

2. Quartal 2019



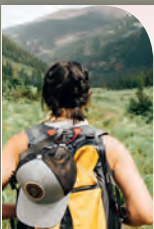
# ALLEE-APOTHEKE

für unsere Kunden zum Mitnehmen!



**April**

„Raus ins Grüne“



**Mai**

„Aktiv und  
draußen“



**Juni**

„Gutes  
Urlaubsfeeling“



Gesund  
mit uns...



## Liebe Kunden, liebe Leser,

auch in diesem Quartal erwarten Sie wieder viele besondere Düfte – in diesem Quartal insbesondere unser Frühlingsduft – ferner Angebote und Seminare. Um das Thema „Raus ins Grüne“ geht es im April. Grün ist auch die Pflanze des Monats, der Rosmarin. In der Aktionswoche gibt es die „Energie Plus Kur“ mit Schüßler Salzen zum Aktionspreis, und wer braucht nicht Energie?! Im Mai lautet unser Motto: „Aktiv und draußen“. Die Aktivität erhalten und unterstützen kann man wunderbar mit Schüßler Salzen, um die es in meinem Seminar geht. Im Juni stehen die Kinder im Mittelpunkt des Seminars und die Möglichkeiten der Homöopathie. Die Pflanzen des Monats Mai und Juni, mit ihren vielseitigen Einsatzmöglichkeiten und Wirkungen, sind die Rose und die Pfefferminze, zu denen wir natürlich auch entsprechende Angebote haben.



Ihre Apothekerin

**Birgit Köpps-Padberg** und das Team der Allee-Apotheke

Bevor ich näher auf die nächsten Monate eingehe, ein paar Neuigkeiten aus dem Team. Seit dem 1. Februar ist Frau Katja Gehlen wieder bei uns im Team. Sie war vom 1.1.2008-30.6.2008 als Pharmaziepraktikantin und anschließend fast zweieinhalb Jahre als Apothekerin bei uns im Team, bevor Sie für mehrere Jahre nach England ging. Neben Frau Winzker, ist Frau Gehlen meine zweite zuverlässige Vertretung für die Zeit, bis Frau Dr. Bente aus Ihrer Elternzeit zurückkommt. Ihre Beratungs- und Tätigkeitsschwerpunkte sind die Arzneimittelberatung, Rezeptkontrolle und die Dokumentation.



Am 1.3. startete Frau Sarah Olbrich in ihr sechsmonatiges PTA-Praktikum. Die PTA-Ausbildung dauert insgesamt 2,5 Jahre und umfasst eine zweijährige schulische Ausbildung an einer staatlichen oder staatlich anerkannten privaten Lehranstalt. Nach bestandener Prüfung folgt ein sechsmonatiges Praktikum in einer Apotheke, das mit einer mündlichen Prüfung endet. Bitte haben Sie ein wenig Geduld mit ihr, und sagen Sie uns Bescheid wenn Sie es besonders eilig haben.



## April

Unser April-Motto lautet:

## „Raus ins Grüne“



Ein Schmerz-Roll-on gegen muskuläre Schmerzen.



### Pflanze des Monats: Rosmarin

Viele kennen Rosmarin als Gewürz aus der Küche. Gerade jetzt in der Osterzeit z.B. für die leckeren Rosmarinkartoffeln oder auch am Lambraten. Das schmeckt lecker und man nutzt gleichzeitig die verdauungsfördernde und appetitanregende Wirkung des Rosmarins.

In der Medizin werden Rosmarinblätter innerlich als Tee (1 TL auf 150ml heißes Wasser, 15 Min. abgedeckt ziehen lassen, 3 - 4 Tassen täglich) bei funktionellen Magen-Darm-Beschwerden angewendet. Äußerlich als Vollbad (50g auf 100l) oder als Salben oder Tinkturzubereitung finden sie Verwendung, zur unterstützenden Therapie von rheumatischen Beschwerden und bei hypotonen Kreislaufbeschwerden. Rosmarin wirkt entzündungshemmend und durchblutungsfördernd. In der Schwangerschaft und bei Neigung zu Epilepsie sollte Rosmarin – auch als Öl – jedoch gemieden werden.

Verdünnt mit fettem Öl ist Rosmarin ein gutes Einreibemittel bei Nervenschmerzen, rheumatischen Beschwerden, Durchblu-

tungsstörungen und allgemeiner Abgespanntheit und wirkt nervenstärkend. In der Duftlampe wirkt der würzig, frische, kampferartige Duft anregend bei Erschöpfung, gedächtnisstärkend bei Unkonzentriertheit, konzentrationsfördernd bei Zerstreutheit.





**Aktionswoche vom 23.04. - 27.04.**

**Schüßler Salze: „Energie-Plus-Kur“ zum Aktionspreis**

Diese Kur kann Ihnen helfen, sich vital und leistungsfähig zu fühlen. Auch ein gelegentliches Tief kann überwunden werden. Die Kombination der Schüssler Salze Nr. 2, 5 und 7 unterstützt die Knochen, die Muskulatur, die Gehirnleistung, die Regeneration und die Nervenstärke.

Morgens: **6 Tabl. Nr. 2 Calcium phos. D6**  
Mittags: **6 Tabl. Nr. 5 Kalium phos. D6**  
Abends: **6 Tabl. Nr. 7 Magnesium phos. D6**

Je als „heiße Sieben“ – also in heißem Wasser auflösen und Schluck für Schluck trinken.

# Mai

Unser Mai-Motto lautet:

## „Aktiv und draußen“

**Pflanze des Monats: Rose**

Die Rose ist die Königin der Blumen, und besonders das Rosenöl hat ein sehr breit gefächertes Anwendungsgebiet. Hauptcharakteristikum ist jedoch die harmonisierende Wirkung auf die Seele. Bei tiefer Trauer, Kummer und Leid, die über Jahre das Herz verhärten und die Gefühle abgestumpft haben, ist Rose das ideale Mittel. Sie wirkt antidepressiv, herz- und nervenstärkend und hilft ebenso bei Menstruationsbeschwerden, wie bei Fieber und Kopfschmerzen. Ferner hat Rosenöl stark hautpflegende und wundheilungsfördernde Wirkung. In der Duftlampe verströmt der faszinierende, blumige Duft des Rosenöls Freude, unbefangene Heiterkeit und Liebeszauber, die unseren ganzen Körper durchdringen und uns tief in unserem Herzen berühren. Depressionen, Kummer und Schmerz „verfliegen“.

Äußerlich ist Rosenwasser ein altbewährtes Heil- und Pflegemittel. Es kann für Waschungen und Einreibungen verwendet werden und hilft bei nervösen Verspannungen, Gefühlskälte und Kopfschmerzen. Es ist sehr hautpflegend. Rosensalbe oder Rosenöl in Verdünnung mit fettem Öl ist bei allen Hauttypen zu verwenden. Es hilft besonders spröder und alternder Haut und hat einen stark regenerativen Charakter. Rosen-Essenz ist ein hervorragender Zusatz für stimulierende, ausgleichende Körperöle und Vollbäder.

Für die innerliche Anwendung kann man 1 TL getrocknete Blütenblätter auf 150 ml heißes Wasser 5 - 8 Min. abgedeckt ziehen lassen (mit Honig gesüßt) nehmen, bei übermäßigen Monatsblutungen, Schwindelgefühlen und Kopfschmerzen. Er hat aber auch eine herz- und nervenstärkende Wirkung.

Die hautpflegende und wundheilungsfördernde Wirkung des Rosenöls nutzen wir unter anderem in unserem Rose-Teebaum-Balsam.

Um die Salze des Lebens – die Schüßler Salze geht es in meinem Seminar am 23.5.

Begründer der Biochemie bzw. der Therapie mit Schüssler Salze ist Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler (1821-1898) der postulierte: „Gesund bleiben kann ein Mensch nur, wenn er die Mineralstoffe in der erforderlichen Menge und im richtigen Verhältnis besitzt.“

**Mai**  
**Zum Aktionspreis:**  
**10% Rabatt auf Rosenhydrolat & Rose-Teebaum-Balsam**  
aus unserer Aromatherapieserie

Rosenhydrolat: erfrischend, hautpflegend und entspannend.  
Rose-Teebaum-Balsam: wundheilend, antiinfektiös.



**Die Therapie mit Schüssler Salzen sieht wie folgt aus:**

Durch Zufuhr der mangelnden Stoffe in homöopathischer Verreibung wird der Mangel ausgeglichen und die Störung aufgehoben, bzw. die Krankheit geheilt. Die Selbstheilungskräfte werden durch die Schüssler Salze aktiviert und harmonisiert.

**Hier ein paar Beispiele:**

**Stark für Knochen & Gelenke**, außerdem das Salz für Bänder, Binde- und Stützgewebe: **Calcium fluoratum D12 Nr. 1**

**Infektionen & Fieber** werden im Anfangsstadium positiv durch **Ferrum phosphoricum D12 Nr. 3** beeinflusst. Anregung des Immunsystems. Bei Zahnfleischentzündung, Blutarmut, Eisenmangel und ideal nach anstrengenden körperlichen Leistungen.

**Energiespender** bei Erschöpfung durch Krankheit: **Kalium phosphoricum D6 Nr. 5** Gewebeaufbau, Regulation des Stoffwechsels. Bei Herz- und Muskelschwäche.

**Krämpfe & Koliken**, überempfindlich, anfällig: **Magnesium phosphoricum D6 Nr. 7** als beruhigendes Nervensalz.

Weitere Informationen, Beispiele und Tipps gebe ich natürlich in meinem Seminar.

### Seminar

**„Salze des Lebens – Schüßler Salze“**

am Donnerstag, den **23.05.2019**  
von **19.00** bis **21.00 Uhr**

Ort: Unser neuer Seminarraum im  
1. Stock der Allee-Apotheke

Kostenbeitrag: 10,- €  
Anmeldung erforderlich bis 21.05.2019



Referentin: Apothekerin  
Birgit Köpps-Padberg

Gesund  
mit uns...

Juni  
Zum  
Aktionspreis:  
10% Rabatt auf  
Pfefferminzpastillen

# Juni

Unser Juni-Motto lautet:

## „Gutes Urlaubsfeeling“

### Pflanze des Monats: Pfefferminz

Pfefferminzblätter sind wirksam bei krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Bereich sowie der Gallenblase und Gallenwege. 2 - 3 TL auf 150ml lässt man 10 Min. ziehen und trinkt täglich 3 - 4 Tassen. Achtung bei Gallensteinleiden sollten Sie Rücksprache mit dem Arzt halten. Ansonsten ist auch ein Dauergebrauch risikofrei. Die Wirkung homöopathischer Mittel wird durch Pfefferminze aufgehoben oder zumindest stark vermindert.

In der Aromatherapie hat das Pfefferminzöl eine breite Anwendung und eine besondere Eigenschaft: Es wirkt auf die kälteempfindlichen Nerven, was sich nach Einnahme oder Einreibung durch ein spürbares Kältegefühl bemerkbar macht. Durch das folgende erwärmende, sogar leicht brennende Gefühl kommt seine schmerzstillende und krampflösende Eigenschaft zum Tragen, die besonders bei Bronchitis, Erkältungen, Husten und Kopfschmerzen eine schnelle Linderung bewirkt. Äußerlich angewendet hilft es auch bei Rheuma, Hexenschuss, Gelenkschmerzen, Muskelkater, Insektenstichen und gegen Juckreiz.

In der Duftlampe hat Pfefferminzöl einen frischen, reinen Duft, der bei geistiger Erschöpfung und Überarbeitung wieder einen klaren Kopf macht und die Konzentrationsfähigkeit erhöht. Äußerlich angewendet wird vor allem die krampflösende, entzündungshemmende und schleimlösende Wirkung des Pfefferminz-Öls spürbar, und zwar bei fast allen Erkältungskrankheiten, Grippe, Heiserkeit, hartnäckigem Husten, Bronchitis und Kopfschmerzen.

Wichtig: nicht bei Säuglingen und Kleinkindern anwenden.

*Für Säuglinge und Kleinkinder haben wir andere gute Alternativen, sowohl im Bereich unserer Produkte aus der Aromatherapie, als auch aus dem Bereich der Schüssler Salze und der Homöopathie.*



### Gesunde Kinder:

Schon in der Schwangerschaft gilt dem Kind die größte Sorge. Wer denkt nicht: „Hoffentlich ist es gesund“. Auch wenn die Kinder älter werden, lässt die Sorge um die Gesundheit der Kinder nicht nach. Als Eltern kann man viel tun, um die Gesundheit der Kinder zu fördern. Bewegung, Sport, Fürsorge und natürlich gesunde Ernährung. Früh macht man sich auch Gedanken, welche Arzneimittel bei Erkrankungen geeignet sind. Auch dies beginnt in der Regel schon in der Schwangerschaft, da ja viele Arzneimittel dort nicht verwendet werden dürfen, um das Kind im Mutterleib nicht zu gefährden. Viele lernen dort die Homöopathie kennen und schätzen. Für Kinder sind Homöopathische Mittel ideal: Richtig ausgewählt, helfen sie kleinen Patienten schnell bei seelischen Nöten, sowie bei körperlichen Beschwerden und stärken darüber hinaus auch die natürlichen Selbstheilungskräfte. Näheres dazu in meinem Seminar.

## Seminar „Homöopathie für Kinder“

Donnerstag, den **20.06.2019**  
von **19.00** bis **21.00 Uhr**

Ort: Unser neuer Seminarraum im  
1. Stock der Allee-Apotheke

Kostenbeitrag: 10,- €  
Anmeldung erforderlich bis 18.06.2019



Referentin: Apothekerin  
Birgit Köpps-Padberg



## ALLEE-APOTHEKE

Allee-Apotheke  
Apothekerin Birgit Köpps-Padberg  
Deisterallee 12 • 31785 Hameln  
Telefon 0 51 51 / 2 20 21  
Fax 0 51 51 / 4 48 16  
www.allee-apotheke-hamelnde  
mail@allee-apotheke-hamelnde

Wir sind für Sie da von:  
Mo. - Fr. von 8.00 - 13.30 Uhr  
und 14.30 - 18.30 Uhr  
Sa. von 8.00 - 13.00 Uhr

Bildnachweis:  
© Gary Bendig @www.unsplash.com  
© Photocreo Bednarek @www.fotolia.com  
© Holly Mandarich @www.unsplash.com  
© Janko Ferlic @www.unsplash.com