

Protokoll der Zertifizierung der Teeserie „naturverliebt“ von TeeGschwendner

Basierend auf der Formel Froböse – deren Grundlage der Dreiklang aus Bewegung, Ernährung und Regeneration bildet- spielt die Teeserie „naturverliebt“ von TeeGschwendner eine wesentliche Rolle im Bereich der Regeneration und der Ernährung, ganz besonders in der darin enthaltenden Unterkategorie Trinken. Sie wurde zusammen mit Prof. Froböse entwickelt, um Körper und Geist optimal in ihren Bedürfnissen zu unterstützen. Es gibt die Sorten „naturruhe“, „naturkraft“, „naturfokus“, „naturrein“, „naturstoffwechsel“ und „naturschönheit“, die je nach Inhaltsstoffen verschiedene Funktionen des Körpers fördern. Außerdem wird jede Teesorte mit Bewegungsangeboten abgerundet, deren Anleitungen man in einem dazu gereichten Booklet oder in entsprechenden Videos auf der Homepage findet. Damit kann das Wohlbefinden nachhaltig gesteigert werden und dieses ganzheitliche Konzept entspricht dem Dreiklang der Formel Froböse.

Von zentraler Bedeutung sind der Formel Froböse ihre Qualitätsansprüche. Produkte und Dienstleitungen wurden vorab umfassend auf die Qualitätskriterien **einfach, natürlich, individuell, wissenschaftlich** und **effektiv** überprüft.

Eine Übersicht der betrachteten Kriterien finden Sie im Anhang an dieses Protokoll.

einfach – Die Teereihe lässt sich gut in den Alltag integrieren, da Teetrinken für viele Menschen zu ihrer täglichen Routine gehört und auch ansonsten keine ersichtlichen Hindernisse vorhanden sind. Es wird ausführlich erklärt, welchen Nutzen die einzelnen Teesorten mit sich bringen und wann man sie am besten in den Tag einbaut. Auch die Übungen werden verständlich erklärt und sind ohne Vorkenntnisse mit Hilfe der Videos umzusetzen.

Daher bekommt „naturverliebt“ für den Qualitätsanspruch **einfach** 4 von 4 Punkten.

natürlich – Dieser Qualitätsanspruch lässt sich in zwei Teilbereiche aufschlüsseln. Einerseits, wie sich das Produkt auf das Individuum auswirkt und andererseits bezogen auf die Herkunft bzw. Herstellung des Produktes.

Die Teesorten orientieren sich an den grundlegenden Bedürfnissen und dem Biorhythmus des Menschen. Sie sind auf bestimmte Aufgaben des Lebens abgestimmt und unterstützen damit das Wohlbefinden.

Die „naturverliebt“ Serie wird getreu ihrem Namen produziert und zeichnet sich daher durch Bio-Qualität und natürliche Inhaltsstoffe aus. Außerdem legt TeeGschwendner großen Wert auf eine nachhaltige Herstellung ihrer Tees. So gewannen sie 2017 den Green Franchise Award, der die Themen Ökologie, Ökonomie, Kultur und Soziales thematisiert.

Daher bekommt „naturverliebt“ für den Qualitätsanspruch **natürlich** 4 von 4 Punkten.

individuell – Die vielfältige Produktpalette der „naturverliebt“ Serie macht es möglich, den Anforderungen jedes Einzelnen zu genügen und ihn individuell zu unterstützen. Für „Neu-Teetrinker“ können die unterschiedlichen Wirkungen der Tees eine kleine Hürde darstellen, aber die einfachen Beschreibungen erleichtern den Einstieg in das unbekannte Terrain.

Die Übungsbeschreibungen sollen Anreize schaffen, sich mit einem aktiven Lebensstil auseinanderzusetzen.

Daher bekommt „naturverliebt“ für den Qualitätsanspruch **individuell** 3 von 4 Punkten.

wissenschaftlich belegt – Konkrete Studien zu der betrachteten Teeserie gibt es nicht. Allerdings beruhen die Zusammensetzungen der Teesorten auf Wirkungen der einzelnen Inhaltsstoffe, die wissenschaftlich angesehen werden. Im Rahmen dieser Prüfung konnten allerdings nur einige Zusammenhänge überprüft werden. So zeigen Studien, dass L- Theanin, welches besonders in grünem Tee enthalten ist, sich positiv auf das individuelle Stresslevel ausübt und auch den Blutdruck senken kann (Yoto et al., 2012; White et al. 2015). Beispielsweise ist die Wirkung der im weißen Tee steckenden Antioxidantien ebenfalls anerkannt.

Da wesentliche Wirkungen wissenschaftlich bestätigt sind, bekommt „naturverliebt“ für den Qualitätsanspruch **wissenschaftlich belegt** 4 von 4 Punkten.

effektiv – Ein Punkt wird an dieser Stelle nicht vergeben, da es keine explizite Studie gibt, die gezielt die Effektivität der einzelnen Teesorten nachweist. Da Teetrinken allgemein gut für den Flüssigkeitshaushalt ist und die Erholung fördert, kann es das subjektive Wohlbefinden eines jeden steigern. Die „naturverliebt“- Tees sind einerseits lecker und andererseits sprechen sie verschiedene Geschmäcker an. Deswegen motivieren sie, insbesondere in Kombination mit den Übungen, zur langfristigen Nutzung für ein vitales Leben. Zudem gibt es im Internet zahlreiche positive Erfahrungswerte von Testern.

Daher bekommt „naturverliebt“ für den Qualitätsanspruch **effektiv** 3 von 4 Punkten.



Qualitätsprüfung nach der Formel Froböse: „naturverliebt“

Handlungsanweisungen liegen vor

ja

nein

Qualitätsansprüche¹:

einfach

Kriterien:	▪ Es ist leicht in den Alltag zu integrieren	✓
	▪ Es sind keine umfangreichen Vorkenntnisse nötig	✓
	▪ Die Handlungsanweisungen sind gut zu verstehen	✓
	▪ Es ist benutzerfreundlich gestaltet	✓

natürlich

Kriterien:	▪ Es unterstützt die natürlichen Bedürfnisse des Menschen	✓
	▪ Es ist mit dem individuellen Biorhythmus gut vereinbar	✓
	▪ Es wird vorwiegend auf natürliche Stoffe in der Produktion wert gelegt	✓
	▪ Die Herstellung wird transparent dargelegt	✓

individuell

Kriterien:	▪ Handlungsanweisungen zeigen unterschiedliche Optionen auf	
	▪ Es ist unabhängig vom Kompetenzgrad anwendbar	✓
	▪ Es ist an die individuellen Gegebenheiten und Bedürfnisse anpassbar	✓
	▪ Jeder wird individuell durch das Produkt gefördert (ggf. auch durch Beratung)	✓

wissenschaftlich

Kriterien:	▪ Unterstützt durch Expertenmeinungen und Überzeugungen	✓
	▪ Es gibt Beobachtungen (oder Beobachtungsstudien) die Tendenzen aufzeigen, aber die Zusammenhänge nicht erklären	✓
	▪ Eine hochwertige Studie ohne Randomisierung zeigt positive Tendenzen auf	✓
	▪ Mindestens eine hochwertige randomisierte Studie oder Übersichtsarbeit bestätigt die Wirkung	✓

effektiv

Kriterien:	▪ Es kann das subjektive Wohlbefinden steigern (im Sinne der FF)	✓
	▪ Es erhöht die Motivation für eine langfristige Nutzung und ein vitales Leben	✓
	▪ Erfahrungswerte bestimmter Personengruppen bestätigen positive Effekte	✓
	▪ Es gibt wissenschaftliche Belege für die Effektivität des betrachteten Produktes	

Punktwert gesamt

18/20

Prozentwert gesamt

90%

„naturverliebt“

Bestanden²

¹ Jeder der fünf Qualitätsansprüche setzt sich aus vier Kriterien zusammen. Damit entspricht jedes Kriterium 25% eines Qualitätsanspruches.

² Es müssen mindestens 75% der Gesamtpunktzahl erreicht werden, um mit der Formel Froböse zertifiziert zu werden.

Welches Handeln unterstützt uns dabei, unsere Lebensqualität zu steigern und uns wohl zu fühlen?

Die Formel Froböse stellt basierend auf dem Dreiklang aus Bewegung, Ernährung und Regeneration den Wegweiser zu optimaler Lebensqualität und größtmöglichem Wohlbefinden dar, indem sie das individuell vorhandene Potential bestmöglich nutzt und auf Selbstbestimmung und Eigenverantwortung setzt. Dieser Dreiklang untergliedert sich des Weiteren in sechs Themenfelder, die persönlichen Umweltfaktoren und den Qualitätsanspruch. Im Rahmen des Prüfverfahrens wird größter Wert auf die Einhaltung der Qualitätskriterien gelegt und es ist grundlegend, dass Optimismus, Motivation, Achtsamkeit, Spaß und Rhythmus vermittelt werden. Jedes der sechs Themenfelder prägt uns und wir setzen uns –bewusst oder unbewusst –täglich damit auseinander. Darum stellen sie für jeden von uns Handlungsfelder dar, die wir gezielt beeinflussen können, um unsere Lebensqualität positiv zu verändern. Mehr Informationen unter www.formel-froboese.de.

