# STADTAPOTHEKE GLEISDORF

GESUND • AKTIV • VITAL

8200 Gleisdorf, Florianiplatz 8, 03112 / 2469-0
e-mail: office@stadtapotheke-gleisdorf.at

**www.stadtapotheke-gleisdorf.at**

gsundbleibn APOTHEKENINFO

**2018**
**November/Dezember**

# Meine lieben Kunden!

Dank Ihnen und meines großartigen Teams habe ich den Einstieg gut gemeistert. Die große Verantwortung gegenüber den Mitarbeitern und der optimalen Versorgung unserer Kunden macht meine Tage ein wenig stressiger als zuvor und vor allem kurzweiliger, was ich aber als sehr positiv empfinde.

Nun werden die Tage selbst kürzer, die gemütlichen Abende länger und wir sollten alle ein wenig zur Ruhe kommen. Trotzdem darf uns der stressige Alltag nicht davon abhalten jeden Tag in vollen Zügen zu genießen. Ich stehe jeden Morgen mit meinem Mann auf, versorge unsere Tiere und bin dankbar für Gesundheit, die schöne Natur und die Sicherheit, die unser Land uns bietet.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Herbst, einen gesunden Winter und einfach eine gute Zeit im Kreis derer, die Sie gerne haben.

Das Titelfoto ist in Gedenken an unseren lieben Topi. Danke für dieses wunderschöne Bild an die Fotografin Evelyn Fischer. ***Herzlich Ihre***

Mag.pharm. Elisabeth Zirm-Maygraber

# ... und der Winter kann kommen

GUT VORBEREITET **Wir können einiges tun, um uns ideal auf die kalte Jahreszeit vorzubereiten. Wenn wir unseren Körper dabei sinnvoll unterstützen, dann wird er uns auch im Winter nicht im Stich lassen.**

Wenn die Tage kürzer werden und die Nächte deutlich kälter, stellt sich unser Körper auf die ruhige Jahreszeit ein. Um optimal auf die kalten Temperaturen und die Erkältungszeit vorbereitet zu sein, ist es wichtig unseren Körper zu unterstützen. Das heißt vor allem raus mit dem ganzen Müll, den wir über das Jahr angesammelt haben. Sei es durch ungesunde Ernährung, wenig Sport, Rauchen, Stress oder auch längere Einnahme von Medikamenten.

### Was können wir tun?

Ich arbeite gerne mit einem hochwertigen Zeolith, einem Vulkangestein, das die Leber entschlackt und den sogenannten „Müll" wie ein Magnet aufsammelt, bindet und dann so vom Körper unverändert ausgeschieden wird. Aber es gibt auch viele Schlacken, die der Körper bunkert und nicht freiwillig hergibt. Daher empfehle ich die Kombination mit pflanzlichen Extrakten aus der Traditionellen Europäischen Medizin, die das Gewebe, die Leber und die Niere mobilisieren. Hier wird für jeden Typ, jedes Anliegen eine eigene Mischung mehrerer Tinkturen zusammengestellt. Oft sind Heilpflanzen wie Zinnkraut, Koriander, Löwenzahn und vieles mehr enthalten.

### Persönlich abgestimmte Kur

Nach dieser Vorbehandlung können die freigewordenen Stoffe wiederum vom Zeolith aufgefangen und ausgeschieden werden. Die Kur wird über einen bestimmten Zeitraum gemacht, der speziell an den Patienten angepasst wird.

Jeder weiß inzwischen: Die Gesundheit und das Immunsystem haben ihren Sitz im Darm. Wenn man es also ganz gründlich machen will, startet man mit zwei Tagen Bittersalz und baut parallel zur Kur den Darm mit einem guten Bakterienpräparat auf. Denn nur der von Schlacken befreite Darm ist in der Lage mit guten Bakterien frisch besiedelt zu werden.

Wichtig ist natürlich immer, ob und welche Medikamente der Patient einnimmt, da die Verfügbarkeit unter Umständen beeinflusst wird. Daher ist die persönliche Beratung in der Apotheke vor Ort sehr wichtig, um beste Ergebnisse zu erzielen. Die sauren Schlacken im Körper können für viele negative Zustände mitverantwortlich sein, angefangen von Müdigkeit, Immunschwäche, Gelenksbeschwerden und vielem mehr – aber dazu mehr in der nächsten Ausgabe!

***... bis dahin gilt gsundbleibn***

Mag.pharm. Elisabeth Zirm-Maygraber

# Hanf – Altes neu entdecken

**WAS IST WAS? Hanf, Cannabis, Marihuana, Hasch? Droge oder Genussmittel? Gefahr oder Hilfe? Wir hellen ein wenig auf, warum er und seine Wirkstoffe n jüngster Zeit in aller Munde sind – im buchstäblichen Wortsinn.**

Cannabis oder besser Cannabis sativa ist nichts anderes als die lateinische Bezeichnung für Hanf – eine der ältesten Kulturpflanzen überhaupt. Begehrt für die Papierherstellung, wichtig für Bekleidung und wertvoll in der Heilkunst.

Marihuana bezeichnet die getrockneten Blüten der weiblichen Hanfpflanze, an deren Drüsenhaaren das Harz (Haschisch) sitzt, das sowohl das nicht berauschende und nicht abhängig machende Cannabidiol kurz CBD enthält, als auch das bewusstseinsverändernde Tetrahydrocannabinol kurz THC.

Unser Körper kann sogar selbst cannabisähnliche Stoffe produzieren, man nennt sie Endocannabinoide. Dafür besitzen wir das sogenannte Endocannabinoidsystem, das Grundfunktionen reguliert wie etwa Appetit, Schlaf, Schmerz oder Stimmung.

Neben der medizinisch berechtigten Anwendung von THC gewinnt CBD in der Selbstmedikation immer größere Bedeutung. Es sind seine ausbalancierenden Eigenschaften, die eine innerliche Unruhe besänftigen und sich harmonisierend auf unser Wohlbefinden auswirken. So stellt CBD eine weitere pflanzliche Möglichkeit dar, dem Alltagstress, einem Burnout oder Schlafproblemen entgegenzuwirken.

Eine einfache und sehr wirkungsvolle Variante stellen die getrockneten Hanfblätter dar, die als CBD Hanftee zubereitet werden. Hier ist ebenfalls die beruhigende Wirkung auf Magen sowie Darm und die Reduktion von Übelkeit hervorzuheben.

Ein höherer Anteil an CBD ist in CBD-Extrakten enthalten, die es in unterschiedlichen Konzentrationen gibt, ohne jegliche berauschende (Neben-)Wirkungen hervorzurufen.

### Hanf als Fettsäure-Lieferant

Schon gewusst? Auch in der Küche bewährt sich Hanf als ein wunderbarer Lieferant von Omega-3 und Omega-6 Fettsäuren. Der Genuss von kaltgepresstem Hanfsamenöl wirkt sich dabei positiv auf den Cholesterinspiegel aus.

Viele Studien und Forschungen sollen nun noch mehr Licht in die Wirkungen von CBD und seine Zusammenhänge bringen. Epilepsie, entzündungsbedingte Schmerzen (Rheuma) oder auch Diabetes stellen dabei nur einige der möglichen künftigen Einsatzgebiete dar.

***Wir dürfen also gespannt sein!***

Mag.pharm. Madeleine Kröll

## UNIFARCO – die Kosmetik aus Ihrer Stadtapotheke

Hyaluron feuchtigkeitsspendende Creme mit OMEGA 6, reichhaltige Textur 50 ml + konzentriertes Hyaluronsäure Gel 25 ml **als Geschenk**

Intensive feuchtigkeitsspendende Creme mit kontrollierter und dauerhafter Wirkstoffabgabe und aufpolstender Antifaltenwirkung.

**20,90 €**

Lifting Serum Kollagenkomplex 10 % 50 ml + Lifting Creme mit Tripel-Kollagen 30 ml **als Geschenk**

Das Lifting-Serum schenkt der Haut Spannkraft, Festigkeit und Vitalität und mindert Mikrofältchen.

**27,40 €**

## Wundervolle Wintermomente für empfindliche Haut von LA ROCHE-POSAY

HyaluB5 Serum 30 ml + **GRATIS** Mizellenreinigung Ultra 50 ml

Das intensiv korrigierende Anti-Falten Serum für empfindliche Haut.

Der Wirkstoffkomplex mit hochkonzentrierter Hyaluronsäure, pflegendem Vitamin B5 und schützenden Madecassosiden wirkt Anzeichen natürlicher Hautalterung entgegen und schützt die Hautbarriere vor äußeren Alterungsfaktoren. Für ein sofort sichtbar jüngeres Hautbild.

**39,80 €**

Ab einem Einkaufswert von 30,– € außer der La Roche-Posay Gesichtspflege schenken wir Ihnen **eine hochwertige Kosmetiktasche** befüllt mir einer Lipikar Lotion 75 ml.

## Weihnachtaktionen von VICHY

Ideal Body Serum Milch 200 ml + 100 ml Duschgel **GRATIS**

**20,– €**

Ideal Body Balsam 200 ml + 100 ml Duschgel **GRATIS**

**23,50 €**

Vichy hat bei sämtlichen Gesichtspflegeprodukten **GRATIS MINIS** im Set

## LOUIS WIDMER

Geschenkset für duftend sinnliche Momente – pflegt und entspannt

Duschcreme 200 ml + **GRATIS** Duftkerze

**13,50 €**

## Weihnachtssets für Sie von CAUDALÌE

Caudalie Eau THÉ des Vignes 50 ml
+ 15 ml Körperöl THÉ des Vignes **GRATIS**

Thé des Vignes ist ein besonders betörender und sinnlicher Duft. Als geheimnisvoller Abendduft vereint er sinnliche Noten aus weißem Moschus, und Neroli mit zartem Ingwerlikör sowie Orangenblüten- und Jasmintee.

**25,20 €**

Caudalie Resveratrol Kaschmir Creme 50 ml
+ 10 ml Serum + 5 ml Augencreme **GRATIS**

Diese leichte und dabei nährende Creme glättet Falten und füllt das Gesichtsoval wieder auf. Kleine Hautmakel werden sofort kaschiert und die Haut erscheint jünger. Diese außergewöhnlich weiche Creme, als wahrer Genuss für alle Sinne, sorgt für ein zartes und extrem geschmeidiges Gefühl auf der Haut. Mit 93 % Inhaltsstoffen natürlichen Ursprungs!

**43,70 €**

## Weihnachtsset für Sie von AVÈNE

Les Essentiels Belebendes Serum 30 ml
+ Körperpflegebalsam 100 ml

Das Belebende Serum stellt die natürliche Schönheit wieder her.

**22,90 €**

## VICHY Homme – das Weihnachtsset für IHN

Duschgel 50 ml
+ Rasierschaum 100 ml **8,65 €**

Sensi-Mineralbalsam 75 ml
+ Rasierschaum 50 ml **18,90 €**

Hydra Cool
+ Duschgel 100 ml **21,45 €**

## Anti Age Beautybox von CELLSTAR

Es ist kein Geheimnis mehr! Die Kombination aus Gatuline und Kalinat DNA ist die einzigartige Wirkstoffzusammensetzung auf die Stars vertrauen: Die Wirkstoffe aus der Natur, die in der Lage sind, die Muskelkontraktionen im Gesicht um bis zu 60 % zu hemmen, sind das ultimative Schönheitsgeheimnis. Die Haut erhält ihr jugendliches Aussehen zurück, Falten werden reduziert, die Gesichtskontur gestrafft, die Haut wird mit ausreichend Feuchtigkeit versorgt und Pigmentflecken werden entfernt.

Die Beautybox besteht aus:
- Lifting Creme 50 ml
- Lifting Eye Cream 15 ml
- Lifting Serum 30 ml

**175,– €**
Sie sparen 32,– €

Gedruckt auf 100 % Altpapier aus österreichischer Produktion, hergestellt ohne Zusatz optischer Aufheller und ohne Chlorbleiche. Inhalt und Preisangaben vorbehaltlich Satz- und Druckfehlern.
Zum Teil werden Symbolfotos verwendet. Fotos auch fotolia.de: rit-ablue, Africa Studio, nik0.0kin, Syda Productions, reichdernatur

# Rasche Hilfe bei
## Husten bringt Bronchostop®

ALS SAFT UND PASTILLEN **Häufiger Begleiter einer Erkältung ist in der kalten Jahreszeit – neben Halsweh und Schnupfen – der Husten.**

Meist beginnt es mit trockenem Reizhusten und geht dann zu einem produktiven Husten mit vermehrter Schleimproduktion in den Atemwegen über. Hier empfiehlt sich **BRONCHOSTOP®** mit dem **Phyto-Vital-Komplex aus Thymian und Eibisch**, der bei jeder Art von Husten* hoch wirksam ist und Sie wieder aufatmen lässt!
Die pflanzlichen Wirkstoffe Thymian und Eibisch erzielen gerade gemeinsam sehr gute Ergebnisse, da sie sich in ihrer Wirkung ergänzen: Die wertvollen ätherischen Öle des Thymians lösen den Schleim in den Bronchien und beschleunigen das Abhusten, während Eibisch die Reizung der Schleimhaut und damit verbundenen trockenen Husten lindert.

**Unser Geheimtipp für die Kids**
Neu im **BRONCHOSTOP®** Hustensortiment ist der **BRONCHOSTOP® Kinderhustensaft**, für Kinder ab 1 Jahr! Mit seinen rein natürlichen Wirkstoffen **Eibisch** sowie **echtem Honig** wirkt er rasch bei jedem Erkältungshusten unserer kleinen Helden. Er weist zudem eine sehr gute Verträglich auf, da er alkoholfrei, laktosefrei und glutenfrei sowie ohne künstliche Farbstoffe ist.

## ZAUBERN JEDEN HUSTEN* WEG

**BRONCHOSTOP® Hustensäfte** mit dem hochwertigen **Thymian und Eibisch Phyto-Vital-Komplex** zeigen rasche Wirkung bei jedem Husten* und wirken deshalb bei **Reizhusten, festsitzendem Schleim** sowie **produktivem Husten**. Der **BRONCHOSTOP® sine Hustensaft** ist zudem zuckerfrei und alkoholfrei. Als praktische Empfehlung für unterwegs gibt es zudem die **BRONCHOSTOP® duo Hustenpastillen**.

Vertrauen auch Sie auf Österreichs Nummer 1!**

www.bronchostop.at

Traditionell pflanzliche Arzneimittel, deren Anwendung bei Erkältungshusten ausschließlich auf langjähriger Verwendung beruht. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. BRONCHOSTOP® Kinderhustensaft ist ein Medizinprodukt gemäß Richtlinie 93/42/EWG. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen dieses Medizinproduktes informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. BRO-0307_1810

* Bei Erkältungshusten

** Bronchostop Marke, IQVIA YTD 2018, 01A Hustenmittel

# Schüssler Salze
## + die richtige Anwendung

**Nr. 4 KALIUM CHLORATUM D6 Kalium chloratum bildet und bindet im Körper den Faserstoff, der ein wesentlicher Bestandteil des Bindegewebes ist. Gleichzeitig wirkt sich dieser Mineralstoff positiv auf die Fließfähigkeit des Blutes aus.**

Bei einem Mangel an Kalium chloratum wird das Blut eingedickt. Als Folge werden die Blutgefäße aufgedehnt und es entstehen Couperose, Besenreiser, Krampfadern und Hämorrhoiden.

Kalium chloratum stellt ein wichtiges Drüsenbetriebsmittel und Entgiftungsmittel für den Körper dar. Dieser Mineralstoff wird für das 2. Stadium einer Erkrankung eingesetzt, also bevor eine Krankheit chronisch wird und sich im Körper festsetzen kann. Kalium chloratum wird in den Bronchien gespeichert. Elektrosmog, Alkohol, hoher Konsum an Milch und Milchprodukten wie Käse können einen Mangel an Kalium chloratum verstärken.

Da sich ein Mangel an Kalium chloratum erst nach langer Belastung zeigt, füllt der Körper seine Speicher nur langsam wieder auf, auch bei regelmäßiger Einnahme. Bei Husten mit weißem, zähem Schleim wirkt Kalium chloratum sehr rasch, vor allem bei Kindern.



### Anwendung

- für die Fließfähigkeit des Blutes: Besenreiser, Couperose, Krampfadern, Hämorrhoiden, Schwerhörigkeit
- für die Bronchien: Bronchitis und Husten mit weißer, zäher Schleimbildung
- für die Drüsentätigkeit: Verdauung, Milchsekretion
- für die Immunabwehr: Entgiftungsmittel während und nach Erkrankungen, Mittel für das zweite Stadium einer Erkrankung

### Äußere Anwendungsmöglichkeiten

- Cremegel Nr. 4: bei Hautgrieß
- Hustensalbe H®: bei Krampf- und Reizhusten, Entzündung der Bronchien, bei Bronchialverschleimung
- Venencremegel Coubeven®: bei Krampfadern, Besenreisern und Hämorrhoiden
- Körpercreme Regeneration®: bei Besenreisern, Vitiligo, Pigmentflecken
- Gesichtscreme®: bei Couperose, Vitiligo, Pigmentflecken

### Mögliche Mischungen

- Abwehrschwäche: je 10 Stück der Nr. 3, 4, 6, 8 und je 20 Stück der Nr. 5, 10
- Couperose: 7 Stück der Nr. 1 und 10 Stück der Nr. 1 sowie 20 Stück der Nr. 4
- Gelenkschwellungen: 10 Stück der Nr. 8 und 20 Stück der Nr. 4
- Husten: schleimig (Kombination mit HustensalbeH®), je 7 Stück der Nr. 2, 7 und je 10 Stück der Nr. 6, 8 sowie 20 Stück der Nr. 4
- leichte Schwerhörigkeit: 10 bis 30 Stück der Nr. 4
- Stillen: 10 bis 20 Stück der Nr. 4 und 20 bis 30 Stück der Nr. 8.

Mag.pharm. Claudia Weber

## IM DUO WIRKSAM BEI BLUTZUCKER

Prädiabetes und Typ-2 Diabetes werden immer häufiger. Gewichtsreduktion und eine Änderung des Lebensstils sind erste Schritte in ein gesünderes Leben.

**Diaboxal® GlucoseStop DUO** ist die pflanzliche Unterstützung zur Senkung des Blutzuckerspiegels und Normalisierung des Zuckerstoffwechsels - eine ideale Ergänzung für Menschen mit Prädiabetes und Diabetes.

**Diaboxal GlucoseStop DUO** basiert auf der Behandlung mit zwei Kapseln. Eine Kapsel enthält hochwirksame Pflanzenwirkstoffe wie Zimt, Gymnema Sylvestre und Bockshornklee. Diese agieren als pflanzliche Blutzuckersenker und können den Nüchtern-Blutzuckerspiegel um bis zu 27 % reduzieren. Die zweite Kapsel enthält einen wichtigen Vitamin- und Mineralstoffkomplex, der den Zuckerstoffwechsel anregt und normalisiert.

**Diaboxal® GlucoseStop DUO** ist mit den pflanzlichen Blutzuckersenkern und den stoffwechselaktivierenden Vitaminen und Mineralstoffen eine sinnvolle Ergänzung im Kampf gegen Diabetes.

# Zimt – mehr als ein Gewürz, heilsam und wirkungsvoll

UND JETZT IN ALLER MUNDE **Er gehört wohl zu den ältesten Gewürzen der Menschheit. Schon 3.000 v.Chr. wurde Zimt im alten China hoch geschätzt und bei Fieber, Erkältung, Verdauungsbeschwerden und Frauenleiden eingesetzt.**

Um seine Herkunft ranken sich seit Jahrhunderten geheimnisvolle Geschichten. Tatsächlich stammt der Zimt aus Asien, genauer gesagt aus Sri Lanka, wo die Rinde des Ceylon-Zimtes wächst. Im Gegensatz zu den chinesischen Sorten, die herber und etwas bitterer sind, ist Ceylon-Zimt sehr aromatisch, fein und etwas süßlich im Geschmack.

Zimt ist ein Rindengewürz. Die jungen Triebe werden geschält und die innere Rinde getrocknet, dabei rollt sie sich charakteristisch ein. Je dünner die Rinde, desto feiner das Aroma.

### Einst wertvoller als Gold

Für die meisten Menschen ist Zimt nichts weiter als ein Gewürz für Weihnachtsge-

bäck, Glühwein oder auch indischen Chai. Das Lorbeergewächs kann aber viel mehr als nur zu duften und zu schmecken.

Einst hielt man den Zimt für wertvoller als Gold, balsamierte mit ihm ägyptische Adelige ein und stellte ihn – gemixt mit Nelken und Wasser – in den mittelalterlichen Krankenzimmern auf, um auf diese Weise die Beulenpest fernzuhalten. Innerlich und äußerlich verabreichte man den Zimt gegen nahezu alles – von Blutdrucksenkung bis hin zu Magen-Darm-Infekten.

Das alles klingt recht abenteuerlich, aber heute bestätigen moderne wissenschaftliche Studien längst die antimikrobielle Wirkung des Zimtes.

Gerade jetzt in der kalten Jahreszeit ist Zimt sehr zu empfehlen: er wärmt von innen, senkt den Blutdruck, stabilisiert den Kreislauf und fördert die Durchblutung. Zimt ist außerdem sehr reich an sekundären Pflanzenstoffen, sodass er häufig auch zur Krebsprävention eingesetzt werden kann.

### Zimt reguliert den Blutzuckerspiegel

Die bekannteste und wirkungsvollste Eigenschaft des Zimts ist sicher seine blutzucker-senkende Wirkung. Zahlreiche Studien belegen, dass eine tägliche hochdosierte Zimtzufuhr den Blutzuckerspiegel bis zu 27 % senken kann. Diesen Studien zufolge kann Zimt Prädiabetes und Diabetes nicht nur lindern, sondern geradezu umkehren. Zimt fördert außerdem den Stoffwechsel, was hilfreich sein kann, wenn man Gewicht verlieren möchte. Für eine erkennbare Wirkung ist eine ausreichende Dosierung erforderlich.

## gsundessen

**Klassiker für einen kraftvollen Start in den Tag:**

### Porridge mit Zimt

- 1 Tasse Haferflocken
- 1 Tasse Wasser oder Hafermilch
- 1 Apfel
- Zimt
- Rosinen (bei Bedarf)

Haferflocken in einem Topf kurz anrösten, mit Wasser aufgießen und leicht köcheln lassen. Apfel klein schneiden oder fein raspeln und unter die Haferflocken mischen. Nach Belieben auch Rosinen beimengen und am Schluss mit Zimt nach Geschmack verfeinern.

# Vitamin C Gepuffert, nicht gerührt

Hochdosiert und schonend zugleich

Erhältlich in der Apotheke

# Glückssteine
## für Schütze & Steinbock

ROSTOCK ESSENZEN **Schützen feiern bis 21. Dezember und Steinböcke bis 20. Jänner Geburtstag.**

**Sternzeichen Schütze**
**(23. November bis 21. Dezember)**

Ein typischer Schützen ist dynamisch, direkt, optimistisch, zielstrebig, spontan, neugierig, fröhlich u.v.m. Er gilt als Abenteurer, scheut keine Konfrontation und liebt es wichtige Themen ausgiebig zu erörtern und zu besprechen. Er muss nicht unbedingt Recht bekommen; es genügt ihm, seinen Gedanken freien Lauf zu lassen. Sein Element ist das Feuer und seine Steine sind:

Chalcedon: Als blauer Stein wirkt er sehr gut auf das 5. Chakra (Halschakra). Er ist ein guter Begleiter für jene Menschen, die in Beruf und Alltag viel mit Vorträgen, Besprechungen oder Diskussionen zu tun haben.

Lapislazuli: Seine Energie fördert das Selbstvertrauen und kräftigt Freundschaft.

Saphir: Ein Saphir steht für Treue, Klugheit, Vernunft, innere Ruhe und Konzentration.
Sodalith: Der Stein der Künstler inspiriert zu Kreativität und Phantasie und fördert den Wunsch nach Neuem und Aufregendem.

Blauer Edeltopas: Er schützt vor sogenannten falschen Freunden. Vielleicht ist ein „echter Schütze" manchmal zu offenherzig und braucht eine „gesunde" Abgrenzung zu seiner Umgebung.

**Sternzeichen Steinbock**
**(22. Dezember bis 20. Jänner)**

Wenn jemand als zuverlässig, pflicht- und verantwortungsbewusst gilt, dann der Steinbock. Er weiß genau, was er will und was er unternehmen muss, um seine Ziele zu erreichen. Leider kann es passieren, dass er seine Kräfte überschätzt. Es fällt ihm nämlich sehr schwer sich zu entspannen und das an dem jeweiligen Tag auferlegte Pensum nicht erfüllen zu können. Sein Element ist die Erde und seine Steine sind:

Malachit: Dieser grüne Stein schenkt Hoffnung, Zuversicht und Harmonie.

Azurit-Malachit: Er besteht aus blauem Azurit und grünem Malachit, die miteinander verwachsen sind. Er bewahrt vor Gemütsschwankungen und Zweifel.

Moosachat: Ein Moosachat ist der Glücksstein für den Steinbock!

Onyx: Mit seiner Energie kann man Wahrheit von Falschheit unterscheiden. Man erkennt genau, was wichtig und notwendig für einen selbst ist.

Schwarzer Turmalin: Seine starke Energie verstärkt das Durchhaltevermögen und schützt vor extrem negativen Gefühlen wie Neid, Gier, Hass, Misstrauen u.v.m.

Mag.pharm. Bettina Schrampf

Kugel 8,40 €
Zapfen 8,40 €
Zwiebel 6,90 €

Giraffe 13,50 €
Lama 18,90 €

Nussknacker 13,50 €
Einhorn 15,40 €

MAYR'S
TEE & DESIGN

Hirsch
32,80 €

# Weihnachten IM MAYR|S

ES WEIHNACHTET SCHON Wir haben uns auch heuer wieder bemüht, originelle Geschenke für Sie und Ihre Liebsten auszusuchen. Für unsere eigene Weihnachtsdekoration haben wir uns auch wieder etwas Spezielles einfallen lassen. Das Angebot ist reichhaltig – von ausgeflippt bis nostalgisch, von edel-dezent bis knallig-bunt.

**Unsere Haltestelle fürs Christkind ...**
**Am Feiertag, 8. Dezember sind wir von 08:00 – 12:00 und am Nachmittag von 14.00 – 17.00 Uhr für Sie da sowie an allen Advent-Samstagen von 14:00 – 17:00 Uhr und am 24. Dezember von 8:00 – 12:30 Uhr.**

Kugel Pfauenfeder 16,90 €
Kugel Rautenmuster 8,50 €

Schuh 9,90 €
Ballettengel 12,90 €

Pfau 17,40 €
Vogel 11,90 €

Einhorn
29,90

Kutsche 15,40 €
Kugel 11,40 €

Hunde
je 7,90 €

Ballerina je 14,90 €