

**reichsstadt**

73441 Bopfingen - Hauptstraße 8  
fon: 07362-96340 - fax: 07362-963419

**engel**

86720 Nördlingen - Marktplatz 19  
fon: 09081-4634 - fax: 09081-9723

**deiningertor**

86720 Nördlingen - Deiningertor Str. 15  
fon: 09081-29770 - fax: 09081-297714

unsere Sommeraktion

**SPA Time**

Ob zuhause oder bei uns im Institut- „Zeit für mich“ wird immer wichtiger. Zurücklehnen, abschalten und entspannen - wir entführen Sie in die wunderbare Welt des Spas. Clarins-Beauty-Kurzbehandlung: 30 Minuten Entspannung und Schönheit pur. 39 €\*  
**Weil ich es mir wert bin.**

Als Dankeschön\* erhalten Sie eine schöne Box mit Testgrößen-ideal für die Reise. Anmeldung unter 07362-963414 oder info@parfuemerie-fellner.de

\*nur im August/September 2018



**der COUNTDOWN läuft...**

nutzen Sie noch unsere **VIP Karte** der Apotheke am Deiningertor und der Stadtapotheke zum Engel. Solange die Baustelle am Wemdingertor noch nicht fertig ist, warten extra Rabatte auf Sie.  
**Unter allen abgegebenen Treuekärtchen verlosen wir ein Wellness Wochenende für zwei!**

**AUCH DIE AUGEN LEIDEN...**

UV Strahlen machen nicht nur der Haut zu schaffen, sondern auch den Augen. Es kann zu Hornhaut- und Bindehautentzündungen, grauem Star und Makuladegeneration kommen. Schützen Sie sich mit einer guten Brille mit UV Schutz 400 und CE Kennzeichen.



Unsere Coupons- auch bei uns in der **fellnerkosmetik**\* gültig!

01.-04.08.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

06.-11.08.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

13.-18.08.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

20.-25.08.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

27.08.-01.09.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

03.-08.09.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

10.-15.09.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

17.-22.09.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

24.-29.09.2018

**10 %  
Rabatt**

auf 1 vorrätigen Artikel aus Frei- und Sichtwahl\*  
\*gilt nicht auf Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, nicht für Teststreifen und nicht kombinierbar mit anderen Rabattsystemen

kennen Sie unseren Onlineshop?

Kennen Sie schon unseren Newsletter?

Gerne schicken wir Ihnen die Informationen der APONEWS auch per Mail. Das spart Kosten und schon die Umwelt.

Geben Sie einfach Ihre Email-Adresse bei uns ab und holen Sie sich als **Dankeschön einen 5€-Gutschein.**

Aponews

8/9 2018

**Schulanfang  
Holt Euch Eure coolen Flummi-  
bälle ab!**



**Träumen Sie vom nächsten Urlaub?**

Von ausgiebigen Spaziergängen am Strand, Picknick im Grünen, Wandern in den Bergen, Cafés im Freien und davon, Ihre Vitamin D Speicher wieder aufzufüllen? Für die einen ist es ein herrliches Gefühl, wenn die Sonnenstrahlen die Haut erwärmen, für die anderen ist es schon zu viel Hitze und sie suchen den Schatten.

Entdecken Sie auf den Folgeseiten die Gute-Laune-Macher für alle, die gern gesundheitsbewusst unterwegs sind. Wir geben Ihnen Tipps, wie Sie gesund braun werden, warum Salat ein Dickmacher sein kann und warum das Glück aus dem Darm kommt. Unsere Mitarbeiter freuen sich auf Sie, vereinbaren Sie bei persönlichen Beratungen am besten einen Termin!

[www.guyot-apotheken.de](http://www.guyot-apotheken.de) [www.facebook.com/guyotapotheken](https://www.facebook.com/guyotapotheken)



**reichsstadt**

73441 Bopfingen  
fon: 07362-96340

**engel**

86720 Nördlingen  
fon: 09081-4634

**deiningertor**

86720 Nördlingen  
fon: 09081-29770

## GLÜCK aus dem DARM

Unser Magen-Darm-Trakt steht mit dem Gehirn in dauernder Verbindung. Die Information läuft über eine der wichtigsten Nervenbahnen des Menschen, den Vagusnerv. Da verwundert es nicht, dass die Forschung immer mehr Belege dafür findet, dass Probleme mit dem Darm direkten Einfluss auf die geistige Gesundheit haben.

Die Darmflora- das sind Bakterien, die unsere Gesundheit unterstützen, das Immunsystem stärken und uns vor Infektionen und chronischen Krankheiten schützen und die verhindern, dass sich schlechte Keime verbreiten können. Doch die Wirkung der Keime geht noch viel weiter: beriets 1996 zeigten Untersuchungen, dass die Ernährung und die im Darm lebenden Bakterien Einfluss haben auf die Darmzellen, das Glückshormon Serotonin bilden.

### Salat, ein Dickmacher?

Außerdem können bestimmte Bakterien sogar auch aus Salaten das Letzte herausholen und aus normalerweise nicht verwertbaren Bestandteilen Energie gewinnen.

Wie aber entkommt man der Salatfalle? Eine Darmumstellung kann helfen, die Balance im Darm zu ändern und die massiv kalorienliefernden Firmicutes zurückzudrängen. Dann klappts auch mit dem Abnehmen. Trotz Salat.



## UNSERE SOMMERTIPPS

### Der frühe Vogel fängt der Wurm:

Glutofen-Temperaturen und extreme Ozonwerte bedeuten Vorsicht beim Training zur Mittagszeit. Lieber morgens oder spät abends das Training einplanen.

### Wasser marsch:

Im Sommer ist es besonders wichtig genügend zu trinken. Der Körper verliert durch vermehrtes Schwitzen viel Flüssigkeit & wertvolle Mineralien. Dementsprechend natürlich ebenfalls an eine vielfältige Ernährung denken!

### Hör auf Dich:

Der Organismus hat ordentlich Arbeit, um sich auf die Hitze & Sonneneinstrahlung einzustellen. Sport ist erlaubt, aber hören Sie auf die eigenen Körpersignale. Ein Schwächeanfall muss nicht sein – lieber kurz pausieren!

### Regeneration:

Erholung muss sein. Pausen machen, damit der Körper wieder auftankt!

### zu kalt gebadet?

Freibad, Pool und nasse Badehose verursachen oft schnell Beschwerden wie Brennen beim Wasserlassen und Blasenentzündung.

### unser Tipp

Natürliche Helfer bei Blasenentzündung Canephron mit Tausendgüldenkraut, Liebstöckel und Rosmarin, auch super parallel zur Antibiotikabehandlung, reduziert die Dauer und die Stärke der Entzündung!

Heumann Nieren- und Blasentee unterstützt zusätzlich!



## WOLLEN STATT MÜSSEN

Wenn die Sportschuhe schon wieder im Schrank bleiben...

Wo sind denn die guten Vorsätze geblieben?

Verdrängt vom Leben, das immer dazwischenkommt. Oder es war nicht die richtige Sportart.

Oder, oder, oder. Ich muss und ich soll stehen immer für Zwänge. Ich will, ich darf und ich möchte für Selbstbestimmtheit.



Das beste Zielbild nützt aber nichts ohne Routine. Und die etabliert sich erst, wenn man 3 Monate lang mindestens 2 mal in der Woche Sport macht.

Passend dazu **starten Sie mit dem gesunden Leben:** Abnehmen mit leichter Leben und Glück aus dem Darm.

Wir helfen Ihnen dabei. Starten Sie mit dem gesunden Leben. Fragen Sie bei uns nach oder klicken Sie mal rein unter [www.guyot-coaching.com](http://www.guyot-coaching.com) oder [www.guyot-apotheken.de](http://www.guyot-apotheken.de)

## Unsere Spezialisten im Sommer



### vor dem Bräunen

Schutzzfluid mit LSF 30 über die Pflege- und Sie sind geschützt!

### Sichtbare Effekte? Lieben wir!

Masken sind unsere After sun Pflege! Sie regenerieren und reparieren im Nu sonnengestresste Haut. Und vertreiben Augenfältchen und Rötungen über Nacht.

Hydra Power mit unserem Hyaluronsäure Gel wirkt Ihre Haut frisch und prall auf lange Zeit! Vor dem Bräunen ein Peeling sorgt für langanhaltende tiefe und gleichmäßige Braune.



### GLATTE HAUT

UV Strahlen und negative Umwelteinflüsse wie Abgase, Rußpartikel und Kohlenstaub bedeuten Stress für die Haut und lassen sie frühzeitig altern. Um Falten vorzubeugen ist es daher ratsam, eine Tagescreme mit Lichtschutzfaktor zu verwenden und die Sonne nur in Maßen zu genießen. Die Umweltbelastungen wehren Antioxidantien (Vitamin C) ab.

Koffer fertig für die Insel? Der URLAUB fängt mit Vorfreude und Packen an. Damit Sie auch die richtigen Medikamente dabei haben, stellen wir Ihnen gern Ihre **Reiseapotheke** zusammen