



Wellness

Sind Sie sauer? Tipp

Liebe Kundin
lieber Kunde

Im Frühling erwacht alles Leben neu. Es wird wieder wärmer und farbiger. Wie soll man da noch sauer sein? Was soll einem da noch über die Leber kriechen? Egal, wie man den Winter verbracht hat: der Frühling bleibt die ideale Jahreszeit für eine gründliche «Hausreinigung». Das Frühlingserwachen soll schliesslich nicht böse enden.

Wie Sie den Organismus am besten «ausmisten» und im Gleichgewicht halten können, erfahren Sie in diesem Wellness-Tipp, mit nützlichen Informationen zum Säure-Basen-Haushalt und zur Leberentgiftung.

Ihr Fachgeschäft

Gutschein Fr. 3.–

Gegen Abgabe dieses Gutscheins erhalten Sie ein
Basica Product
Fr. 3.– günstiger und eine
informative Broschüre
Gültig bis Ende Mai 2005 (solange Vorrat)

Jura Apotheke Eichenberger AG

Gutschein

Gegen Abgabe dieses Gutscheins erhalten Sie
5 Molke-Shake Sticks
à 26 g = 5 x 2,5 dl Drink
im Wert von Fr. 5.–
Gültig bis Ende Mai 2005 (solange Vorrat)

Jura Apotheke Eichenberger AG

Gutschein Fr. 8.40

Gegen Abgabe dieses Gutscheins erhalten Sie ein
Dr. Best / Odol Reiseset
für Fr. 9.80 (statt 18.20)
Gültig bis Ende Mai 2005 (solange Vorrat)

Jura Apotheke Eichenberger AG

Muttertagsgeschenk

Am Samstag, 7. Mai erhält jede Kundin

1 exklusives
Eau de Parfum
(solange Vorrat)

Jura Apotheke Eichenberger AG



Im Frühjahr beginnen viele Menschen mit einer Fastenkur/Diät und verzichten auf feste Nahrung – der Körper befindet sich im Ausnahmezustand. Ausreichende Zufuhr von Flüssigkeit und Bewegung ist essentiell, da der Abbau von Fettdepots saure Stoffwechselprodukte freisetzt welche entsorgt werden müssen.

In der Alltagshektik und im Berufsstress ist es nicht immer möglich sich basenreich zu ernähren. Auch hier kann der Säure-Basen-Haushalt durch die Zufuhr von hochwertigen basisch wirkenden Mineralstoffsupplementen ausgeglichen werden.

Erhältlich in Apotheken oder Drogerien. Verlangen Sie den Basica® Ratgeber.

- Yuma Molke**
- für die schlanke Linie
 - für die innere und äussere Schönheit
 - für mehr Fitness
 - für eine gute Verdauung
 - für rundum gesund

Molke Shake Stick 26 g und Molke Instant Beutel 750 g

Für jeden Geschmack die passende Mischung...

BIO Knospe Natur • Apfel-Kiwi (neu) • Ananas (neu) • Natur • Schokolade
Erdbeer-Himbeer • Exotic-Aloe Vera (neu) • Banane-Mango • Vanille
und Mocca-Cappuccino (coffeinfrei)

Erhältlich in Drogerien, Apotheken und Reformhäusern



Wohlfühlen beginnt mit Tee

Sidroga Wellness Fit und Rank
Wohlschmeckender Matetee mit Kräutern und Gewürzen.

Sidroga AG, 4800 Zofingen
Exklusiv in der Apotheke und Drogerie



Mehr Bewegung im Freien – setzen Sie neue Energien frei!

Viele fühlen sich im Frühjahr besonders kraftlos und müde. Die schnellen Klimawechsel kosten Kraft und machen es manchen besonders schwer, im Frühjahr die sportlichen Vorsätze umzusetzen.

Unterstützen Sie Ihren Körper und bewegen Sie sich vermehrt an der frischen Luft. Auch bei schlechtem Wetter macht sportliche Bewegung Spass.

Dynamisan leistet einen nachgewiesenen Beitrag bei der Regeneration belasteter Muskelstrukturen, unterstützt die Energieproduktion in den Muskelzellen und sorgt dafür, dass toxische Abfallstoffe wie Ammoniak über den Harnstoffzyklus verbessert ausgeschieden werden. Eine Dreiwochenkur mit Dynamisan forte kann also besonders im Frühling helfen, Ihre sportlichen Energien frei zu setzen!





Saure Basis

Sind Sie sauer? Auf den Organismus bezogen lautet die Antwort leider für immer mehr von uns: Ja! Wir essen zu fettig und zu süß. Und erst noch Nahrungsmittel, die zunehmend ärmer sind an Mineralien und Spurenelementen, weil wir sie auf Regen sauren Böden kultivieren, in Massen produzieren und «veredeln». Viele von uns rauchen, trinken zudem regelmässig Alkohol und bewegen sich zu wenig. Auch Hektik sowie seelische und körperliche Belastungen machen den Organismus sauer.

Dabei ist der menschliche Organismus von seiner ursprünglichen Anlage her eigentlich noch heute Basen gewohnt. Die Säure bildende Lebensweise von heute setzt ihm deshalb ganz besonders zu. Wenn man etwas grundlegend Gutes für seine Gesundheit tun will, achtet man deshalb am besten auf einen möglichst ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt. Absolut unentbehrlich für einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt und damit für körperliches Wohlbefinden schlechthin sind Mineralstoffe und Spurenelemente.

Mit diesen basischen Vitalstoffen versorgt man sich am Besten über eine ausgewogene Ernährung. Falls dies allein nicht ausreicht, etwa im Falle von erhöhter psychischer oder physischer Belastung, oder unausgewogener Ernährung, ist es ratsam, die Ernährung mit basischen Vitalstoffpräparaten zu ergänzen. Denn werden dem Organismus von aussen nicht genügend basische Stoffe zugeführt, greift er auf die Körper eigenen basischen Reserven zurück, zum Beispiel auf die Knochen, unser grösstes Basendepot. Mit den entsprechenden Substanzverlusten.

Wer chronisch übersäuert ist, riskiert Folgekrankheiten wie Rheuma, Nieren- und Gallenkrankheiten etc. Erste Symptome einer Übersäuerung sind Mundgeruch, Magenübersäuerung, Verstopfung, übermässiges Schwitzen oder Nackenschmerzen.

Basica ist ein geeignetes Präparat für den täglichen Säure-Ausgleich. Es enthält eine ausgewogene Kombination aus 12 basischen Vitalstoffen, für einen gesunden Körper und Geist. Basica gibt es als Mineralsalzpulver, Instant-Getränkepulver und Tabletten.


Entgiftungslabor Leber

Damit der Organismus gesund bleibt, ist er nicht nur auf das Gleichgewicht zwischen Säuren und Basen angewiesen. Genauso wichtig ist die Fähigkeit, überflüssige, im Bindegewebe abgelagerte, giftige und nicht mehr benötigte Stoffe wieder hinaus zu befördern bzw. herauszufiltern. Zentrales Organ in diesem Stoffwechsel- und Entgiftungsprozess ist die Leber.

Im Winterhalbjahr sammelt sich jeweils besonders viel Schlacke im Körpergewebe an. Da eine überlastete oder kranke Leber lange stumm bleibt, macht eine Entschlackungs- und Entgiftungskur im Frühling aber schon alleine deswegen Sinn. Wer die Leber bei ihrer Schwerstarbeit unterstützen will, sollte nicht nur genügend trinken (Wasser, Kräutertee, Frucht- oder Gemüsesaft, täglich zwei bis drei Liter), sondern auch gesund und leicht essen. Regelmässiges Entschlacken verhilft zu mehr Vitalität, erhöht die Leistungsfähigkeit von Körper und Geist und schützt den Organismus gegen Krankheiten.

Während einer Entgiftungskur verzichtet man am Besten einige Tage ganz auf Fleisch, Alkohol, Nikotin und Kaffee. Damit die Leber die erhöhte Filterleistung gut verkraftet, empfiehlt sich die ergänzende Anwendung eines entsprechenden Präparates.

Fragen zum Säure-Basen-Ausgleich oder zur Leberentgiftung? Antworten und weiter gehende Beratung erhalten Sie in unserem Fachgeschäft.



Gewinnen Sie 3 Wellness-Tage am Vierwaldstättersee für 2 Personen im Wert von Fr. 998.-



Entspannen und geniessen! Gewinnen Sie 3 Tage im **Hotel Graziella**, der «Wellness-Oase am Vierwaldstättersee in Weggis».

Ihr Wohlfühl-Programm

- Das Hotel: Willkommens-Drink, 2 Übernachtungen, Vollpension
 Die Wellness-Oase: Saunalandschaft mit Whirlpool, Fitness-/Gymnastikraum, Frühgymnastik (Wochentags)
 Die Behandlungen: Ein Wohlfühl-Crystal-Bad mit Entspannungsmassage, ein vitalisierendes Thalasso-Sprudelbad, eine Alpha-Massage mit Aromatherapie

Graziella

Hertensteinstrasse 132
 6353 Weggis / LU
 Tel. 041 392 78 78
 Fax 041 392 78 88
 www.graziella.ch

Wettbewerb

Bei welchen Nahrungsmitteln werden wir sauer?

- fettigen und süssen
 Früchten, Gemüse etc.

Von was wird die Leber entgiftet?

- von Schlacken
 von Algen

Wettbewerbston bis am 31. Mai 2005 in unserem Fachgeschäft abgeben. Viel Glück.

Name / Vorname:

Adresse:

PLZ / Ort:

Die Gewinner werden persönlich informiert. Es wird keine Korrespondenz geführt. Keine Barauszahlung des Gewinnes. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Die Neuheiten von LACTACYD® femina

Von LACTACYD® femina gibt es jetzt neu das einzigartige Mousse für die tägliche Intimhygiene im praktischen Dosierspender. Das Mousse sorgt für ein neuartiges, samtweiches Gefühl und unterstützt das physiologische Gleichgewicht im empfindlichen Intimbereich. Für mehr Komfort, Frische und Wohlbefinden.

Die beliebten Intim-Tüchlein von LACTACYD® femina gibt es jetzt neu auch für zu Hause im praktischen Multipack. Die weichen Tüchlein mit Milchsäure sorgen für ein gepflegtes Gefühl und Wohlbefinden zu jeder Zeit.

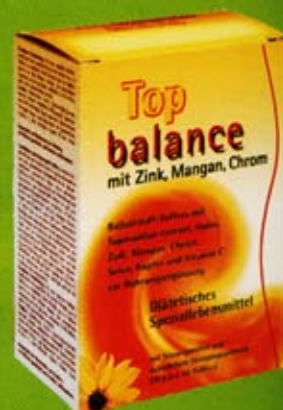
GlaxoSmithKline Consumer Healthcare AG

Immer hungrig? - Hat bisher alles nicht geholfen?

Sie sind fest entschlossen, Ihr Gewicht zu regulieren. Dabei sind Sie nicht auf kurzfristige Erfolge aus, sondern streben ein dauerhaftes «Wohlfühlgewicht» an. Mühsames Kalorienzählen liegt Ihnen ebenso wenig, wie komplizierte Diätpläne und eisernes Durchhalten.

Wir gratulieren Ihnen zu Ihrer gesunden Einstellung.

Top balance Topinambur-Toffees mit natürlichem Topinamburextrakt, Zink, Mangan und Chrom, helfen Ihnen auf vernünftige Art, Ihr Gewicht dauerhaft zu reduzieren und die Verdauung zu regeln. Für eine gute Figur!



Bon Fr. 5.-
 Anrechenbar beim Kauf einer
 Packung Top Balance