



OPTIMISTISCH DURCHSTARTEN INS NEUE JAHR



Liebe Kundinnen und Kunden!

Das turbulente Jahr 2020 liegt hinter uns und wir sind wohl alle froh, dass dieses Ausnahme-Jahr vorbei ist. Der Beginn eines neuen Jahres lädt ein, neue Vorsätze zu fassen und Ziele zu setzen, die aber meist nach nur wenigen Wochen wieder vergessen sind. Mein Vorschlag ist daher das alte Jahr Revue passieren zu lassen und sich die drei schönsten Erinnerungen aufzuschreiben. Das lenkt den Fokus weg vom allgegenwärtigen Covid-19-Thema. Wenn uns 2020 etwas gezeigt hat, dann das, was wirklich zählt im Leben. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein wunderbares neues Jahr 2021, mit vielen kleinen und großen Glücksmomenten und v.a. Gesundheit!

Ihr Mag. pharm. Dr. Oliver Donath und das Team der Apotheke Auhof

TIPP DES MONATS AUS DER APOTHEKE MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN DAS EIGENE WOHLBEFINDEN STEIGERN VON UNSERER MITARBEITERIN MAG.^a BIRGIT KARRER

Ich finde es faszinierend, wie ein Duft sofort die Atmosphäre in einem Raum verändern kann.

Bei uns zu Hause setze ich gerne ätherische Öle ein. Gerade jetzt, wo wir viel Zeit in den eigenen vier Wänden verbringen, ist es mir wichtig das Umfeld so angenehm wie möglich zu gestalten. Als Mutter von zwei Kindern (Lilia 4 und Jakob 1 Jahr alt) kann ich ein Lied davon singen, wie turbulent es manchmal zugehen kann. Mit Lavendelöl gelingt es mir gut, die beiden vor dem Schlafengehen wieder zur Ruhe zu bringen, sei es mit einem Tropfen auf den Kopfpolster oder als Raumduft zerstäubt. Außerdem habe ich bei beiden Kindern gerne die Babymassage angewendet und tue das nach wie vor. Hier gibt es von der Hebamme Stadelmann tolle, hochqualitative Produkte. Für mich selbst schwöre ich auf die Duftmischung „Glücksgefühle“ von Primavera. Mandarine wirkt stimmungshhebend, Grapefruit erfrischend und die Tonkabohne wärmt.



PFLANZE DES MONATS: ECHTER EIBISCH (ALTHAEA OFFICINALIS)

Der Eibisch gehört zur Familie der Malvengewächse und kommt heute auch in Österreich vor. Medizinisch wird der Eibisch vor allem bei Reizhusten eingesetzt. Seine Schleimstoffe sind für die reizlindernde Wirkung verantwortlich. Diese legen eine Art Schutzschicht über die Schleimhäute wodurch der Hustenreiz unterdrückt werden kann. Die Eibischwurzel ist daher Hauptbestandteil im Brusttee, den wir in der Apotheke gemäß Arzneibuch herstellen. Außerdem ist er in zahlreichen Hustensäften enthalten. Genauere Informationen zu Anwendung, Wirkung und Nebenwirkungen erhalten Sie bei uns in der Apotheke.



**PRODUKT
DES MONATS
IM JÄNNER
– 20 %**



ÄTHERISCHE ÖLE VON PRIMAVERA

- ✓ Wohltuend für Körper, Geist und Seele
- ✓ Frei von synthetischen oder naturidenten Inhaltsstoffen
- ✓ Tierversuchsfrei hergestellt

Apotheke Auhof Mag. pharm. Dr. Donath OG

Altenberger Straße 40, 4040 Linz, ☎ 0732/75 70 17 📠 0732/75 02 23

✉ office@apotheke-auhof.at, 🌐 www.apotheke-auhof.at

Öffnungszeiten: Mo – Fr: 8:00 – 18:00 (durchgehend geöffnet), Samstag: 8:00 – 12:00