

1. Quartal 2013



ALLEE-APOTHEKE

für unsere Kunden zum Mitnehmen!

Liebe Kunden,

der neue Jahresflyer liegt für Sie bereit!

Trotz sorgfältiger Durchsicht hat sich ein Tippfehler eingeschlichen:

Das Bachblüten-Seminar findet am **19.11.2013** statt.



Januar

„Gesund genießen...“



Februar

„Bleiben Sie in Bewegung“



März

„Frisch in den Frühling“

Gesund mit uns...



Liebe Kunden, liebe Leser,

wir wünschen Ihnen für das neue Jahr ...

- 365 Tage ... an denen nur für SIE die Sonne aufgeht, und nachts der Mond am Himmel steht.
- 365 Tage ... mit vielen glücklichen Minuten, Stunden und Tagen, aber auch kritischem Denken und Fragen.
- 365 Tage ... die Ihr Leben reicher machen und angefüllt sind mit Freude und Lachen.
- 365 Tage ... angefüllt mit Illusionen, Träumen und vielen Ideen, begleitet von Menschen, die Sie wirklich verstehen.
- 365 Tage ... mit dem Mut, was Sie denken dann auch zu sagen, und auch mal etwas Neues zu wagen.
- 365 Tage ... die nicht sinnlos verstreichen, denn in einem Jahr können Sie so viel erreichen.
- 365 Tage ... an denen sie wirklich leben und begreifen und erfassen, dass sie nur dieses eine Leben haben.
- 365 Tage ... die Sie wirklich nutzen, um zu leben und es nicht nur verstreichen lassen, Ihr Leben!
- 365 Tage ... an denen Sie viel erleben, und auch mal auf Wolke 7 schweben.
- 365 Tage ... mit Menschen und Freunden, die Sie verstehen, und zusammen mit Ihnen durch das neue Jahr gehen.



Wir möchten Sie in diesen 365 Tagen gerne mit Rat und Tat begleiten und haben wieder viele neue Aktionen, Vorträge und Angebote für Sie. Fragen Sie auch nach unserem neuen Jahresflyer. Hier nun aber Näheres zu den nächsten drei Monaten und auf einen guten Start ins neue Jahr.

Ihre Apothekerin

Birgit Köpps-Padberg und das Team der Allee-Apotheke

Januar

Unser Januar-Motto lautet:

„Gesund genießen...“

Aktionstag: 15.01.2013 Produkte aus der Aromaküche, Probieraktion in der Apotheke

Seminar „**Aromaküche**“ **25.1.2013** von 9.00 bis 12.00 Uhr
Referentin: Ilka Zurmühlen, Aromaexpertin/-therapeutin
Kostenbeitrag: 15,- €, begrenzte Teilnehmerzahl

Das Seminar zum Thema „Aromaküche“ macht unser „Kräuterhexlein“ Ilka Zurmühlen. Sie ist u.a. Aromatherapeutin und seit fast 20 Jahren bei uns als PTA in der Allee-Apotheke.

Ätherische Öle werden jetzt zum Einsatz in die Küche gebeten. Noch steht die Verwendung von ätherischen Ölen in Speisen und Getränken ganz am Anfang. Dabei sind sie geradezu ideal dafür. Die Aromen von Pflanzen entfalten sich in deren ätherischen Ölen optimal, und bieten damit eine fantastische Möglichkeit zum Würzen von Speisen und ergänzen die frischen Kräuter/Gewürze



in der Küche. Und sie verlieren auch nicht so schnell ihr Aroma, wie zuletzt genannte.

Allerdings ist ihre Würzkraft um ein vielfaches stärker. Man benötigt wesentlich kleinere Mengen beim Würzen mit ätherischen Ölen. Daher erfordert es auch ein wenig „know-how“, damit umzugehen.

In unserem Seminar erfahren Sie wertvolles über ätherische Öle, deren Qualität, Hinweise zu deren Einkauf, und was man über deren Umgang in der Küche wissen muss. Rezepte und ein paar Genüsse für Nase und Gaumen runden unser Seminar ab.

Januar
Zum Aktionspreis:
50% Rabatt
 auf **Gewürzöle**
 aus unserer Aromatherapieserie

Vortrag am 23.01.2013 um 19.30 Uhr Stress lass nach!
„Das richtige Essen für gute Laune und ein starkes Nervenkostüm“.

„Oh je, jetzt soll ich mich bei meinem ganzen Stress auch noch um 's Essen kümmern.“ Ja, weil's gut tut! Wer im Alltag stark eingespannt ist, kann mit gutem Essen dafür sorgen, dass er im Lot bleibt. Welche Lebensmittel helfen meinem Immunsystem? Hilft das Glas Wein beim Entspannen? Was ist dran an der „Nervennahrung“? Wie kann ich bei den Mahlzeiten Kraft tanken?

Anregungen von Antje Müller, Diplom Oecotrophologin vom Studio für Ernährungsberatung



Referentin: Antje Müller,
 Diplom Oecotrophologin

Februar

Unser Februar-Motto lautet:

„Bleiben Sie in Bewegung“

Für unseren Vortrag am **20.02.2013** um 19.30 Uhr „Erkrankungen und Verletzungen der Schulter – Was tun?“ konnten wir als Referenten Prof. Dr. med. Stefan Hankemeier, Chefarzt Orthopädie und Unfallchirurgie gewinnen.



Referent Prof. Dr. med.
 Stefan Hankemeier, Chefarzt
 Orthopädie und Unfallchirurgie

Bei der Recherche im Internet fand ich folgende Bewertungen:

„Prof. Hankemeier und sein Team sind absolute spitze! Ich habe mich sehr gut aufgehoben gefühlt! Habe keine oder nur noch sehr selten Schmerzen in meiner Schulter. Werde mit der anderen Schulter auch bald zu ihm kommen, um operiert zu werden. Es hat alles wunderbar funktioniert!“

„Klare Empfehlung! Hat uns sehr geholfen, obwohl andere Ärzte schon aufgegeben hatten. Sehr kompetent und freundlich. Beantwortet geduldig und versiert ALLE Fragen, die ein Patient so hat. Wir fühlten uns nicht nur fachlich sondern auch menschlich allerbestens aufgehoben!“

Von daher können wir sicherlich einen interessanten Vortrag erwarten.



Massage des Monats:

Schulter-Nacken-Massage Teilkörperwellnessmassage zum Lösen von Verspannungen. Speziell durch Büroarbeit Geplagte wissen längst: Eine Massage von Schultern und Nacken wirkt entspannend und befreit den Kopf. Spannungskopfschmerz kann vorgebeugt werden, und das allgemeine Wohlbefinden wird deutlich gesteigert. Durch eine gezielte Massage der verspannten Zonen werden die Muskeln wieder in Balance gebracht.

Preis 15,-€, Dauer 20 min. Termin nach Vereinbarung

Februar
Zum Aktionspreis:
50% Rabatt
 auf **Gelenkwohl**
 aus unserer Aromatherapieserie

Gesund
mit uns...



März

Unser März-Motto lautet:

„Frisch in den Frühling“

Aktionstag: 12.03.2013 Finden Sie Ihren Style – typgerechte Make up Beratung in Theorie und Praxis mit unserer Kosmetikerin Kristin Heinemeyer. Sichern Sie sich Ihren Termin!
Kostenbeitrag: 10,-€.

Ob tageslichttauglich für helle Frühlingstunden oder nachaktiv für lange Sommerabende – mit der dekorativen Kosmetik von Korres bleibt Schönheit immer natürlich.

Frau Kristin Heinemeyer, PKA und Kosmetikerin berät Sie und legt Ihnen ein professionelles Tages Make up auf.

Korres natural products hat seine Wurzeln in der ältesten homöopathischen Apotheke Athens. Seit der Gründung im Jahr 1996 strebt Korres natural products die Entwicklung wirksamer und verträglicher Produkte an und stützt sich dabei auf die in der Apotheke erworbenen, umfangreichen wissenschaftlichen Erkenntnisse.

Die Produkte sind mineralölfrei, denn sonst oft verwandte Mineralöle tragen zur Verstopfung der Poren bei und beeinträchtigen die natürlichen Funktionen der Haut.

In Korres natural products werden sie daher durch pflanzliche Öle guter Qualität und hoher Hautverträglichkeit ersetzt. Auf Popylenglykol wird verzichtet, da es allergieverdächtig ist. Silikone, die nicht biologisch abbaubar sind, werden durch spezielle Verbindungen pflanzlicher Öle ersetzt, die eine samtweiche, nicht ölige Beschaffenheit besitzen und sehr hautverträglich sind. Sie werden leicht von der Haut adsorbiert, ohne die Poren zu verstopfen, und besitzen exzellente nährnde und feuchtigkeitsspendende Eigenschaften. Auf Ethanolamine, die in vielen Kosmetikprodukten zur pH-Wert Regulierung eingesetzt werden, wird verzichtet, um mögliche Hautirritationen zu vermeiden.

Gute Pflege der Haut beginnt mit der richtigen Reinigung.

Für alle Hauttypen geeignet ist unsere **Aprikosen-Reinigungsmilch**: sie enthält u.a. Hamamelis- und Rosenwasser und wirkt dadurch reinigend, pflegend und auch beruhigend auf die Haut. Vollendet wird die Reinigung mit **Rosen-Gesichtswasser**, das neben der Reinigung und Pflege die Haut beruhigt und gegen Hautirritationen wirkt.

Bei fettiger und Aknehaut ist das **Orangenblütenwasser** besonders geeignet, denn es erfrischt, reinigt, pflegt und ist gut wirksam bei Hautunreinheiten.

1-2x wöchentlich angewendet reinigt unser **Aprikosen-Mandel-Peeling** mit Seesand und Mandelkleie besonders gründlich, pflegt die Haut und entfernt abgestorbene Hautschuppen.



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-hameln.de
mail@allee-apotheke-hameln.de

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:
Ulrich Müller @www.fotolia.com
pressmaster @www.fotolia.com
Anna Omelchenko @www.fotolia.com
Thomas Francois @www.fotolia.com