

# Apotheken *Blatt*

Hauptbahnhof Tulln

Nr. 10/Sommer 2023

MIT DEM  
FOKUS AUF  
GANZHEITLICHE  
HEILKUNST

Wir freuen uns, Ihnen unsere 3 neuen Mitarbeiterinnen vorstellen zu dürfen

## Frischer Wind für unser Team

*mir ist wichtig:* „... dass jede Kundin und jeder Kunde glücklich und zufrieden aus der Apotheke kommt.“

**Daniela Schwarz**, pharmazeutisch kaufmännische Assistentin. Frau Schwarz ist eine routinierte PKA im besten Sinne, sie arbeitet mit Gelassenheit und Routine und nichts kann sie so schnell aus der Ruhe bringen. Zeit, um zusammen zu lachen und für eine kleine Jause muss sein! Und: es gibt keine schwierigen Kunden für sie. Wir freuen uns, dass sie das Team tatkräftig verstärkt.



*Mir ist wichtig:* „Aufmerksames und empathisches Zuhören in der Begegnung mit Menschen und aus dem vielfältigen Apothekensortiment den individuell passenden Weg finden.“

**Mag.a pharm. Tanja Thamm**, Pharmazeutin mit Schwerpunkt Komplementärmedizin. Die vielseitige Frau Magistra Thamm bringt italienischen Flair in unsere Apotheke. Sie ist Apothekerin mit großer Einfühlsamkeit im Beratungsgespräch mit den Kundinnen und Kunden. Wir schätzen Ihre Kompetenz und ihr Wissen in Sachen Pflanzenmedizin, Homöopathie, Schüßler Salze, und Aromatherapie.



*mir ist Wichtig:* „immer ein offenes Ohr für die Kundinnen und Kunden zu haben und für jedes Problem die individuell richtige Lösung zu finden.“

**Mag.a pharm. Luisa Amtmann**, Pharmazeutin. Frau Mag.a pharm. Amtmann aus dem schönen Kärnten unterstützt unser Team tatkräftig und motiviert. Wir schätzen ihre Routine und Besonnenheit im Apothekenalltag und freuen uns über ihre humorvolle und geduldige Art und ihren Teamgeist. Sie lässt sich nicht so leicht aus der Ruhe bringen und hat das Wohl der Kundinnen und Kunden immer im Blick. Schön, dass sie bei uns ist!

### Mein aktuelles Lieblingsprodukt für die warme Jahreszeit: Die Belebende Synergie

Nach einem langen und sehr zähen Winter braucht unser Körper und unser Geist Unterstützung, um gestärkt in den Frühling starten zu können. Die belebende Synergie liefert durch Chlorella, Spirulina und Weizengras wichtige Nährstoffe für Stoffwechsel und Energiefreisetzung, Cordyceps und Ginseng erhöhen die Stressresistenz und Ausdauer und in Verbindung mit Ashwaganda und Rosenwurz kommt es auch zu einer Verbesserung von Stimmung und Schlaf. Damit steht einem beschwingten Start in die warme Jahreszeit nichts mehr im Weg. Mehr zu den Terra Nova Produkten – die neue Generation der Nahrungsergänzungsmittel – auf unserer Homepage unter [www.bahnhofapotheke-tulln.at/sortiment](http://www.bahnhofapotheke-tulln.at/sortiment)



Ihre **Mag.a pharm. Luisa Amtmann**



# Bildungstag: Mehr als nur ein Ausflug ...



... eine Inspiration und gute Gelegenheit zur **Weiterbildung** war die Teilnahme von Frau Mag.a pharm. Tanja Thamm und mir bei einem **Symposium** im Rahmen der **intratraditionalen Akademie** in Linz unter der Leitung von Peter Hochmeier. Der Erfahrungsaustausch und die Erörterung verschiedener Themen der ganzheitlichen Natursicht und der traditionellen Medizin brachten Anregungen für unsere fachlichen Diskurse. Insbesondere pflanzengeographische Aspekte und Themen der Präparationstechnik standen diesmal im Mittelpunkt der Gespräche. Der Veranstaltungsort in einem historischen Renaissancepalais am Hauptplatz bot dafür einen würdigen Rahmen.

Wir freuen uns schon auf die nächste Reise nach Linz im Juni. Ihr Apotheker **Mag. pharm. Maximilian Paukovics-Rypar**

**JUNI**  
**21.**  
**MITTWOCH**

## Beratungstag: Nahrungsergänzungsmittel

Kinesiologisches Austesten von Nahrungsergänzungsmitteln mit **Frau Dr. Mag.a Doris Hauk**, klinische Pharmazeutin, Apothekerin und Energetikerin mit Schwerpunkt Mikronährstoffe. Die Austestung und die persönliche, kostenfreie Beratung findet bei uns in der Apotheke, am **Mittwoch 21. Juni, von 10.00 bis 14.00 Uhr**, statt. Es gibt viele Hersteller von Nahrungsergänzungsmitteln am Markt, da fällt es schwer den Überblick zu bewahren und sich für eine Firma zu entscheiden. Terra Nova sticht hier insofern heraus, als der Fokus nicht nur auf den eigentlichen Vitaminen/Spurenelementen liegt, sondern auch auf den Hilfsstoffen, in die diese eingebettet werden. Der sogenannte Magnifood-Komplex besteht aus gefriergetrockneten Pflanzen und/oder Gemüse, die sorgfältig darauf abgestimmt werden die Aufnahme im Darm zu optimieren und die benötigten Vitamine und Spurenelemente auch an den gewünschten Zielort im Körper zu transportieren, wo sich die eigentliche Wirkung entfalten kann.

**Sichern Sie sich Ihren persönlichen und kostenfreien Beratungstermin und melden Sie sich bei uns in der Apotheke an.** Dauer des Beratungsgesprächs etwa 20 Minuten

## Beratungstag: Schüßler Salze

**SEPTEMBER**  
**4.**  
**MONTAG**

## mit Antlitz-Analyse

Schüßler Salze sind Zubereitungen nach der Herstellungstechnik der Homöopathie. Diese stufenweise Verdünnung ergibt eine minimale Partikelgröße der Salze, was sich im Hinblick auf die biologische Verfügbarkeit positiv auswirkt. Die in dieser Weise hergestellten Salze zielen darauf ab, Mängel von mineralischen Stoffen im Körper auf zellulärer Ebene zu beheben.



**Antlitzanalyse am Montag 4. September 2023 in der Zeit von 9 bis 17 Uhr.** Die erfahrene Mineralstoffberaterin **Andrea Voigt** führt eine sogenannte Antlitzanalyse und Schüßler Salz Beratung in unserer Apotheke durch. Bei der Antlitz-Analyse können Mängel an Mineralstoffen festgestellt werden und über die Einnahme von Schüßler Salzen kann so effektiv Gesundheitsvorsorge betrieben werden.



# Die Chef-Empfehlung Il ballo della vita ...



**Rhythmen** sind nicht nur in der Musik von größter Wichtigkeit, auch unser Leben vollzieht sich in vielerlei Hinsicht rhythmisch. Da wäre einmal der **Herzschlag**, der den Takt des Lebens sekundlich vorgibt. Dann das Schilddrüsen- und Nervensystem, das in stetem **Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung** pulsiert. Frauen haben in der mittleren Phase ihres Lebens mit ihrem **Zyklus der Fruchtbarkeit** einen ganz engen Bezug zum Rhythmus des Sein und Werdens. Wir kennen die sogenannte „**Organuhr**“, die auf den Wechsel der Dominanz bestimmter Organsysteme im Körper im Tageslauf hinweist. So haben in der **Nacht** während der üblichen Regenerationszeit Leber und Lunge höchste Priorität, während des **Tages** wiederum, wenn wir Essen, Trinken und Kontakte pflegen die Funktionskreise Niere, Magen und Herz.

**Im Jahreslauf gibt es Zeiten, in denen die Stärkung bestimmter Organsysteme vom Körper besonders gut angenommen werden kann und mit herbomineralischen Mitteln kurmäßige Unterstützung angezeigt ist.** Gerade dann, wenn die körperliche Konstitution in einem entsprechenden Bereich geschwächt ist, empfiehlt sich so eine Kur. Die Fastenzeiten vor Ostern und Weihnachten, die nicht nur spirituell auf die großen Feiertage vorbereiten, sondern auch physiologisch sinnvoll sind, können unter anderem für eine Augenkur genutzt werden. Im **Sommer** können Rosenblüten und Melisse **für das Herz** gegeben werden. Eine **Kräuterkur im Frühjahr** mit Brennessel- und Löwenzahnessenz reinigt das Blut und kann die Leber entlasten. Weniger bekannt, aber auch effektiv unterstützend bewährt sich eine Lungenkur über die Sommermonate, die vorbereitend auf den Winter stärkt. Im Oktober und im November sind die Knochen empfänglich für Hilfe aus dem Pflanzenreich. Es gibt aber noch viele andere und individuelle Möglichkeiten und Gelegenheiten sich Gutes zu tun und die **Organsysteme** zu stärken.

Die so dem **Körper geschenkte Aufmerksamkeit ist die beste Maßnahme für die Erhaltung der Gesundheit** und zur Verbesserung des Allgemeinzustandes. Die Heilkraft der Natur wappnet den Menschen und hilft ihm **aus eigener Kraft** gut mit den Anforderungen des Lebens zurecht zu kommen. In diesem Sinne unterstützen und beraten wir Sie gerne persönlich bei uns, in der Apotheke.

Alles Liebe wünscht Ihnen Ihr Apotheker **Mag. pharm. Maximilian Paukovics-Rypar**

# Schminktipp für die bunte Jahreszeit

Für ein frisches, leichtes Make-Up empfehle ich als „Primer“ (Basis) eine Sonnencreme zu benutzen, denn die schützt und pflegt. Besser als eine deckende Foundation funktioniert im Sommer ein **Make-Up mit Puder und Concealer**, weil die Haut darunter besser atmen kann! Concealer ist ein flüssiger Abdeckstift, der den Hautton harmonisiert. Besonders dezent und trotzdem wirksam unter den Augen und für die Nase ist der

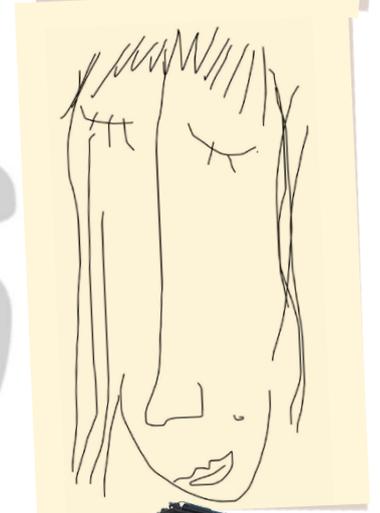
„**light reflecting**“ **Concealer** von Dr. Hauschka Naturkosmetik. Er deckt nicht ab, sondern arbeitet mit der Haut und lässt sie strahlen. Bunt und glänzend und pflegend ist im Sommer Lipgloss statt Lippenstift: mein Lieblings-Lipgloss derzeit Goji (03) und Blackberry (04) auch von Dr. Hauschka Naturkosmetik.

Viel Spaß beim Schön-machen und ob mit oder ohne Schminke wünsche ich Euch einen guten Start in den Sommer!

*Marlene*



Gedicht  
Haare vor den Augen  
Finger  
Streichen sie  
Hinter die  
Ohren  
Dann sieht der Blick  
Oben  
Staunen  
Auf den Boden schauen  
Haare fallen  
Vor die Augen  
Die Finger  
streichen wieder  
Die Haare  
sanft zurück  
Theo Colarusso



## Tschüss Test-Container

Nach vielen Monaten des Testens haben wir am 30. April 2023 um 14 Uhr die Pforten unseres Testcontainers geschlossen. Wir bedanken uns für Ihre Treue und das viele Lob, das wir von Ihnen geerntet haben. Wir sind gerne weiterhin in der Apotheke für Sie da und wünschen beste Gesundheit!

Ihr **Team der Apotheke Hauptbahnhof Tulln**



**Herausgeber/Redaktion:** Apotheke Hauptbahnhof Tulln KG, Mag. pharm. Maximilian Paukovics-Rypar, Bahnhofstraße 69, 3430 Tulln  
**Kontakt:** Telefon +43 2272 65 372, office@bahnhofapotheke-tulln.at, www.bahnhofapotheke-tulln.at; **Gestaltung:** Wolfgang Krasny, Astrid Rypar  
**Öffnungszeiten:** Montag bis Freitag 8.00–18.00 Uhr, Samstag 8.00–12.00 Uhr (Nacht-, Wochenende- und Feiertagsdienste laut Aushang)  
**Bilderrechte:** Mag.a Astrid Rypar, google.com, Pixabay.com, Freepik.com; **Hersteller:** www.druck.at