

reichsstadt
73441 Bopfingen - Hauptstraße 8
fon: 07362-96340 · fax: 07362-963419

engel
86720 Nördlingen - Marktplatz 19
fon: 09081-4634 · fax: 09081-9723

deiningertor
86720 Nördlingen - Deiningertor Str. 15
fon: 09081-29770 · fax: 09081-297714

unsere Vorträge

Naturheilkundliche Wege aus dem Stress

eine Hilfe auch für Diabetiker.
Montag, 19. Februar 2018, 20.00 Uhr

Diabetes Selbsthilfegruppe Nördlingen
Bürgermeister Reiger Straße. 14
Arthotel ANA Flair in Nördlingen

Dienstag, 13. März 2018 um 19.15 Uhr
Neue Wege, um die innere Ruhe zu finden.

in der Stadtapotheke zum Engel in Nördlingen
Die Teilnahmegebühr beträgt 15€, inkl. Seminarunterlagen und Getränke. 10 € für Kundenkarteninhaber.
Zwei Vorträge von Apothekerin Sonja Wirnharter

OSTERN!
Denken Sie an Ihre Lieben!

Wir haben in unseren Apotheken und in unserer Kosmetik viele kleine Ideen vorbereitet! Nutzen Sie den verkaufsoffenen Sonntag in Bopfingen am 18 März und genießen Sie die Zeit mit Sekt und Kaffee von 12.00-17.00 bei uns!

Am Marktsonntag, den 11. März sind wir in Nördlingen in der Stadtapotheke zum Engel dienstbereit.

Unsere Coupons- auch bei uns in der fellnerkosmetik* gültig!

<p>12.-17.02.2018</p> <p>10 % Rabatt</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>	<p>19.-24.02.2018</p> <p>10 % Rabatt</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>	<p>26.02.-3.3.2018</p> <p>10 % Rabatt</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>	<p>5.-10.3.2018</p> <p>10 % Rabatt</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>
<p>12.-17.3.2018</p> <p>10 % Rabatt</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>	<p>19.-24.3.2018</p> <p>10 % Rabatt</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>	<p>26.-31.3.2018</p> <p>10 % Rabatt</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>	<p>Marktsonntag Nördlingen</p> <p>15 % 11.03.2018</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* Engelapo *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>
<p>Frühjahrsmarkt Bopfingen</p> <p>15 % 18.3.2018</p> <p>auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl* *gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen</p>			
<p>Kennen Sie schon unseren Newsletter? Gerne schicken wir Ihnen die Informationen der APONEWS auch per mail. Das spart Kosten und schont die Umwelt. Geben Sie einfach Ihre Email-Adresse bei uns ab und holen Sie sich als Dankeschön einen 5€-Gutschein!</p>			

Aponews

fellnerkosmetik

guyotapotheken

2 / 3 2018

Starten Sie jetzt mit dem gesunden Leben.

Entschlacken, entgiften, entsäuern und das Immunsystem stärken. Außerdem noch dabei abnehmen? Wir helfen Ihnen dabei!

Die Gründe für's Abnehmen sind vielfältig, der Gesundheit zuliebe, weil wir uns wieder wohler und fitter fühlen wollen oder für die Bikini-Figur im Sommer... Kann man denn 3-5 Kilo in 10 Tagen abnehmen oder noch mehr in 3 Wochen? Und das ohne Jo-Jo-Effekt?

FRAGEN SIE BEI UNS NACH!



PORRIDGE!

Haferflocken zum Frühstück klingt erst mal langweilig. Liegt aber voll im Trend. Mit Beeren angereichert, ist es eine Vitaminbombe, die sich sehen lassen kann!

160g kernige Haferflocken, 1200 ml Wasser, 200 ml Vollmilch, Prise Salz. Haferflocken in der Pfanne kurz anrösten und die Milch-Wasser-Mischung einrühren. Zugedeckt 15 Min. köcheln lassen. Salz begeben und erneut unter Rühren 15 Min. köcheln lassen. Frische Beeren zugeben, die haben den niedrigsten Zuckergehalt und sind reich an Ballaststoffen für einen gesunden Darm!

GEWICHT IST KOPF-SACHE!!!

www.guyot-apotheken.de www.facebook.com/guyotapotheken



reichsstadt
73441 Bopfingen
fon: 07362-96340

engel
86720 Nördlingen
fon: 09081-4634

deiningertor
86720 Nördlingen
fon: 09081-29770

Wenn der Rachen Rot sieht!

Taucht das Kratzen und Brennen im Hals im Rahmen einer Erkältung auf, so verschwinden die Beschwerden meist nach wenigen Tagen wieder. Unangenehm ist es trotzdem.

Die hartnäckigen und zähen Erreger tummeln sich oft in unserer Umgebung: Auf Türklinken, Telefonhörern und Computertastaturen ebenso wie auf Haltegriffen in öffentlichen Verkehrsmitteln und Handläufen von Rolltreppen.

Wer sich also an einem belasteten Haltegriff festhält und danach ins Gesicht fasst, läuft Gefahr, dass die Erreger über die Schleimhäute von Mund und Nase in den Körper eindringen.

Sieben gute Tipps gegen Halsweh:

Viel trinken: Wichtig ist es, die Rachenschleimhaut feucht zu halten.

Gurgeln mehrmals am Tag mit Salbeitee. Salbei verfügt über entzündungshemmende Eigenschaften. Alternativ kann man auch mit Salzwasser oder Kamille gurgeln. (Kamillosan oder Emser Salz - das brennt nicht auf Nase und Mundschleimhaut)

Rauchen stoppen und **verqualmte Räume** meiden.

Luft befeuchten. Gegen sehr trockene Heizungsluft helfen Wasserschalen auf der Heizung oder spezielle Raumluftbefeuchter.

Halswickel machen: therapiebegleitend können heiße oder kalte Wickel den schmerzenden Hals besänftigen. Der Klassiker sind der kühle Quark- und der warme Kartoffelwickel.

Vereinbaren Sie Ihren individuellen Termin mit Wickelexpertin Christiane Drexler unter Telefon oder whatsapp 07362/96340.

Bonbons lutschen: Wer Halspastillen lutscht regt die Speichelbildung an und befeuchtet die Schleimhäute. Das allein ist schon Balsam für den entzündeten Rachen.

Optimal sind Halspastillen mit desinfizierenden, beruhigenden, feuchthaltenden Bestandteilen. (Dobendan direkt)



Unsere heißen Getränke bis 31.3. im Angebot

3 für 2

Heiße Zitrone mit oder ohne Zucker, heiße Beerchen, Ingwer Honig, heißer Winterapfel, Magnesium, Salbei Honig, Grüntee Limone uvm....



Wickel-expertin Christiane Drexler
Telefon oder whatsapp 07362/96340.

news und tipps

Mehr Energie durch Entsäuerung

Jetzt ist es auch wissenschaftlich belegt: Die Ergänzung von basischen Mineralstoffen erhöht die Pufferkapazität im Blut. So kann der Energiestoffwechsel der Zelle aktiviert werden. 2 mal täglich 1 Magnesiumcitrat 1 Stunde vor oder 2 Stunden nach dem Essen, optimal kombiniert mit Basenpulver zur Tiefenentsäuerung!

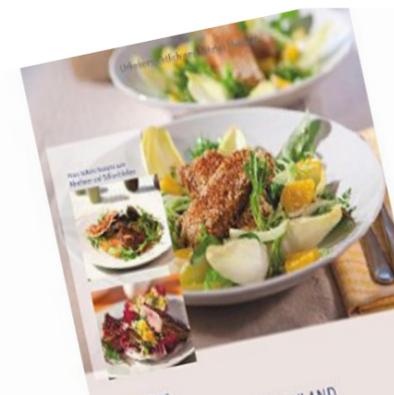


shit happens

Scheitern ist keine Katastrophe, sondern oft eine große Chance

Manchmal läuft es wirklich dumm im Leben, und auf gescheiterte private Projekte oder geflopte berufliche Modelle trifft „shit happens“ wirklich zu. Manchmal ist aber der Misserfolg auch die Chance nochmal neu anzufangen und diesmal intelligenter. Voraussetzung hierfür ist natürlich ein positiver Geist und Zuversicht. Das Gegenmittel zur lähmenden Angst, die Optimismus und Hoffnung zerstört, kann nur Zuversicht sein. Sie leugnet zwar nicht die Realität, die Abgründe, die Gefährdungen und Grenzen des Lebens, aber sie leugnet auch nicht das Potenzial, das in dieser Realität für jeden steckt.

klicken Sie doch mal rein: www.guyot-coaching.com



Immunstark mit uns!

Gerade am Ende des Winters, der bei uns kein richtiger war, gibt es viele Faktoren, die das Immunsystem fordern, zum Beispiel wechselhaftes Wetter - dann können Krankheitserreger ein leichtes Spiel haben. Generell ist der Körper auf eine ausreichende Versorgung mit Nährstoffen angewiesen, eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist die Basis. Je nachdem ist eine Ergänzung mit Mikronährstoffen sinnvoll und wirkt sich positiv auf die Erkältungssymptome aus.

Wir verlosen 5 immunstarke Koch-Sets, bestehend aus unserem Glasschneidebrett, einem Leichter Leben Kochbuch, einer Packung Vitamin C, einer Packung Zink und wertvollen Probiotika.

Was müssen Sie tun ?

Bewerten Sie uns bis zum 31.3.2018 auf facebook, google oder direkt auf den Teilnahme-kärtchen in unseren Apotheken.