

ÖKOPHARM MYTHOS DER WOCHE



Stress schwächt das Immunsystem.

WAHR

Es ist erwiesen, dass Stress das Immunsystem negativ beeinflussen kann. In kleinen Dosen ist Stress nicht gesundheitsschädigend, sondern ein lebensnotwendiger Mechanismus des Körpers. Stresshormone signalisieren dem Gehirn, dass es sich auf Bedrohung einstellen soll. Werden diese Hormone kontinuierlich ausgeschüttet, befindet sich unser Körper in dauerhafter Alarmbereitschaft und führt zu einer Schwächung unserer natürlichen Immunabwehr.

Damit es nicht zur Unterdrückung des Immunsystems kommt, hilft es, Stresssituationen zu reduzieren und die Abwehrkräfte mit wertvollen Nährstoffen zu unterstützen.

Ein durchdacht zusammengesetzter Wirkkomplex mit Zistrose, natürlichem Vitamin C, B-Vitaminen, Spurenelementen und weiteren Mikronährstoffen stärkt die Abwehrkräfte.

Weitere Infos auf
www.ökopharm.at



**Ökopharm Wirkkomplex –
für ein starkes
Immunsystem**

In Ihrer Apotheke

Nahrungsergänzungsmittel. Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.
144_2019_025



Der nächste Lebensretter aus Lustenau

Der „Verein Geben für Leben“ konnte den nächsten Lebensretter präsentieren: Simon (25) aus Lustenau konnte mit der Stammzellenspende helfen. „Als wir Simon angerufen haben, dass er als Spender in Frage komme, war er freudig überrascht“, hieß es aus dem Verein. Die Vorbereitung brachte er mit leichten Schmerzen über die Bühne, die Spende dauerte dann vier Stunden, „in denen ich nicht mehr wusste, wie ich liegen sollte“, so Simon. „Ich würde es sofort wieder machen“. (red)

Foto: Geben für Leben

Neu: Curcumin und Weihrauch in Kombi

Curcumin und Weihrauch (Boswellia) spielen seit Jahrhunderten in der Tradition orientalischer Länder eine wichtige Rolle. Um das Potenzial beider Extrakte ausschöpfen zu können, müsste man sehr hohe Mengen zu sich nehmen. Dieses Problem wird gelöst durch die Mizellen-Technologie. **WERBUNG**

INNOVATIV

- **Mizellen-Technologie:** Ermöglicht optimale Aufnahme in den Körper
- **Einzigartige Kombination:** Curcumin und Weihrauch
- **Vielfältiger Einsatz:** Z. B. für gesunde und flexible Gelenke



Foto: Dr. Loges

www.loges.at
Exklusiv in Ihrer Apotheke

Nahrungsergänzungsmittel. PZN 4894112 bzw. 4894129.

Hilfe zur Selbsthilfe für Angehörige psychisch erkrankter Menschen

Infoabend zur 6-teiligen Seminarreihe am Donnerstag, 12. September 2019, 19 Uhr, in Bludenz

Wenn jemand in der Familie an einer psychischen Erkrankung leidet, fühlen sich Angehörige und Freunde oft überfordert, hilflos und alleine. Angehörige auf diesem Weg zu begleiten

und zu stärken, ist das Anliegen von hpe – „Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter“. Aufgrund der großen Nachfrage gibt es daher ab Ende September 2019 eine zweite Seminarreihe „Hilfe zur Selbsthilfe für Angehörige psychisch Erkrankter“.

Geleitet werden die sechs Abende von Ulrike Längle. Sie ist unter anderem dipl. Lebens- und Sozialberaterin, dipl. Ritualleiterin und hat als Angehörige langjährige Erfahrung. Die Seminarreihe wird als geschlossene Gruppe mit maximal zwölf Teilnehmer in Bludenz durchgeführt.

Mehr erfahren Interessierte am Donnerstag, 12. September 2019, beim Infoabend im Pfarrzentrum Heilig Kreuz, Sägeweg 16, 6700 Bludenz.

Infos: www.hpe.at oder Ulrike Längle, ulrike.laengle@gmx.at, 0043/660/4455089 (ver)



Foto: Selbsthilfeinitiative HPE

Statt Qual-Diät - Abnehmen mit Lust & Genuss

10 Kilos in 10 Wochen ist eine normale Gewichtsreduktion ohne Tabletten oder Zusatzpulverchen! Allein eine ausgewogene Ernährungsmethode, basierend auf den Forschungsergebnissen der Univ. Harvard in Boston, bringt dieses Ergebnis mit sich, ist für jedermann geeignet und alltagstauglich!

Sie sättigt, schmeckt, baut effektiv Fett ab und schützt die Muskeln. Kein hungern und kein Jo-Jo Effekt! Heißhunger und Müdigkeit adé!

Hält den Blutzucker- & Insulinhaushalt niedrig und genau das ist wichtig, wenn die Kilos purzeln sollen! In meinem Lehrbuch zu lesen, ist diese Ernährung eine lebenslange Lösung mit Nachhaltigkeit, dient der Gesundheit & Gewichtserhaltung. Abnehmen ist einfach! Jeder Klient wird persönlich geschult und begleitet bis zum Erfolg. (Entgeltliche Einschaltung)



Foto: Breuss

Monika Breuss, Dipl. GKS, Ernährungs- & Gewichtscoach, Buchautorin, Praxis im Bezirk Feldkirch, individuelle Beratung & Betreuung

Info

Monika Breuss
Walgaustrasse 5
6837 Weiler
+4369912167167
office@3libellen.com
www.3libellen.com