

Frühlingserwachen – oder putzen Sie schon?



Die Tage werden länger, Vogelgesang am Morgen, das Thermometer wird mal wieder zweistellig, erste Insekten im Sonnenlicht und überhaupt: Sonnenstrahlen sind das Adrenalin für unsere Seele, die Laune mancher Mitmenschen steigt und im Miteinander erfahren wir manch positive Begegnung!

Sehr häufig findet dieser plötzliche Energieschub sein Ventil in dem unaufschiebbaren Bedürfnis, Heim und Hof einer gründlichen Reinigung zu unterwerfen. Und so erfahren viele, in den Wintermonaten brachliegende Ecken und vom Winterblues überzogene Fensterscheiben, eine ungeahnte Zuwendung und persönliche Widmung.

Böse Zungen behaupten ja, dass man(n) noch viel mehr leisten könnte, wenn da nicht häufig die beschriebene Frühjahrsmüdigkeit so viele agile Hände am Tun hindern würde. Stimmt, Frühjahrsmüdigkeit ist ein Phänomen, dessen Erklärungsversuche mit Hormonanpassungen infolge veränderter Tageslänge und Blutdruckänderungen infolge immer noch schwankender Außentemperaturen ansatzweise greifen.

Es gibt kein Patentrezept gegen Frühjahrsmüdigkeit. Folgende Tipps für einen kleinen inneren Frühjahrsputz können Ihnen helfen, mit dieser jahreszeitlichen Herausforderung (und zur Freude aller Putzbegeisterten) besser klarzukommen:

Gehen Sie so oft wie möglich raus in die Natur, tanken Sie Licht und Energie durch Bewegung. Erhöhen Sie Ihre Flüssigkeitsmenge über den Tag, z.B. mit Brennnesseltee, der den Stoffwechsel anregt. Möchten Sie Ihrer Leber etwas Gutes tun, dann ist Mariendistel-extrakt ideal, um den Frühjahrsputz dieses so wichtigen Stoffwechselorgans anzustoßen.

Zur Anregung des Stoffwechsels gehört auch eine funktionierende Verdauung – Flohsamenschalen unterstützen Sie dabei hervorragend. Für alle, die den Säure-Basenhaushalt unterstützen wollen, gibt es entsprechende Tabletten bzw. Pulver, die dabei behilflich sind. Lassen Sie bitte Ihren Vitamin-D-Spiegel bestimmen, damit Sie ein Defizit aus den Wintermonaten spätestens jetzt ausgleichen.

Wir begleiten Sie sehr gerne durch Ihr persönliches Frühlingserwachen und freuen uns auf Ihre interessierten Fragen und Wünsche!

Herzliche Grüße

Ihre Bianca Thurm



**38%
SPAREN**
Angebot:
12,95€

**ACC akut
600mg Hustenlöser**

20 Brausetabletten | statt 20,99€*



**22%
SPAREN**
Angebot:
10,95€

**Mucosilent
GEGEN REIZHUSTEN**

100 ml | statt 13,95€*
(1l = 109,50€)

**22%
SPAREN**
Angebot:
12,45€



**HYLO COMOD
Augentropfen**

10ml | statt 15,95€*
(1l = 1.245,00€)



**33%
SPAREN**
Angebot:
13,45€

**Diclox forte
20mg/g Gel**

100g | statt 19,99€*
(1 kg = 134,50€)

Jetzt Emotionen zeigen mit DracoEmotion.

NEU
in der
Apotheke



Angebot je:
6,95€

Gefühle zum Mitgeben. Nur in der Apotheke.

DRACO

- Wundkissen verklebt nicht mit der Wunde
- Schmerzarm zu entfernen – dank hautfreundlichem Silikonkleber
- Wasserabweisend und atmungsaktiv

**DracoEmotion Pflaster
Glück, Freude, Liebe oder Trost**
je 5 Stück





H&S Arzneitee Kamillenblüten, Salbeiblätter oder Pfefferminzblätter

je 20 Beutel | statt je 3,95€*

je **25% SPAREN**

Angebot: **2,95€**

je **22% SPAREN**
Angebot: **6,95€**

Refluthin bei Sodbrennen Frucht oder Minze

je 16 Kautabletten | statt je 8,95€*



32% SPAREN

Angebot: **29,45€**

Vitamin B-Komplex-ratiopharm

120 Kapseln | statt 43,39€*



22% SPAREN

Angebot: **18,95€**

MAGNESIUM Diasporal 400 EXTRA direkt

50 Sticks | statt 24,36€*



26% SPAREN

Angebot: **32,95€**

visomat comfort eco Oberarm-Blutdruckmessgerät

1 Stück | statt 44,50€*



25% SPAREN

Angebot: **14,95€**

ZINK HEVERT 25 mg Zn

100 Kapseln | statt 19,99€*

E-Rezept: Jetzt per App bei uns einlösen!

Mit der iA.de-App und Ihrer Gesundheitskarte geht das ganz einfach.

QR-Code mit dem Handy scannen!



IhreApotheken.de



22% SPAREN

Angebot: **9,45€**

VoltaDexibu Schmerztabletten 200 mg

20 Filmtabletten | statt 12,19€*



20% SPAREN

Angebot: **29,95€**

Loceryl Nagellack GEGEN NAGELPILZ

3 ml | statt 37,49€*

Folge uns!



22% SPAREN

Angebot: **22,45€**

Cetaphil Feuchtigkeitscreme

456 ml | statt 28,95€*
(1l = 49,23€)

NEU



22% SPAREN

Angebot: **12,45€**

Optilegra Augentropfen

5 ml | statt 15,97€*
(1l = 2.490,00€)



24% SPAREN

Angebot: **9,95€**

Allegra Allergietabletten

20 Stück | statt 13,08€*



24% SPAREN

Angebot: **6,45€**

Bepanthen AUGEN- UND NASENSALBE

2x5g | statt 8,48€*
(1 kg = 645,00€)



21% SPAREN

Angebot: **9,45€**

BLEPHACLEAN STERILE KOMPRESSEN

20 Stück | statt 11,95€*



24% SPAREN

Angebot: **13,45€**

Stilaxx Hustenstiller Isländisch Moos

200 ml | statt 17,59€*
(1l = 67,25€)



33% SPAREN

Angebot: **14,95€**

MOMETAHEXAL Heuschnupfenspray

18 g | statt 22,24€*
(1 kg = 830,56€)

Bestens-vorbereitet auf die Pollensaison!

