn  
Tel.: +43 664 964 59 12  
[polska@culumnatura.at](mailto:polska@culumnatura.at)

[culumnatura.pl](https://culumnatura.pl)

### Impressum:

Nakład: 21 000 egz.

Grafika i design: EINSigartig OG, Druk: Arspol Sp. z o.o.

Ilustracja na okładce: Blagovesta Bakardjewa / carolineseidler.com

Wilhelm Luger GmbH nie ponosi żadnej odpowiedzialności za artykuły oznaczone nazwiskiem. Zastrzega się możliwość wystąpienia zmian oraz błędów w druku!

