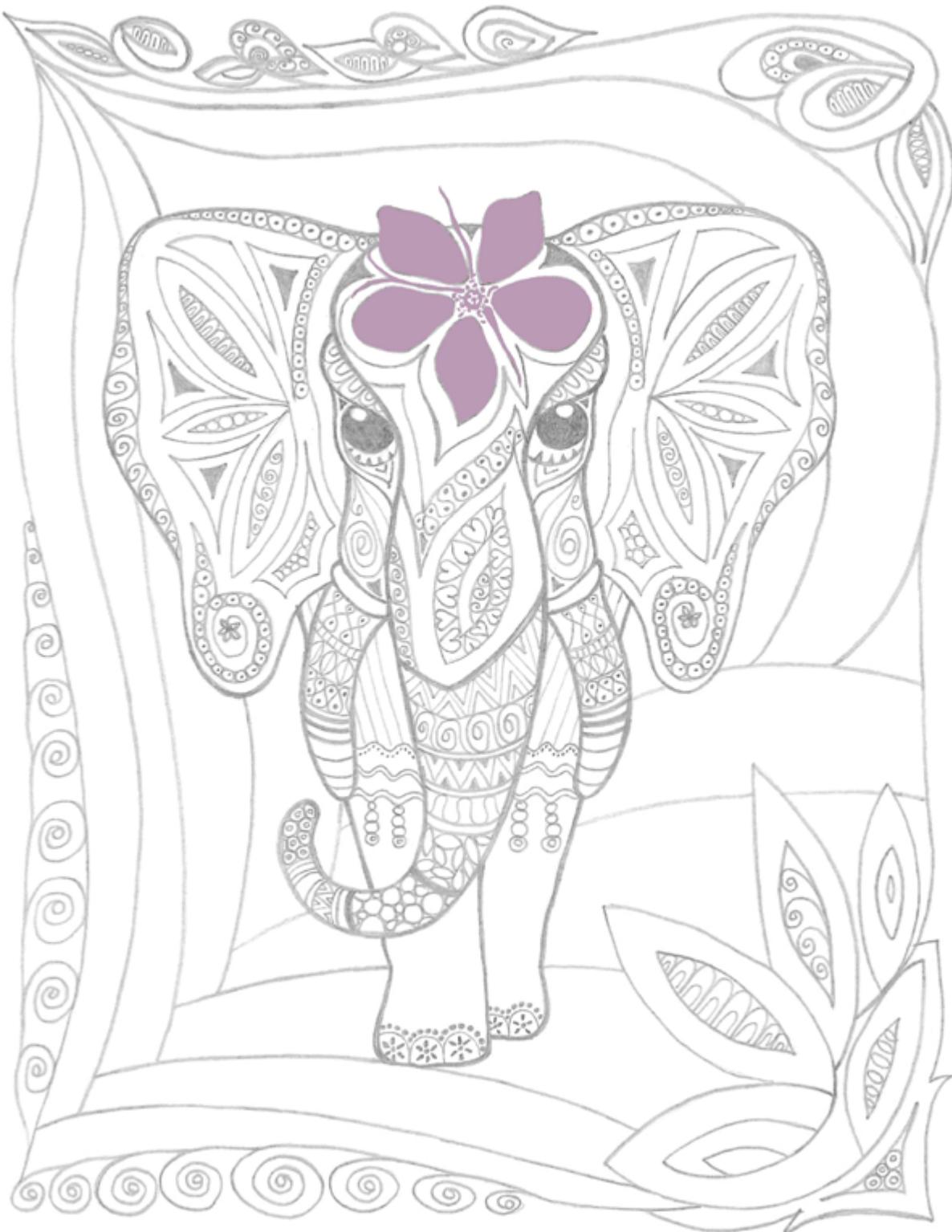




Purpur News

ZEITSCHRIFT FÜR MENSCHEN MIT GESUNDER LEBENSEINSTELLUNG



6 KÖRPERGEFÜHL
Bewegung genießen
– Sonne und Salz
auf unserer Haut



13 GESUNDE BLASE
Die Sommerzeit nützen,
um Wärme und Kraft
zu tanken



15 COOLE LOUNGEMÖBEL
Der purpur.laden bietet
lässige Möbel für das
Outdoor-Wohnzimmer



„In der Ruhe
liegt die Kraft.“

Konfuzius

Königlich, kraftvoll und sanft zugleich – der Elefant als Symbol für Macht, Weisheit, Friede und Glück wird seit jeher in Indien verehrt. Mit seiner in sich ruhenden Stärke scheint er alle Hindernisse überwinden zu können. Elefanten können über 80 Jahre alt werden. Sie stehen für Vitalität und ein langes Leben.

KRAFTTIER ELEFANT

Krafttiere können uns in herausfordernden Lebensphasen oder schwierigen Situationen als Beschützer und Lehrer weiterhelfen. Manchmal erscheinen sie uns im Traum. Oft fühlen wir uns zu ihnen besonders hingezogen oder sie begegnen uns als lebendiges Symbol immer wieder – wir sehen hin und nehmen sie wahr. Das Krafttier Elefant schreitet majestätisch und doch leise in unser Leben. Er symbolisiert Treue und Schutz, versammelt seine Lieben um sich und kümmert sich fürsorglich um sie. Seine Botschaft ist, mit Sanftheit und festem Schritt dafür einzutreten, was für uns wertvoll und wichtig ist. Er führt uns zu innerem Frieden, zu Gelassenheit und zeigt, wie man aus Erfahrung wirklich klug wird. Er lehrt uns aber auch, ge-



TEM-Sommer-Such-Gewinnspiel

Knacken Sie das Lösungswort unseres TEM-Such-Gewinnspiels.

Die ersten 300 Teilnehmer erwarten je **5 ml EnergiePUR-Tropfen**. Alle richtig ausgefüllten Gewinnkarten nehmen an der Verlosung der drei Hauptgewinne teil:

- 1. PREIS: Pflanzliche Reiseapotheke** im Wert von € 67,50
- 2. PREIS: Deo-Paket** im Wert von € 40,-
- 3. PREIS: „max and me“-Handmassage** im Wert von € 35,-

Vor- und Zuname, Titel

Telefonnummer

Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

E-Mail-Adresse

Der Farbkreis
nach Johannes Itten



Der 12-teilige Farbkreis zeigt die Beziehungen der Farben zueinander. Die Primärfarben Rot, Gelb, Blau in der Mitte sind umgeben von den daraus gemischten Farben Orange, Grün, Violett. Den Kreis ergänzen die Zwischenstufen. Einfach selber mischen und in die bunte Farbenvielfalt eintauchen.

duldig zu sein und Mitgefühl zu haben. Denn Macht und Kraft gehen auch immer mit Verantwortung einher.

ACHTSAMKEITSMALBILD PURPUR-ELEFANT

Malen Sie Ihren eigenen Glückselefanten. Das Ausmalbild auf der Titelseite lädt Sie ein, ganz intuitiv und aus dem Bauch heraus zu Farben zu greifen und den Purpur-Elefanten bunt strahlen zu lassen. Schnappen Sie sich einfach Buntstifte und erfreuen Sie sich an der farbenfrohen Welt Ihres selbst gestalteten Elefanten.

Wir wünschen Ihnen mit Ihrem Glückselefanten einen erholsamen Sommer voller Fröhlichkeit und Lebensfreude.

Herzlichst,

Mag. Dina Theresia Rahman und das Purpur-Team

P.S.: Weitere Ausmalvorlagen gibt es direkt bei uns in der purpur.apotheke. Einfach vorbeikommen und abholen.

Die nächste Ausgabe erscheint im September 2017.

Und so funktioniert's: Wir haben in der Zeitschrift Elefanten-Zeichnungen mit jenen Buchstaben versteckt, die dem Lösungswort unten fehlen. Finden und schreiben Sie diese in der richtigen Reihenfolge in die leeren Felder. Füllen Sie bitte auch den Teilnahmechein vollständig und leserlich aus. Sie können Ihre ausgeschnittene Gewinnkarte in der Apotheke abgeben oder in einem frankierten Kuvert senden an: Purpur Apotheke, Radegunderstraße 47, 8045 Graz. Oder Sie mailen die Lösung einfach an apotheke@purpurapotheke.at. Einsendeschluss ist der 15. Juli 2017.

Mit der Teilnahme am Gewinnspiel stimme ich der Veröffentlichung meines Namens in der Kundenzeitschrift und auf der Website der purpur.apotheke zu.

Nette Gesten, die uns erfreuen. Auch der Duft der Rose wird so bezeichnet:

H				Ö				E
---	--	--	--	---	--	--	--	---

Ihre Daten werden vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben. Die Gewinner werden schriftlich oder telefonisch verständigt. Die Verlosung findet unter Ausschluss der Öffentlichkeit und des Rechtsweges statt. Gewinne können nicht in bar eingelöst werden. Pro Person ist nur eine Gewinnkarte gültig.

Schwitzen und cool bleiben

Normaler Körperschweiß ist gesund und lässt sich natürlich regulieren.

Sommer, Sonne, chillen. Spätestens zu den Hundstagen – der heißesten Zeit des Jahres zwischen 23. Juli und 23. August – merken wir, wie das Kühlaggregat unseres Körpers, das Schwitzen, auf Hochtouren läuft. Da tut es gut, wenn wir ein paar Gänge zurückschalten und die Seele baumeln lassen.

Beim normalen Schwitzen wird Wasser auf der Körperoberfläche zum Verdunsten gebracht und damit der Haut Wärme entzogen. Doch Schweiß dient nicht nur zur Temperaturregulation. Gleichzeitig werden nicht benötigte, schädigende Stoffe ausgeschieden. Schwitzen stellt daher für unseren Körper auch eine wichtige Ausleitungs- und Entgiftungsfunktion dar. Besonders während wir Schlafen finden diese Regenerationsprozesse statt. Bis zu einem halben Liter Schweiß pro Nacht ist ganz normal und ein wesentlicher Bestandteil eines gesunden Stoffwechsels. Deshalb ist es so wichtig, dass wir unser natürliches Schwitzen nicht unterdrücken. Es gibt aber einige Tricks und wirksame Hilfe aus der Natur, die uns während der heißen Tage unterstützen können.

PHYTOKRAFT & BASENPULVER

Lauwarm ist die Temperatur der Wahl bei Hitze – das gilt für Getränke wie für Duschwasser. Dadurch wird unser Körper bei der Temperaturregulation am besten unterstützt. Aus der Welt der Heilpflanzen ist Salbei unser Freund und Helfer – als Tee, Badezusatz, als Kapseln oder

Phytoessenz. Die spezielle Kräuterkombination, die neben Salbei den nervenberuhigenden Lavendel und die ausgleichende Schafgarbe enthält, lässt uns frisch und frei fühlen. Gegen schweißnasse Hände und Füße haben sich Bäder mit Basenpulver bewährt. Die basischen Mineralien pflegen und bringen die Haut wieder ins Gleichgewicht. ❁

Entgeltliche Einschaltung



BEI NACHTSCHWEISS

Gegen Schlafstörungen durch nächtliches Schwitzen. Die Kapseln enthalten eine hochwertige Kombination natürlicher und pflanzlicher Inhaltsstoffe zur Hemmung der Schweißbildung und Verbesserung der Schlafqualität. Mit pflanzlichen Extrakten aus Salbei, Hopfen und Baldrian, Melatonin sowie B-Vitaminen.

Entgeltliche Einschaltung



SOAPWALLA DEO-CREME

Natürlicher, lang anhaltender Schutz. Ultrafeine Gemüsepulver, Tonerden und ätherische Ölen absorbieren effektiv Feuchtigkeit und dämmen Bakterien ein. Soapwalla Deodorant Creme ist vegan und frei von Chemikalien, Petroleum, Aluminium und Zirkonium. Für besonders empfindliche Haut auch natronfrei erhältlich.



Magenschmeichlerin Feige

Die vitalstoffreiche Frucht lindert seit jeher seelisches wie körperliches Bauchweh.

PFLANZENSTECKBRIEF



ECHTE FEIGE (*Ficus carica*)



Wuchsform: Strauch oder Baum,
3 bis 10 m hoch

Synonyme: Essfeige

Pflanzenfamilie:

Maulbeergewächse (Moraceae)

Verwendete Pflanzenteile:

Früchte, Knospen und Milchsaf

Anwendungsbereiche:

Krämpfe und Entzündungen im Magen-Darm-Trakt, Arteriosklerose, Herzzunruhe, psychosomatische Beschwerden wie Neurosen, Angst- und Panikerkrankungen, Zwänge, Gereiztheit, depressive Verstimmung

Die echte Feige gehört zu den ersten Pflanzen, die vom Menschen domestiziert wurden. Sie bildet viele süße Früchte und erfreut ihre Besitzer bei gutem Standort mit bis zu drei Ernten pro Jahr. Daher gilt sie auch seit Jahrtausenden als Sinnbild für Fruchtbarkeit und Lebenskraft. Den bronzezeitlichen Kulturen rund

Feigen gehören zu den Top 10 der basischen Lebensmittel und sind eine ideale, gesunde Alternative für Naschkatzen.

um das Mittelmeer gelang – neben dem Anbau von Oliven und Weintrauben – auch durch die Nutzung des Feigenbaums ein beträchtlicher Aufschwung.

In religiösem Zusammenhang tritt der Feigenbaum als biblischer Scham-Bedecker auf, er beschirmte aber auch das Haupt Buddhas, als jener unter ihm die Erleuchtung fand. So symbolisiert die Feige Üppigkeit im weltlichen wie auch im spirituellen Sinne und vermag die Bedürfnisse aus beiden Sphären gut zu vereinen.

KÖRPER & SEELE IN BALANCE

Unser vegetatives Nervensystem können wir uns als Kontaktstelle zwischen reinen Körperfunktionen und unserer Gedanken- und Gefühlswelt vorstellen. So lassen sich etwa Herzschlag, Atmung und Verdauung kaum willentlich beeinflussen, starke Emotionen hingegen – Stichwort: Stress – bringen aber sehr wohl Organfunktionen und Stoffwechselläufe aus dem Gleichgewicht.

Die Heilkräfte der Feige haben einen ausgesprochen beruhigenden und ausgleichenden Einfluss auf dieses sensible Nervensystem. Sie regulieren dabei z. B. ungesunde Überreaktionen unserer Drüsen. Am deutlichsten sehen wir die Verknüpfung zwischen Seele und Körper, wenn wir uns den Magen-Darm-Trakt ansehen.



VERDAUUNGSWUNDER

Neben der harmonisierenden Wirkung auf Magennerven und -schleimhaut hilft die Feige auch dabei, Entzündungen und Krämpfe zu lindern – von Magen und Darm über Leber und Galle bis hin zur Bauch-

speicheldrüse. Der hohe Gehalt an Ballaststoffen regt einerseits die Darmtätigkeit an, andererseits liefern diese Ballaststoffe wertvolle Nahrung für die „guten“ Darmbakterien. So wirkt die Feige gleich doppelt gegen Verstopfungen. Darüber hinaus fördern zahlreiche Enzyme unsere Verdauung.

VOLLER MIKRONÄHRSTOFFE

Ihre Süße erhält die Feige durch eine optimale Zuckerzusammensetzung von Monosacchariden, Fruktose und Glukose, die den Blutzuckerspiegel nur langsam ansteigen lassen und dadurch Heißhunger bremsen. Darüber freuen sich Diabetiker ebenso wie Abnehm-Willige. Mit ihrem hohen Anteil an Kalium, Kalzium und Eisen sind Feigen außerdem hervorragende Basenbildner, die gegen Übersäuerung eingesetzt werden können. Überhaupt zählt die Feige zu den basischsten Lebensmitteln, die wir kennen.

Wer keine Laktose verträgt oder vegan lebt, findet in der Feige eine gute Kalziumlieferantin zur Versorgung

von Knochen und Zähnen. Und mit reichlich Kalium und Magnesium trägt die Feige auch zu unserer Herzgesundheit bei, indem sie hilft, den Blutdruck in einen normalen Bereich zu bringen. Die enthaltenen Antioxidantien schützen uns vor vorzeitiger Gefäßverkalkung, etwa das Vitamin C. Apropos Vitamine: Die ebenfalls vorkommenden Kandidaten A und E beugen Augenkrankheiten vor, und die Vertreter der B-Fraktion schenken uns Konzentrationsvermögen, starke Nerven, Ausgeglichenheit und einen guten Schlaf.

Beim schonenden Trocknen büßt die Feige zwar einen Teil der Vitamine ein, aber die Mineralien bleiben erhalten und können ihre guten Dienste noch Monate nach der Ernte tun.

In der Pflanzenmedizin wird vor allem das Gemmo-Mazerat aus den Feigenknospen verwendet. Es enthält die geballte Heilkraft des Feigenbaums, die sich sehr gut mit jener anderer Pflanzen kombinieren lässt – z. B. mit der schwarzen Johannisbeere gegen Sonnenallergien. *

FEIGEN-TROPFEN

Beruhigend und ausgleichend. Die Kraft der Feigenknospen hilft, das vegetative Nervensystem im Gleichgewicht zu halten und unsere innere „Stress-Achse“ zu regulieren. Die Inhaltsstoffe sorgen für die Befeuchtung und den Schutz von Haut und Schleimhäuten, besonders im Magen und Dünndarm. Enthält u. a. Vitamin C, Eisen und Kalzium.



50 ml: € 14,70

MAGEN.PUR-TROPFEN

Bei Druckgefühl und Magenübersäuerung. Die Tropfenmischung dient der Beruhigung des Magens. Sie enthält u. a. Feigenknospen, welche das Magennervensystem entspannen, sowie Marmor zur Regulierung der Magensäureproduktion.



50 ml: € 17,90



Symbolbild © shutterstock | Heike Rau

Zutaten für ca. 5 Gläser à 100 ml:
500 g frische Feigen, 1 EL Senfkörner, 120 g scharfer Senf (Dijon-Senf), 100 ml Sherry, Schale einer halben unbehandelten Zitrone, 1 TL Honig, 1 TL Kren, 250 g Gelierzucker 2:1, 1 EL Balsamico-Essig und 2 EL Olivenöl (zum Abdecken der Senfmasse)

Zubereitung:

Die Feigen waschen, schälen und in Stücke schneiden, die Senfkörner im Mörser zerstoßen. Die Feigenstücke mit dem Sherry, Zitronenschale, Kren, Gelierzucker, Honig und Balsamico-Essig in einen Topf geben, miteinander vermengen und 30 Minuten durchziehen lassen. Feigenmasse unter ständigem Rühren 5 Minuten sprudelnd kochen lassen, Senf und Senfkörner einrühren, 1 Minute weiterkochen. In saubere Gläser füllen, mit Olivenöl bedecken, Deckel darauf schrauben. Die ausgekühlten Gläser kühl und trocken lagern.

Tipp: Es verleiht dem Feigensenf eine angenehme Würze, wenn man 1 EL geriebenen Ingwer beimengt.



von Bernadette Reitingner, PKA



Sonne & Salz auf der Haut

Geheimnis Bewegung. Die Welt hinter Bodykult und Fitnesswahn für sich entdecken.

Die Laufschuhe schmiegen sich an unsere Füße, während wir die Maschen binden. Wir wippen leicht auf unseren Zehenspitzen, spannen die Wadenmuskeln an. Langsam steigt die Vorfreude in uns hoch, die die letzte Müdigkeit vertreibt: Es geht los. Der Pfad schlängelt sich durch eine Allee. Die Baumkronen bilden über uns ein grünes Dach. Wir gehen es sanft an und fühlen in uns hinein: Hallo Körper, wie geht's? Wir spüren, wie auch die Sonne hilft, unsere Muskeln auf Betriebstemperatur zu bringen. Als wir um die Kurve biegen, sehen wir den ersten Anstieg und bemerken die Lust, hinaufzuspringen. Unser Körper spannt sich an und wir legen los. Wir fliegen über den Pfad, unser Atem wird schneller und tiefer. Der Schweiß sucht sich seinen Weg entlang der Schläfen. Oben an der Kuppe angelangt, tut sich ein wunderbarer Blick in die Landschaft auf. Wir werden langsamer und genießen das Gefühl, außer Atem zu sein. Mit dem Bedürfnis, innehalten zu wollen, lassen wir die Beine auslaufen. Wir bleiben stehen und lauschen: Nach innen und

nach außen. Wir spüren eine leichte, wohltuende Brise aufkommen, die den Geruch von frisch geschnittenem Gras zu uns herüber trägt. Wir lassen unseren Blick in die Weite gleiten – bis zum Horizont und darüber hinaus. Als das markante Klopfen eines Spechts uns wieder zurückholt, merken wir, dass wir Pulsuhr und Handy vergessen haben. Was für ein Glück.

LEBENSFREUDE KÖRPERGEFÜHL

Ohne Leistungsdruck die Freude an der Bewegung und am eigenen Körper zu genießen, ist ein Erlebnis, das weit über das Ziel hinausgeht, Kilos zu verlieren oder eine Bestzeit zu erreichen. Wenn wir von Kindheit an Bewegung und Sport mit Wettbewerb verbinden, verlieren die einen die Lust an der Bewegung, die anderen verlieren sich im Leistungsdruck und werden verbissen. Was in beiden Fällen verloren geht, ist die Leichtigkeit und das Körpergefühl. Wenn wir dem Kopf auch in unserer Freizeit das Steuer überlassen, fällt es uns schwer, die Sinne wiederzuentdecken. Mithilfe von Achtsamkeitsübungen, die wir während dem

Laufen, Walken, Wandern oder Biken einfach einbauen, können wir wieder in die Welt der Sinne eintauchen. Hier drei ganz einfache Übungen zum Ausprobieren:

✿ STILLE ERLAUSCHEN

Wir schließen die Augen und atmen bewusst ein und aus. Wir nehmen die unterschiedlichen Geräusche und Töne rund um uns wahr. Dadurch deaktivieren wir den Filter, der uns ansonsten vor Reizüberflutung schützt.

✿ STEINE MUSTERN

Wir sammeln verschiedene Steine und betrachten sie aufmerksam. Jeder Stein ist anders, einzigartig. Wir legen die Steine in Muster auf – in Spiralen, in Kreisen, in kleinen Türmen. Das fördert den achtsamen Umgang mit uns selbst und mit der Umwelt.

✿ FARBEN FANGEN

Wir entscheiden uns für eine Farbe, z. B. Violett. Wir lenken unsere Achtsamkeit auf alles Violette in unserer Umgebung. Wir werden staunen, welche Dinge wir alle wahrnehmen, denen wir sonst keine Beachtung geschenkt hätten. ✿

PURPUR.YOGA



Der Baum (Vrksasana) schenkt uns Stärke und Stille.

Mag. pharm. Dina Theresia Rahman, Apothekerin und Yoga-Instruktorin in Ausbildung beim City Yoga Graz

Diese Asana fördert den Gleichgewichtssinn, stärkt die Füße, die Beine und die Rückenmuskulatur, öffnet die Hüfte, beruhigt Körper und Geist, verleiht Kraft und Stärke, unterstützt Klarheit und Ruhe.



ICH FANGE AN.



ICH MACHE WEITER.



ICH FORDERE MICH HERAUS.

Komm in einen aufrechten, bewussten Stand – Tadasana (die Berghaltung). Verwurzele deine Füße gut mit dem Boden. Zieh deinen Bauchnabel nach innen in Richtung Wirbelsäule. Halte deine Mitte stark. Finde einen ruhigen und tiefen Atem. Deine Arme und Schultern sind entspannt. Das Kinn zieht leicht zur Brust. Spüre die Ruhe, die sich in deinem Körper ausbreitet. Verlagere dein Gewicht auf das linke Bein. Halte die Verbindung zur

Erde, fühle die Verwurzelung nach unten. Atme ein und drücke deinen rechten Fuß gegen deinen linken Oberschenkel. Starkes Standbein, Kniescheibe zieht nach oben. Atme aus und öffne das rechte Knie nach außen und unten. Fühle die Öffnung in der Hüfte ...

Atme ein und verlängere die Wirbelsäule nach oben. Starkes Standbein, kräftige Mitte. Atme aus und ziehe dein Steißbein leicht nach unten. Atme ein und bringe deine

Arme nach oben, lass die Schultern tief und zieh sie weg von den Ohren. Atme aus und fühle die Energie bis in die Fingerspitzen deiner gespreizten Hände. Halte diese Pose für 3 bis 10 Atemzüge, atme aus und komm in die Berghaltung zurück. Spüre nach und wechsele dann die Seite.

TIPP: Schenk Dir ein Lächeln, wenn Du wackelst oder aus der Pose fällst. Atme tief und ruhig und komme mit Freude wieder in den Baum.

MULTI-MAGNESIUM-7-KAPSELN

Rasche Erholung – starke Muskeln. Besonders bei sportlicher Betätigung steigt der Magnesiumbedarf unseres Körpers. Die veganen Kapseln liefern den wichtigen Mineralstoff Magnesium in gut aufnehmbarer Form – in sieben verschiedenen Verbindungen. Hält Herz und Muskeln gesund.



CORDYCEPS-VITALPILZ-EXTRAKT-KAPSELN

Sauerstoff-Booster für die Zellen. Der wertvolle Heilpilz wird in Asien schon seit über 2.000 Jahren eingesetzt. Er verbessert die Sauerstoffversorgung und steigert so die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Er wirkt stimmungsaufhellend und stärkt Libido, Lunge und Immunsystem.



ENERGIE.PUR-TROPFEN

Neue Kraft und natürliche Vitalität. Mit Alfalfa, das dank seiner Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente wie ein natürliches Vitaltonikum wirkt. In den Tropfen werden seine kraftspendenden Eigenschaften zusätzlich durch Gold, Silber und mehrere Edelsteine unterstützt.



**KAPSELPASS
9+1 GRATIS**

60 Stück: € 19,90
60 Stück: € 33,90

50 ml: € 17,90

MÜCKENSCHRECK À LA NATURE

Bestens gewappnet gegen Gelsen und Zecken.

Mit der Kraft von Lavendel, Niaouli, Nelkenknospen & Pfefferminze gegen lästige Insekten. Wirksame Abwehr mit Mückenschreck-Spray und Insekten-Stop-Roll-on. Gegen den Juckreiz mit Globuli und Nach-dem-Stich-Roll-on. Stich-weg-Globuli, 10g: € 9,90

Mückenschreck-Spray, 50 ml: € 9,80

Nach-dem-Stich-Roll-on, 10 ml: € 10,80

Insekten-Stop-Roll-on, 10 ml: € 10,80



Alles
wieder
gut

HAUT-LIFE-GUARDS

Erste-Hilfe bei Sonnenbrand & Co.

Der Spray enthält u. a. Linde und Aloe vera zur Kühlung und Beruhigung sowie desinfizierendes Silber, das die Haut vor Infektionen schützt.

Der Balsam mit Kamille und Macadamia hilft auch bei Insektenstichen und Verbrennungen.

HautwohIPUR-Spray, 30 ml: € 14,90, Apothekers SOS-Balsam, 100 ml: € 16,90



Symbolfoto

Chanclas by Simone Herrera.

Aus rutschfestem, weichem Naturkautschuk. Je Paar: ab € 29,-

GLOBULI-REISEAPOTHEKE

Homöopathische Apotheke für daheim & unterwegs.

Individuell zusammenstellbares Globuli-Set in einem handgefertigten Täschchen-Unikat. Es gibt Globuli-Sorten für verschiedenste Beschwerden. Tasche mit 15 Phiolen: € 60,-

Nachfüllung, je Phiolen: € 3,-



Entgeltliche Einschaltung



BEPANTHEN® SPRAY

Hilfe bei Sonnenbrand: Bepanthen® Schaumspray kühlt sofort, lindert dadurch den Schmerz, und zieht schnell und von selbst ein. Er führt der Haut bei Sonnenbrand und leichten Verbrennungen nachhaltig Feuchtigkeit zu – das unterstützt den Heilungsprozess und lindert die Hautreizung.

Medizinprodukt

L.AT.MKT.04.2017.5717

'O SOLE MIO

Für einen gesunden Sommer-Teint.

Neben UV-Filtern braucht die Sommerhaut viel Feuchtigkeit – und keine unnötige Chemie.

Eco by Sonya Winterskin, 200 ml: € 36,95

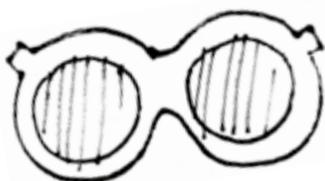
Coola LipLux, 4,2 g: € 16,50

Coola MakeUp Setting Spray, 50 ml: € 42,50

Sport Classic Spray Pina Colada, 236 ml: € 42,50

Helan Bio-All-Over-Erdpuder, 7,5 g: € 32,-

Helan Pinsel-Set, 5-teilig: € 15,20



MIT GUTSHEIN GÜNSTIGER siehe Seite 16

PHYTO-HAUSAPOTHEKE

Pflanzliche Tropfenmischungen für alle Fälle.

Jeweils 5 Pipettenfläschchen haben Platz in den hochwertigen, sozial gefertigten Taschen von heidenspäss®.

Tasche mit 5 Fläschchen à 20 ml € 67,50

Nachfüllung, je 20 ml: € 9,90, Tasche, je: € 18,-

Entgeltliche Einschaltung



PRE UND AFTER SUN

Zur langfristigen Vorbereitung der Haut auf die Sommersonne – einige Wochen vor dem ersten Sonnenbad regelmäßig angewendet. Hoch verdünnte Mineralstoffe stärken sonnenempfindliche Haut, OM24® schützt vor freien Radikalen. Nach der Sonne beruhigt und regeneriert Aloe vera die Haut und schenkt ihr Feuchtigkeit.



GRIECHISCHER BERGTÉE

Schenkt mehr innere Ausgeglichenheit.

Der Serotonin-Booster mildert Unruhe und Ängste, verbessert den Schlaf und fördert eine friedliche, freundliche Stimmung.

Säckchen, 60g: € 7,90, Glas, 20g: € 5,90



Unser Darm geht auf Reisen

Darmpflege mit Pro- und Präbiotika sorgt auch am Urlaubsort für ein gutes Bauchgefühl.

Mit der Hilfe von Milliarden an Mikroorganismen steuert und unterstützt unser Darm viele Stoffwechselprozesse – z. B. die Nährstoffaufnahme aus Lebensmitteln, die Entgiftung und das Immunsystem. Daher gilt es, den nützlichen Bakterien in unserem Dickdarm ein gemütliches Zuhause zu bieten, damit sie sich vermehren und gerne für uns arbeiten.

Doch wie stellen wir das an? Mit neuen, netten Mitbewohnern und mit der richtigen Nahrung.

HER MIT DEN PROBIOTIKA!

Als gute Kollegen und Nachbarn sind einige Bakterienstämme besonders beliebt: *Lactobacillus casei*, *Lactobacillus acidophilus* und *Bifidobacteri-*

um *bifidum* zum Beispiel. Gelangen diese unbeschadet durch Magen und Dünndarm, können sie sich schließlich im Dickdarm ansiedeln. Hier tragen sie dann zu unserem Wohlbefinden bei, indem sie etwa durch die Produktion von Milchsäure den pH-Wert des Darmmilieus senken. Das erleichtert den Verdauungsenzymen die Arbeit und vermindert zu-

FLORA.FLUID-TRINKAMPULLEN

Für eine ausgewogene Darmflora.

Mit speziell aufbereiteten Fermenten, die ideal geeignet sind, um das Wohlbefinden unserer Darmflora zu bewahren oder sie wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Enthält u. a. präbiotisch wirkende Galacto-Oligosaccharide sowie *Lactobacillus acidophilus* und *Lactobacillus plantarum*. Mit Pfirsichgeschmack.



10 Ampullen à 10 ml: € 12,50

BAUCH.PUR-TROPFEN

Stimulieren die Verdauung, wirken krampflösend und schmerzstillend.

Zur Behandlung von Magen-Darm-Erkrankungen, wie Reizmagenerkrankungen, bei Krämpfen, Erbrechen und Durchfall sowie zur Unterstützung bei Magenschleimhautentzündung (Gastritis). U. a. mit Kamille, Mariendistel und Pfefferminze.



50 ml:
€ 19,90

SCHWARZKÜMMELÖL-KAPSELN

Zur intensiven Darmreinigung. Die im Öl enthaltenen antibakteriellen und antimikrobiellen Stoffe reinigen den Darm sorgfältig und lindern Verdauungsbeschwerden und Blähungen auf natürliche Weise.



KAPSELPASS
9+1 GRATIS

60 Stück:
€ 19,90



gleich die Freisetzung krebserregender Substanzen. Zusätzlich stimulieren die „guten Bakterien“ das Immunsystem und stärken die Darmwand. Enthalten sind diese Multitalente in „probiotischen“ Lebensmitteln – entweder von Natur aus oder sie werden diesen zugesetzt. Nahrungsmittel, die nicht erhitzt oder pasteurisiert, sondern durch Essig- oder Milchsäuregärung haltbar gemacht werden, sind seit jeher wichtige natürliche Probiotika, z. B. Sauerkraut, Kefir oder Kombucha. Zugesezte Bakterienstämme finden sich vor allem in Joghurt- und Milch-Zubereitungen, die oft Zucker oder Zuckersatzstoffe erhalten und einen gegenteiligen Effekt auslösen.

Die nützlichen Gesundheitsassistenten fühlen sich zwar im Dickdarm ausgesprochen wohl, bei jedem Stuhlgang verlässt uns jedoch ein großer Anteil von ihnen wieder. Darum müssen wir regelmäßig für Nachschub sorgen – am besten mit hochwertigen Präparaten in Apothekenqualität.

Weiter geht's auf Seite 12 →

TIPPS FÜR REISEN IN SÜDLICHE, HEISSE LÄNDER

VORHER

PRO- & PRÄBIOTIKA

Unser Darm lässt sich gerne vorab und ganz gemütlich auf die neuen Gegebenheiten am Urlaubsort einstellen. Dazu sollten wir mit der Einnahme von Pro- und Präbiotika schon einige Wochen vor Reiseantritt beginnen. So kann sich eine gute Mannschaft im Dickdarm sammeln und schon einmal einarbeiten.

VOR ORT

RUND UMS WASSER

Oberste Regel: Kein Leitungswasser trinken! Im Zweifelsfall auch nicht fürs Zähneputzen verwenden. Und bei allen Arten von Getränkeflaschen gilt es darauf zu achten, dass sie original verschlossen sind – und nicht nachgefüllt. Das „Plopp“ beim Öffnen gibt Sicherheit.

BAKTERIEN-FEINDE MEIDEN

Eine eiweißlastige Ernährung mit vielen tierischen Proteinquellen sorgt, ähnlich wie zu viel Zucker und Weißmehlprodukte, für eine Dezimierung der Darmflora. Wer jedoch viele verschiedene Obst- und Gemüsesorten auf dem Speiseplan hat, beherbergt meist auch eine größere Vielfalt an Darmbakterienstämmen.

ESSEN & TRINKEN

Eiswürfel und offenes Speiseeis sollten wir genauso meiden wie Blattsalate und Beerenfrüchte. Stattdessen nur Obst und Gemüsesorten verzehren, die sich auch schälen lassen, z. B. Gurken, bzw. gekocht sind. Tabu sollten Gerichte und Saucen mit rohen Zutaten sein, etwa Mayonnaise.

Entgeltliche Einschaltung



CARBO SLIM® ENERGY

Der Stoffwechsel-Energie-Turbo für die schlanke Linie: Die neue Bio-Formel CarboSlim® Energy enthält einen patentierten Extrakt aus Bitterorangen, der die Kalorienverbrennung fördert. Hochdosiertes Vitamin B5 und Vitamin B6 optimieren den Energiestoffwechsel, L-Carnitin unterstützt die Fettverbrennung.

ENTGIFTUNGSPARTNER: DARM UND HAUT

Unsere beiden größten Ausscheidungsorgane arbeiten eng zusammen. Das merken wir z. B. bei einer Darmreinigung, weil ein Teil der Entgiftung über die Haut erfolgt. Die beiden Funktionskreise haben – gemeinsam mit unserer Atmung, die ebenfalls an der Entgiftung unseres Körpers beteiligt ist – auch eine sehr enge Verbindung zu unserem vegetativen Nervensystem. Und damit zu unserem Gefühlsleben. Nicht umsonst heißt es: „Die Haut ist das Spiegelbild unserer Seele.“

Um unsere Entgiftungsorgane und unser seelisches Wohlbefinden zu unterstützen, haben wir also mehrere Ansatzmöglichkeiten – nach dem

Motto: „Gepflegter Darm, strahlende Haut und entspannte Seele.“

WEIHRACH-BALSAM

Der entzündungshemmende Weihrauch hilft beim ganzheitlichen Heilungsprozess – er pflegt und schützt trockene sowie irritierte Haut, gibt uns aber auch psychischen Halt und vermittelt Sicherheit.

MIT GUTSCHEIN GÜNSTIGER siehe Seite 16



50 ml: € 13,90

Diese bringen die nützlichen Bakterien unbeschadet von der Magensäure bis in den Dickdarm. Gerade bei einseitiger Ernährung, Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder Antibiotika-Therapien ist diese Darmpflege wichtig.

GUTES BAKTERIEN-FUTTER

Abgesehen vom verdauungsbedingten „natürlichen Abgang“ aus dem Körper verschwinden viele wertvolle Darmbewohner auch aus Mangel an geeigneter Nahrung. Sie verhungern scheinbar vor vollen Tellern. Denn was für uns als unverdaulich gilt und leicht abwerfend als Ballaststoffe bezeichnet wird, ist die Leibspeise der Familien Bifido und Lacto. Nur, wenn sie ausreichend von ihrem Lieblingsgericht bekommen, entwickeln sie die Kraft für jene gesundheitsfördernden Aktivitäten, für die wir sie in unseren Körper eingeladen haben. Diese speziellen Ballaststoffe werden „Präbiotika“ genannt. Und als gute Gastgeber – nicht ohne Eigennutz – sollten wir darauf eingehen und das Gewünschte liefern.



SPAGYRIKTIPP MAGENTROPFEN

Spagyrische Tropfen mit Kalmuswurzel wirken stärkend und bringen den Magen in Schwung. Sie sind frei von Nebenwirkungen und können bei Magenbeschwerden, bei Entzündungen der Magenschleimhaut und zur Unterstützung der Bauchspeicheldrüse eingesetzt werden.



von Lisa Huber, PKA

WAS BRINGEN PRÄBIOTIKA?

Diese für uns nicht verdaubaren Lebensmittelbestandteile regen gezielt Wachstum bzw. gesundheitsfördernde Aktivität der zuvor erwähnten Dickdarm-Bakterien an. Präbiotika sind – wie die meisten Ballaststoffe – fast immer Kohlenhydrate und kommen in Gemüsesorten wie Chicorée, Topinambur, Pastinaken, Artischocken, Schwarzwurzeln oder Spargel vor, aber auch in Löwenzahnwurzeln, Hülsenfrüchten und Getreide.

„Unser Darm ist ein fabelhaftes Wesen voller Sensibilität, Verantwortung und Leistungsbereitschaft. Wenn man ihn gut behandelt, bedankt er sich dafür.“

aus dem Buch „Darm mit Charme“
von Giulia Enders, © 2014

Für industriell hergestellte Präbiotika dient meist Chicorée als Ausgangsmaterial (Inulin, Oligofruktose), aber auch Milch (Lactulose, Galacto-Oligosaccharide). Dank mo-

derner Technologien lassen sich Pro- und Präbiotika auch in einem Mittel kombinieren. So entstehen dann „Synbiotika“, quasi Verdauungshelfer mit integriertem Lunch-Paket.



Egal ob über unsere tägliche Nahrung, spezielle Lebensmittel oder Arzneien eingenommen – die Zufuhr von Probiotika ohne Präbiotika macht wenig Sinn. Wenn es beides in einem ausgewogenen Verhältnis gibt, kann sich auch der gesundheitliche Nutzen einstellen: Der niedrigere pH-Wert im Dickdarm erleichtert dem Körper die Aufnahme wichtiger Mineralstoffe wie Kalzium oder Magnesium. Nachdem sich unser Stoffwechsel an den regelmäßigen Verzehr von Ballaststoffen gewöhnt hat, verringern sich zum Teil zuvor bestehende Verdauungsbeschwerden, etwa Blähungen oder die Symptome einer bestehenden Laktoseintoleranz. Bei einem derart trainierten Darm dauern selbst Durchfälle nach Antibiotikatherapien weniger lange. Und als Vorbeugung gegen Reisedurchfall rettet diese Form der Darmpflege auch die Urlaubslaune. ✿

OVI-KOMPLEX-KAPSELN

Für eine natürliche Darmreinigung.

Hilfreich bei Fehlbesiedelung des Darms, verringern milieufremde Keime und Pilze. Mit u. a. Bromelain und Grapefruit kernextrakt für das gesunde Gleichgewicht der Darmflora.



**KAPSELPASS
9+1 GRATIS**

50 Stück:
€ 29,90

PROBIOTIK-KOMPLEX-KAPSELN

Aufbau einer gesunden Darmflora.

Mit verschiedenen magensaftresistenten Mikroorganismenstämme zur Wiederherstellung eines aktiven Darmmilieus – nach einer Darmreinigung oder bei Antibiotikatherapien.



60 Stück:
€ 17,90



Wie weggeblasen

Die Sommerzeit nützen, um Wärme zu tanken.

Es ist einer dieser unvergesslichen Badetage. Der Himmel ist blau, das Wasser herrlich erfrischend und die Sonne hüllt uns in ihre Wärme. Wir lassen uns nass auf den aufgeheizten Steg gleiten und blinzeln in die Wolken. Badezeug ausziehen oder nicht? Eine angenehme Trägheit übermannt uns und wir beschließen, dass es für eine Blasenentzündung einfach zu heiß ist. Irrtum!

FIGE VERDUNSTUNGSKÄLTE

Egal wie viel Grad das Quecksilber anzeigt, nasses Badezeug und auch verschwitzte Trainingshosen wirken alleine durch die Verdunstungskälte wie ein Kühlschlag. Im Null-

Bei einer Blasenentzündung gehen wir sofort, wenn wir müssen.

kommanichts verliert unser Bauch an Wärme – auch wenn wir es zu Beginn gar nicht merken. Das schwächt unsere Abwehr. Die beste Voraussetzung für eine lästige Blasenentzündung. Denn jetzt kann Kälte und

Nässe in den Harnleiter eindringen und die ableitenden Harnwege entzünden.

Die ersten Anzeichen sind ein Ziehen in der Bauchgegend und ein ständiger Harndrang, obwohl wir oft gar nicht wirklich müssen. Beim Wasserlassen brennt es höllisch. So eine lästige Blasenentzündung kann einem den Sommer so richtig vermiesen.

CYSTO.PUR-TROPFEN

Lassen Entzündungen rascher abklingen. Die einzelnen Inhaltsstoffe der pflanzlichen Mischung unterstützen die Blase und die Nieren. Dabei lindert Goldrute bestehende Entzündungen und beugt weiteren vor, während Zinnkraut die gesunde Funktion der Nieren fördert. Ergänzend bekämpft Bärentraube die Keime im Urin.



50 ml:
€ 17,90

PFEFFER UND ADZUKIBOHNE

Machen sich die ersten Zeichen einer Zystitis – der Fachausdruck für Blasenentzündung – bemerkbar, heißt es schnell handeln. Bauch, Nierengegend und Füße brauchen jetzt viel Wärme. Gleichzeitig spülen wir mit zwei bis drei Litern Wasser oder speziellem Blasentee unsere Harnwege aus. Ideal sind Teemischungen mit Birkenblättern, Bärentraube und Bruchkraut. Auch Preiselbeer- und Cranberrysaft haben sich sehr bewährt. Geheimtipps sind Leberknödelsuppe, Adzukibohne und schwarzer Pfeffer. Wichtig ist auch, dass wir sofort auf die Toilette gehen, wenn wir müssen. Tipp: In empfindlichen Zeiten nach dem Geschlechtsverkehr vaginale Pflegezäpfchen verwenden, z. B. mit Rose. Sollte die Blasenentzündung nach einiger Zeit nicht besser werden, ist ein klärender Besuch beim Arzt ratsam.

Also: Trockenes Badezeug anziehen, die Sonne auf den Bauch scheinen lassen und den Sommer genießen. ✿

Entgeltliche Einschaltung

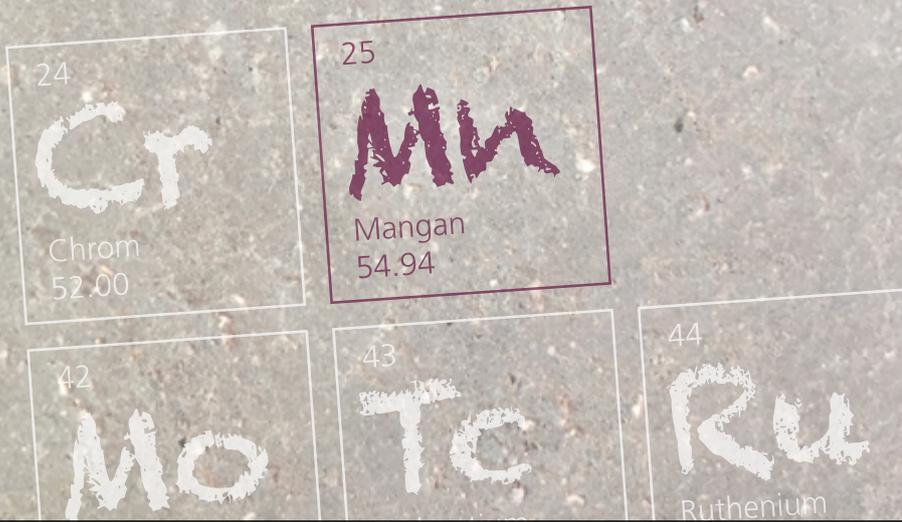


PRO-0017_1611

BIOGELAT® UROPROTECT

Zur Vorbeugung und Behandlung wiederkehrender Harnwegsinfekte. D-Mannose und Cranberry wirken anti-adhäsiv, Vitamin C und D3 unterstützen die normale Funktion des Immunsystems. Laktosefrei, glutenfrei, ohne Konservierungsstoffe und ohne künstliche Farbstoffe.

Diätetisches Lebensmittel zur Behandlung von wiederkehrenden Harnwegsinfekten, insbesondere zur Vorbeugung.



Energieturbo Mangan

Unverzichtbare Stoffwechsel-Grundlage.

Mangan ist für alle Lebewesen essenziell. So spielt es unter anderem bei der Photosynthese eine wesentliche Rolle. Der Mensch nimmt Mangan täglich mit Trinkwasser, Luft und Nahrungsmitteln über den Dünndarm auf. Der Großteil wird in Knochen, Leber, Nieren und Bauchspeicheldrüse gespeichert. Obwohl wir Mangan nur in winzigen Mengen benötigen, ist es für unser körperliches und seelisches Wohlbe-

Mangan aktiviert Verdauungsenzyme.

finden von großer Bedeutung: Es ist am Aufbau von gesunden, kräftigen Knochen beteiligt, aktiviert unsere Enzyme und trägt dazu bei, dass Dopamin, unser glücklich machender Neurotransmitter, gebildet wird. Wenn wir uns ausgewogen ernähren, ist die Wahrscheinlichkeit eines Mangankmangels gering. Besonders manganreiche Lebensmittel sind Haferflocken, Vollkornweizenmehl, Weizenkleie, Hülsenfrüchte, Nüsse oder Tee. Bei einer einseitigen Ernährung mit viel Fertig- und Weißmehl-

produkten, oder wenn wir Alkohol trinken und rauchen, kann ein Mangankmangel entstehen, den wir rasch ausgleichen sollten.

STOFFWECHSEL ANKURBELN

Manganhaltige Enzyme greifen zum einen in den Kohlenhydrat-, Zucker-, und Fettstoffwechsel ein, andererseits

MANGAN-TROPFEN

Freier Radikalfänger. In seiner konzentrierten, reinen Form hilft Mangan, unsere Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Die Regenerationszeit verkürzt sich, freie Radikale werden abgewehrt, der Prozess der Zellerneuerung wird beschleunigt. Im Bindegewebe und Stoffwechsel ist Mangan wichtig für zahlreiche Enzyme zur Energieumwandlung.



50 ml: € 14,70

wirkt Mangan als Hypophysenaktivator. Das heißt, ein ausgewogener Manganspiegel sorgt für ausreichende Hormonproduktion in der Hirnanhangdrüse – und spielt damit eine wichtige Rolle bei der körpereigenen Herstellung von Stress- und Sexualhormonen. Auch an der Bildung von Spermien ist Mangan maßgeblich beteiligt. Und bei Eisenmangel fungiert das Schüßlersalz Nr. 17, Manganum sulfuricum, als „Türöffner“, indem es die Aufnahme von Eisen in den Körper verbessert.

KRAFTRESERVEN FREISETZEN

Besteht ein erhöhter Bedarf an Magnesium – etwa bei Magen-Darm-Infektionen, Schilddrüsenüberfunktion oder Diabetes –, greift unser Körper ersatzweise auf unsere Manganspeicher in den Knochen zurück. Dank dieses Energieturbos bleiben wir belastbar. Die Übertragung der Nervenimpulse an das Gehirn wird bestmöglich unterstützt. Herz und Muskeln sind damit noch leistungsfähiger. *

BIO-REISHI-VITALPILZ-EXTRAKT-KAPSELN

Vital und aktiv bleiben. Ling Zhi oder Reishi wird auch „Pilz der Unsterblichkeit“ genannt. Er unterstützt unser Immunsystem mit hochwirksamen Vitalstoffen, Vitaminen und Mineralien wie Magnesium, Kalzium, Zink, Mangan, Eisen, Kupfer und Germanium.

**KAPSELPASS
9+1 GRATIS**

60 Stück: € 33,90



Exklusiv
bei uns.

Jetzt im purpur.laden: Die chilligen Ikoonz-Lounge-Sitzsäcke für In- & Outdoor bleiben in jeder Position formstabil, ohne überflüssiges Hin- und Herrutschen. Die Sitzsäcke sind wasserdicht, UV- und lichtecht, ihre Füllung besteht aus Polystyrol-Mikroperlen, auf Wunsch auch in Toxproof-Ausführung. Alle Produkte werden zu 100 % in einem Familienbetrieb in Deutschland gefertigt – mit besten Materialien und unter fairen Produktionsbedingungen. Exklusiv für den Raum Steiermark.

Chillen mit Ikoonz

Lässige Loungemöbel – Probesitzen im purpur.laden.



SITZSACK UND FUSSTEIL CHILLER

Das ideale Möbelstück für drinnen & draußen – zum Relaxen, Lesen oder Fernsehen. Mit Reißverschluss, um bei Bedarf die Füllmenge anpassen zu können. Das Fußteil ist die ideale Ergänzung zum Sitzsack und macht ihn zu einer ausgewachsenen Liege. Maße Sitzsack: ca. 115 x 90 x 80 cm, Gewicht: ca. 6 kg. **Je Stück: € 299,-**
Maße Fußteil: ca. 90 x 60 x 30 cm, Gewicht: ca. 3 kg. **Je Stück: € 209,-**
Stoffe: Vita, Farbe: silver-grey und Life, Farbe: türkis-melange.

SITZSACK EGXTREME

Er ist gemütlich, robust und bleibt auch bei längerem Sitzen schön in Form. Eine stilvolle Art, In- und Outdoor das „Mag nimmer aufstehen“-Gefühl zu genießen. Maße: Ø ca. 100 cm, Gewicht: ca. 8 kg, Stoff: Lounge, Farbe: taupe. **Je Stück: € 359,-**



HOCKER RONDO

Der vielseitige Rondo lässt sich als Hocker, Fußablage oder – zusammen mit einem Tablett – als Beistelltisch nutzen. Maße: Ø ca. 60 cm, Gewicht: ca. 2 kg, Stoff: Lounge, Farbe: taupe. **Je Stück: € 199,-**

EINFACH BESTELLEN UND NACH HAUSE LIEFERN LASSEN

Probesitzen, Stoffmuster anschauen, bestellen und bezahlen im purpur.laden. Der Hersteller liefert direkt – in der Regel in ca. 14 Tagen – nach Hause. ❁

IMPRESSUM:

Offenlegungspflicht gemäß §25 Mediengesetz:
Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:
Purpur Apotheke
Mag. pharm. Dina Theresia Rahman, MSc (TCM) e.U.
Geschäftsführer:
Mag. pharm. Dina Theresia Rahman, MSc (TCM)
Radegunder Straße 47, 8045 Graz
Tel.: + 43(0)316/69 37 03
apotheke@purpurapotheke.at, www.purpurapotheke.at
www.facebook.com/purpurapotheke

Blattlinie: „Purpur News“ ist eine Kundenzeitschrift der Purpur Apotheke und informiert über Prävention und Heilung von Erkrankungen sowie über Produkte und Dienstleistungen aus dem kosmetischen Bereich. Der inhaltliche Schwerpunkt liegt dabei bei der Komplementärmedizin und im Speziellen bei der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM).

Für als „Entgeltliche Einschaltung“ gekennzeichnete Beiträge gilt: Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen dieses Arzneimittels/Medizinproduktes/Diätetischen Lebensmittels/Nahrungsergänzungsmittels informieren Packungsbeilage, Gebrauchsanweisung bzw. Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Erscheinungsweise: quartalsweise
Auflage: 5.500 Stück

Konzept & Realisation: bocom GmbH

Fotocredits: publicdomainvectors.org, Lichtbildneri, iStock, fotolia, Quagga Illustrations, shutterstock
Druck: Druckerei Janetschek GmbH

Papier: Impact Climate 120 g/m², CO₂-neutral aus 100 % Altpapier, von Lenzing Papier Österreich

Trotz sorgfältiger Recherchen sind Änderungen, Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

PRELUDE

Sommerliche purpur.events



14. JUNI: „dieNikolai“-Kennenlern-Tag

Steirische Naturkosmetik: Infos und Mini-Treatments zum Ausprobieren.



28. JUNI: „esse“-Kosmetik-Tag

Vegane Naturkosmetik aus Südafrika. Mini-Treatments zum Kennenlernen.



14. JULI: Helan-Schmink-Tag

Die natürlichen Farben des italienischen Beauty-Labels kennen- & lieben lernen.



2. AUGUST: Antlitz-Analyse nach Dr. Schübler

Zur Diagnose von Mineralstoffmängeln. **Sommeraktion: € 45,- statt € 65,-.**

Bis auf die Schübler-Antlitz-Analyse ist die Teilnahme kostenlos, Terminvereinbarungen jedoch erforderlich. Anmeldung für alle Behandlungen in der purpur.apotheke. Das purpur.studio befindet sich im Obergeschoß des Purpur-Apotheken-Gebäudes. Aktion gilt nur für Stammkunden und pro Stammkunde ist nur eine Aktion buchbar.

Die Gewinner des TEM-Frühjahr-Such-Gewinnspiels

Codewort: **LEBENSGLÜCK**

Unsere drei Hauptpreise haben gewonnen:

1. Preis: Frau Martina Zimek
2. Preis: Frau Ulrike Schlichtner
3. Preis: Frau Kerstin Marx



Wir gratulieren recht herzlich!



purpur GUTSCHEIN

Mai/Juni/Juli 2017



Je Set:
€ 55,-
statt € 67,50

PFLANZLICHE HAUSAPOTHEKE

Das hochwertige, sozial gefertigte Täschchen von heidenspäss® mit 5 Fläschchen mit pflanzliche Tropfenmischungen à 20 ml.

Gutschein nur für Stammkunden und pro Person nur einmal einlösbar. Keine Barablöse. Nur in den jeweiligen Monaten gültig.

Purpur Apotheke
Radegunder Straße 47, 8045 Graz
Tel.: 0 316/69 37 03
Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–18.00,
Sa 8.00–12.30 Uhr



purpur GUTSCHEIN

Juli/August 2017



ESSE NATURKOSMETIK

Die südafrikanische Naturkosmetik verwöhnt und pflegt mit Pflanzenkraft. Alle Produkte sind vegan und fair gehandelt.

Gutschein nur für Stammkunden und pro Person nur einmal einlösbar. Keine Barablöse. Nur in den jeweiligen Monaten gültig.

Purpur Apotheke
Radegunder Straße 47, 8045 Graz
Tel.: 0 316/69 37 03
Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–18.00,
Sa 8.00–12.30 Uhr



purpur GUTSCHEIN

August/September 2017



50 ml:
€ 10,90
statt € 13,90

WEIHRAUCHBALSAM

Pflegt und schützt trockene, irritierte Haut, wirkt entzündungshemmend und fördert den Heilungsprozess.

Gutschein nur für Stammkunden und pro Person nur einmal einlösbar. Keine Barablöse. Nur in den jeweiligen Monaten gültig.

Purpur Apotheke
Radegunder Straße 47, 8045 Graz
Tel.: 0 316/69 37 03
Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–18.00,
Sa 8.00–12.30 Uhr

