

4. Quartal 2016



ALLEE-APOTHEKE

für unsere Kunden zum Mitnehmen!



Oktober

„Natürlich gesund“



November

„Gesunder Duft“



Dezember

„Weihnachtszauber“



Gesund
mit uns...



Liebe Kunden, liebe Leser,

jetzt bricht schon wieder das letzte Quartal dieses Jahres an und natürlich wird auch dieses von uns gefüllt mit attraktiven Angeboten rund um Gesundheit und Wellness, einem informativen Vortrag, sowie einem Seminar.

Den Vortrag hält Dr. Bothmann im Oktober zum Thema „*Gesundheitsvorsorge durch Ernährung*“. Passend zu unserem Motto im November „*Gesunder Duft*“ biete ich Ihnen ein Aromatherapie-Seminar an, mit dem Thema „*Ätherische Öle für Gesundheit und Küche*“.

Und jederzeit können Sie unsere schönen Geschenkideen entdecken – angefangen vom Gutschein, über Düfte, Kosmetik und vieles mehr.

Im Dezember ist dann am 6.12. von 15 bis 17 Uhr der Nikolaus zu Gast bei uns, und nicht nur er freut sich auf Ihren Besuch.

Ihre Apothekerin

Birgit Köpps-Padberg und das Team der Allee-Apotheke



Oktober

Unser Oktober-Motto lautet:

„Natürlich gesund“

Zum Thema *Natürlich Gesund* gehört selbstverständlich die Ernährung, die neben Sport und Bewegung eine große Rolle in der Gesundheitsvorsorge spielt. Wir haben den Oktober gewählt, da auch Erntedank, das Fest das traditionell gefeiert wird, um Gott für die Ernte zu danken, im Oktober liegt. Dieses Jahr am 2.10.2016.

Um das wichtige Thema Nahrung bzw. Ernährung geht es auch im Vortrag, den *Dr. Bothmann* für uns hält. Genauer gesagt um Gesundheitsvorsorge durch Ernährung.

Dr. Oliver Bothmann absolvierte sein Studium der Humanmedizin an der Medizinischen Hochschule Hannover und erhielt seine Approbation 2004.

Er hat 15 Jahre schulmedizinische Erfahrung in Klinik und Praxis, Weiterbildungen nach westlichen Standards in innerer Medizin, Chirurgie, Intensivmedizin, rehabilitativer Medizin, Allgemeinmedizin und Sportmedizin.

Zusätzlich fünfjährige universitäre Weiterbildung mit Abschlüssen in Akupunktur und chinesischer Arzneimitteltherapie an der Universität Witten/Herdecke, ein mehrmonatiges klinisches Praktikum in China an der Universität der Provinz Guanxi und ein zweijähriger universitärer Masterlehrgang TCM an der Donau Universität Krems. *Dr. Bothmann* ist auch jetzt noch in ständiger Weiterbildung im Bereich TCM.

Oktober
Zum
Aktionspreis:
Vier Winde Öl
nur 7,50 €
aus unserer Aromatherapieserie

Im Vortrag werden wichtige Prinzipien gesunder Ernährung aus Sicht der TCM und der persönlichen Erfahrung des Referenten in Bezug auf verschiedene Ernährungsformen dargestellt.

Im Anschluss an die Präsentation ist eine Diskussion der Teilnehmer mit einem Austausch über eigene Ernährungserfahrungen vorgesehen.

Vortrag „Gesundheitsvorsorge durch Ernährung“

am Dienstag, den **25.10.2016**
um **19.30 Uhr**
Ort: „Cafe täglich“ in der Osterstraße 41.

Anmeldung erforderlich bis zum
24.10.2016.



Referent:
Dr. med. Oliver Bothmann

Dezember

Unser Dezember-Motto lautet:

„Weihnachtszauber“

Weihnachten – eine Zeit des Jahres, die die Menschen immer wieder verzaubert. Weihnachten ist das bedeutendste Familienfest in Deutschland. Ab Anfang Dezember riecht es auf vielen Straßen weihnachtlich. Weihnachtsmärkte werden aufgeschlagen, Christbäume aufgestellt und geschmückt. Am Höhepunkt der Weihnachtszeit, dem Heiligen Abend, versammeln sich viele Familien unter dem Christbaum, um gemeinsam das Fest der Liebe zu feiern.

Die Adventszeit, Zeit für Kerzen, Kekse, Tee, ist besonders für Kinder eine Zeit voller Spannung und Erwartung. Für die Erwachsenen oft eine Zeit voller Aktivität, die zum Teil leider schon in Stress ausartet. Wir möchten Ihnen etwas von dem Stress nehmen, damit Sie den Zauber wieder entdecken und genießen können.

Entdecken Sie in entspannter Atmosphäre unsere schönen Geschenkideen – angefangen vom Gutscheine, über Düfte, Kosmetik und vieles mehr.

Aktion

Am 6.12.2016 kommt der Nikolaus von 15 bis 17 Uhr.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine entspannte Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Jahr 2017!



Dezember
Zum
Aktionspreis:
Handcreme
zum Preis
von 4,95 €
aus unserer Aroma-
therapieserie



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:
© Eric Simard @www.fotolia.com
© uckyio @www.fotolia.com
© Floydine @www.fotolia.com
© photocrew @www.fotolia.com



November

November
 Zum Aktionspreis:
 Baldini ätherische Öle
 mit 20%
 Rabatt

Unser November-Motto lautet:

„Gesunder Duft“

Jeder, der bei uns in die Apotheke kommt, wird mit gesundem Duft empfangen und spürt, dass wir mit Aromatherapie arbeiten. Aber was genau ist Aromatherapie eigentlich?

In unserer hektischen Zeit suchen die Menschen mehr denn je nach nebenwirkungsarmen, sanft wirkenden Mitteln aus der Natur, um mit den wachsenden Belastungen des Alltags fertig zu werden und gesundheitlichen Beschwerden entgegen zu wirken. Hier setzt die Aromatherapie an – eine natürliche und besonders sanfte Behandlungsform, bei der reine ätherische Öle nach traditionellen Rezepten der Naturheilkunde gezielt eingesetzt und die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert werden. Auf ideale Weise verbindet die Aromatherapie traditionelles Naturheilwissen mit dem Anspruch eines ganzheitlichen Körperbewusstseins, denn sie spricht nicht nur den Körper, sondern auch den Geist und die Seele des Menschen an.

Auch in der Schulmedizin kommt die Aromatherapie verstärkt als Ergänzung klassischer Behandlungsmethoden zum Einsatz. Einige ätherische Öle, wie Eukalyptus und Pfefferminze, sind sogar als Natur-Arzneimittel zugelassen.

Ätherische Öle sind hochkonzentrierte Pflanzenessenzen, die mittels Wasserdampfdestillation, Schalenpressung oder Extraktion gewonnen werden. Ihre vielseitigen Eigenschaften und Anwendungsmöglichkeiten resultieren aus den zahlreichen Inhaltsstoffen – je nach Öl können bis zu 400 verschiedene Wirkstoffe enthalten sein. Da die natürliche Zusammensetzung der Pflanzen nicht vollständig nachgebaut werden kann, die Wirkung aber gerade vom komplexen Zusammenspiel aller Inhaltsstoffe abhängt, sind naturidentische und synthetische Öle grundsätzlich abzulehnen!

Das Wirkspektrum ätherischer Öle ist breit gefächert – sie helfen uns zu entspannen, können unsere Konzentration steigern, uns

Kraft geben, für sinnliche Stimmung sorgen, die Raumluft reinigen oder ganz allgemein zu unserem Wohlbefinden beitragen. Einige ätherische Öle wirken desinfizierend und entzündungshemmend, was sie besonders in der Erkältungszeit zu wichtigen Bestandteilen jeder Hausapotheke macht. Ideal sind da z.B. unsere Eiszitrone und auch unsere Erkältungsöle, wärmend und befreiend für die Raumbefugung. Aber auch auf unsere Atemfrei-creme bei Husten und Engelwurz bei Schnupfen bzw. Halswohl bei Halsschmerzen möchte ich nicht verzichten.

Wir achten grundsätzlich auf die ausschließliche Verwendung natürlicher, qualitativ hochwertiger Öle, sowohl beim Verkauf der fertigen Produkte, als auch in unseren vielen eigenen Anfertigungen.

Die gewünschte Wirkung können ätherische Öle nur entfalten, wenn sie fachgerecht angewendet werden; auch ist nicht immer jedes ätherische Öl geeignet. Wir beraten Sie daher kompetent, und Sie haben auch die Möglichkeit, sich bei meinem Seminar ausführlich zu informieren.

Seminar „Ätherische Öle für Gesundheit und Küche“

am Donnerstag, den **17.11.2016**
 von **19.00 bis 21.00 Uhr**
 Ort: „Cafe täglich“ in der Osterstraße 41.

Kostenbeitrag: 10,- €

Zur Sicherung Ihres Platzes, bei der Anmeldung bis zum 16.11.2016 zu zahlen.



Referentin: Apothekerin
 Birgit Köpps-Padberg