



04

DIE LEBER

18

DEIN  
WOHLFÜHLREZEPT

20

AKTIONEN

LIEBE KUND\*INNEN,  
LIEBE FREUND\*INNEN DER  
TRAUNSTEIN APOTHEKE!



Ich hoffe, Sie haben den Jahreswechsel gut überstanden und sind gestärkt für das neue Jahr.

Das Traunstein Apotheken-Team wünscht Ihnen jedenfalls alles Gute, insbesondere natürlich Gesundheit und Wohlbefinden. Ein neues Jahr und gute Vorsätze gehen immer einher. Wir haben uns vorgenommen, weiterhin das Beste für Ihre Gesundheit zu erreichen.

Wir setzen uns weiter für Sie ein. Sie kommen zu uns, weil Sie spüren, dass wir es damit ernst meinen. Das hoffen wir, das wollen wir und dafür werden wir auch weiterhin mit ganzer Kraft arbeiten - einfach, weil es unser Ziel ist, für Sie die Besten zu sein.

Bleiben Sie gesund und ein gutes Jahr 2023,

Ihr Mag.pharm. Helmut Hiebl

# NEUSTART FÜR DEINEN KÖRPER

SEI  
MAXIMUM  
DU®

€2,-  
RABATT



Ein gesunder Säure-Basen-Haushalt ist wesentlich für körperliches Wohlbefinden. Mit unserem **breiten Sortiment** an hochwertigen Mikronährstoffen in **geprüfter Qualität** hast du das Werkzeug in der Hand, dein vorhandenes Potenzial voll auszuschöpfen. So spielt das in Basenpulver plus enthaltene Zink eine wichtige Rolle für einen funktionierenden Säure-Basen-Stoffwechsel.

PURECAPS.NET



# DIE LEBER

**Unser fleißiges Entgiftungsorgan, die Leber, liegt im rechten Oberbauch und wiegt bei einem gesunden Erwachsenen rund 1,5 kg.**

Ihre Aufgabe ist es, fettlösliche Stoffe – die wir aus der Nahrung oder auch in Form von Arzneimitteln zu uns nehmen – zu verarbeiten. Dafür wird eine Vielzahl an speziellen Enzymen benötigt, die je nach Funktion auf unterschiedliche Weise dafür sorgen, diese Stoffe umzuwandeln und so für die Ausscheidung aus dem Körper vorzubereiten.

Der teilweise Abbau durch die Leber muss bei der Gabe von Arzneimitteln besonders beachtet werden und spielt sowohl in der Entwicklung eines Präpa-

rates als auch bei der Dosierung eine große Rolle.

Wird ein Arzneistoff durch die Leber auch nur teilweise abgebaut, kommt natürlich umso weniger davon im Körperkreislauf an und kann so auch weniger Wirkung entfalten. Diese Erstausscheidung – der „first-pass-effekt“ – der Leber wird im Vorhinein vom Hersteller oder dem Arzt berücksichtigt. Bei fehlerhafter Leberfunktion, durch zum Beispiel eine Erkrankung, kann es zur Über- oder Unterdosierung mancher Stoffe kommen. Daher ist es immer wichtig, dass der behandelnde Arzt über Vorerkrankungen informiert wird. Auch mit dem Alter kann sich dieser Mechanismus ändern.

Die Funktion der Leberenzyme kann durch innere und äußere Faktoren beeinflusst werden. Es liegt in unseren Genen, ob wir „normal“ metabolisieren, oder außergewöhnlich schnelle bzw. langsame Enzymaktivität aufweisen. Dies ist allerdings nur in Ausnahmen der Fall.

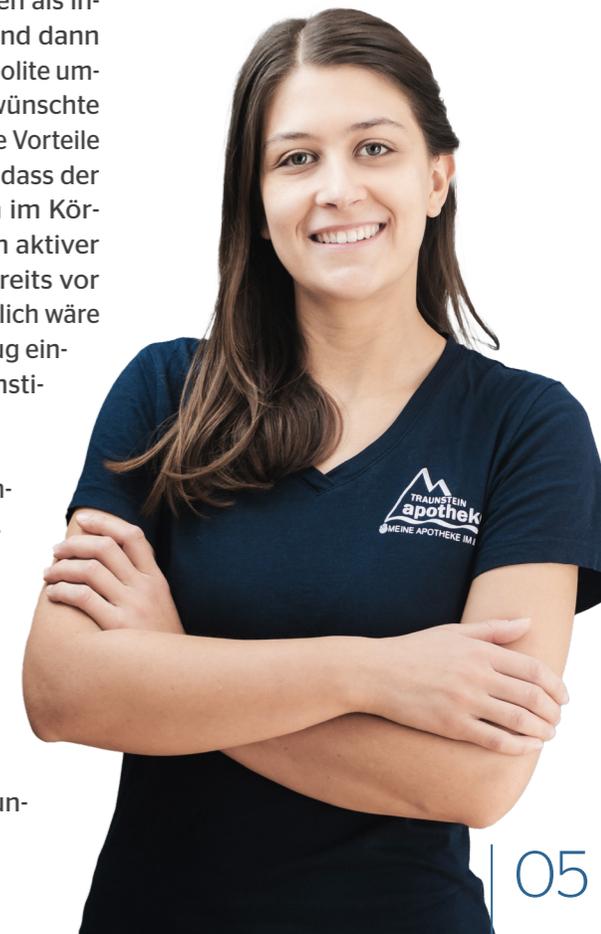
Als äußere Faktoren gelten die Einnahme von Arzneimitteln, die die Aktivität der Leberenzyme beeinflussen, also bremsen oder vermehren können. Hier ist ganz genau auf solche Wechselwirkungen zu achten. Gerade bei älteren Menschen kommt es vor, dass eine Vielzahl von Medikamenten eingenommen

werden, die sich durch Interaktion mit den Leberenzymen gegenseitig beeinflussen können und dadurch die Wirkung nicht oder zu stark einsetzt. Aber auch Lebensmittel oder Nahrungsergänzungsmittel können auf unsere Leberenzyme Einfluss nehmen und dadurch auch auf die Metabolisierung von Arzneistoffen im Körper.

In der Arzneimittelentwicklung kann sich dieser Mechanismus in umgekehrter Richtung zunutze gemacht werden – sogenannte Pro-drugs werden als inaktive Vorstufe verabreicht und dann durch die Leber in aktive Metabolite umgewandelt, die so erst ihre gewünschte Wirkung entwickeln können. Die Vorteile dieser Methode könnten sein, dass der aktive Arzneistoff ansonsten im Körper deaktiviert würde, oder in aktiver Form nicht stabil sein und bereits vor der Gabe zerfallen könnte. Möglich wäre auch, dass die Form als Pro-drug einfacher und schneller oder günstiger hergestellt werden kann.

Unsere Leber muss also viel können, und das rund um die Uhr. Doch nicht nur Medikamente können ihre Leistung beeinträchtigen, sondern auch Faktoren wie starker Alkoholkonsum oder Infektionen durch das Hepatitis-Virus, die eine Leberentzündung auslösen können. Auch eine un-

gesunde, vor allem fettreiche, Ernährung kann unserer Leber auf Dauer sehr schaden. Bei rechtzeitigem Einschreiten kann sich die Leber zwar sehr gut regenerieren, sie kann sogar teilweise nachwachsen – trotzdem sollten wir gut auf sie aufpassen. Gesunde Ernährung, wenig Alkohol, Vorsorgeimpfungen und regelmäßige Entschlackungskuren helfen uns, die Leber fit zu halten. Um sie hierbei zu unterstützen, hält die Natur so einiges bereit – für unsere Leber und unser allgemeines Wohlbefinden!



Mag.pharm. Judith Mayrhofer

# 3 PHASEN GUTER SCHLAF

NEU 60 Stk.  
Großpackung



## DIE 3-PHASEN- INNOVATION

- Zeitverzögerte Freisetzung
- Kein Gewöhnungseffekt

na\_C\_202301\_inserat\_2



## 01 MYTHEN

### ERKÄLTUNGEN KANN MAN AUSSCHWITZEN

**NEIN!** Solange man gesund ist, stärken Saunagänge den Kreislauf und wirken anregend auf das Immunsystem. Ist man hingegen gesundheitlich angeschlagen, bewirken sie das Gegenteil und belasten den Körper zusätzlich.

### 02 NACH 18 UHR ESSEN MACHT DICK

**JEIN!** Es kommt vor allem darauf an, was man zu späterer Stunde isst. Ernährungswissenschaftler empfehlen vor allem, auf Kohlenhydrate zu verzichten, da sie die Insulinausschüttung ankurbeln und so den Fettabbau behindern. Letztendlich zählt jedoch die Kalorienmenge, die man den ganzen Tag über zu sich nimmt - hier gilt die simple Regel: Wer mehr zuführt als er verbraucht, nimmt zu. Zudem werden Nahrungsentzug und Kalorieneinschränkung traditionell als Mittel zur Verlangsamung des Alterns und der Erhöhung der Langlebigkeit angesehen.

### 03 ACHT STUNDEN SCHLAF SIND OPTIMAL

**NEIN!** Der tatsächliche Schlafbedarf eines Menschen ist individuell und hängt von mehreren Faktoren ab. Alter, Gene, Schlafroutine und Gesundheitszustand sowie die berühmte „innere Uhr“ beeinflussen die benötigte Schlafdauer. Außerdem spielen nicht nur die Länge, sondern auch die Qualität und die Effizienz eine große Rolle.

# HUSTEN IST NICHT GLEICH HUSTEN

## PFLANZLICHE SCHLEIMLÖSER - DIE ERSTE WAHL

Bei verschleimtem Husten hat Husten eine wichtige Funktion: Er muss das Zuviel an unangenehmem Schleim in den Bronchien rasch abtransportieren. Husten sollte dabei nicht unterdrückt werden, pflanzliche Schleimlöser erleichtern das Abhusten.

Husten ist eigentlich ein ganz natürlicher Reflex des Körpers. Seine Funktion besteht darin, die Atemwege von Substanzen zu befreien und die Lunge zu schützen. So geht es bei Schleimhusten (auch produktiver Husten genannt) vor allem darum, den festsitzenden Schleim zu lösen und den Auswurf zu fördern. Besonders Kindern und älteren Menschen fällt das Abhusten oft schwer.

Schleim in den Bronchien beeinflusst nicht nur die Atmung, sondern ist auch ein potenzieller Nährboden für Bakterien und Viren. Infektionen in den Bronchien und der Lunge können die Folge sein. Eine Anwendung von Hustenstillern ist da kontraproduktiv, da sie das Abhusten unterdrücken und deshalb der Schleim nicht abtransportiert werden kann. Pflanzliches Glycerin und

schleimlösende Pflanzenstoffe wie Bitterfenchel oder Königskerze (Mucolaxx® Hustenlöser) unterstützen als natürliche Schleimlöser, das Zuviel an Schleim rasch abzutransportieren. Ausreichend Trinken hilft ebenso - dadurch wird das Schleimsekret verflüssigt.



JETZT  
NEU

### MUCOLAXX® HUSTENLÖSER FÜR KINDER

Die Bronchien von Kleinkindern und Kindern haben einen geringeren Durchmesser als jene von Erwachsenen. Deshalb sind die Atemwege bei erhöhter Schleimproduktion schneller verschlossen. Für eine rasche Genesung ist es daher wichtig, die Schleimhydratation zu fördern, um das Abhusten zu erleichtern. Pflanzliche Präparate sind speziell bei Kindern die erste Wahl. Jetzt Neu! Mucolaxx® junior - löst festsitzenden Schleim rasch und erleichtert das Abhusten. Für Kinder ab 1 Jahr mit fruchtigem Himbeergeschmack.

AUS DER SERIE  
GESUND IM BESTEN ALTER

# MIT UND OHNE CHARME: DER DARM

**Noch nie gab es so viele Forschungen rund um das Thema „Darm“. Und dabei geht es nicht nur um die Tätigkeit des ca. 7 Meter langen Muskelschlauches, sondern auch um das Herz-Kreislauf-System, um Nervenerkrankungen... und um die Frage, wie weit die Ernährung Einfluss nehmen kann.**

Rein oberflächlich betrachtet, hat jeder Mensch den gleichen Verdauungskanal. Wäre da nicht das sogenannte Darm-Mikrobium - Millionen von Bakterien und bis zu 3.000 verschiedene Arten - in einer ganz persönlichen Zusammensetzung. Man spricht von einer Symbiose: Das Mikrobium braucht uns - wir bieten ihm den Lebensraum und die Nährstoffe - und wir brauchen das Mikrobium - es hilft uns, Nahrungsmittel zu zerlegen. Forscher sind sich darüber einig, dass ein schlecht zusammengesetztes Mikrobiom Ursache für einige Erkrankun-

gen ist, zum Beispiel für Übergewicht, Diabetes, Multiple Sklerose, Parkinson, Depressionen...

Bestimmte Stoffe, die das Gehirn benötigt, werden vom Darm zur Verfügung gestellt. Funktioniert die Bereitstellung nicht, kann das Auswirkungen auf unsere Gesundheit haben.

## DIE GESUNDE VIELFALT

Das Lebensmittel-Angebot ist groß, dennoch ernähren wir uns meist zu einseitig. Ohne einer gesunden Vielfalt, fehlt auch die Vielfalt an Bakterien. Dazu kommt, dass wir oftmals zu häufig essen, was wiederum die das Wachstum der schnell arbeitenden Bakterien im Darm fördert - zu Lasten der anderen Arten. Längere Essenspausen sind also nicht nur für das Recyceln unserer Zellbestandteile (Autophagie) wichtig, sondern auch für den Darm.



**TIPP**  
AUS DER  
APOTHEKE

## GUT GEKAUT IST HALB VERDAUT

Verdauung beginnt bereits im Mund - durch die Enzyme im Speichel.

Jeder Bissen sollte daher idealerweise 30-mal gekaut werden.

## DAS MULTITALENT

Unser Darm ist noch viel mehr als unser Verdauungsorgan. Er ist auch ein wichtiger Hormonproduzent. 20 verschiedene Hormontypen entstehen in ihm - auch ein Großteil der Glückshormone wie Serotonin und Dopamin. Sie werden über die sogenannte Darm-Hirn-Achse an das Gehirn gemeldet, so, wie fast 90 % der Informationen, die vom Darm zum Gehirn fließen, nicht umgekehrt!

# Bewegt Ihren Darm mit der Kraft biologischer Papayas



BIS 28.02.2023  
**€ 1,50**  
 Gutschein\* für Caricol® (20 Stück)  
 GUTSCHEIN



Institut AllergoSan

Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH  
 Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).  
 Zum Diätmanagement bei Verstopfung oder Blähungen und eingeschränkter Möglichkeit der Nährstoffaufnahme.

[www.caricol.com](http://www.caricol.com)



\*1,50,- Gutschein gültig für Caricol® (20 Stück) bis 28.02.2023. Keine Barabläse möglich. Pro Person und Packung nur 1 Gutschein einlösbar. Hinweis für Apotheken: Eingelöste Gutscheine bitte Ihrem AllergoSan-Außendienst-Mitarbeiter übergeben. Art.-Nr.: 84975



# DAS Probiotikum zum Antibiotikum

10 hochaktive Bakterienstämme für Ihren Darm

**OMNi-BiOTiC® 10 AAD:**

Zum Diätmanagement bei einer Dysbalance der Darmflora während und nach der Gabe von Antibiotika.



Institut AllergoSan

Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH  
 Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät)

[www.omni-biotic.com](http://www.omni-biotic.com)



\*Gutschein gültig für OMNi-BiOTiC® 10 AAD (30 Stk.) bis 28. Februar 2023. Keine Barabläse möglich, pro Person und Packung nur 1 Gutschein einlösbar. Hinweis für Apotheken: Eingelöste Gutscheine bitte Ihrem AllergoSan-Außendienst-Mitarbeiter übergeben. Art.-Nr. 84976

**GUTSCHEIN**  
**€ 2,-**  
 Art.-Nr. 84976

# DAS LILA DES SÜDENS

## ÄTHERISCHE ÖLE

**Lavendel ist nicht nur wunderschön anzusehen und duftet herrlich aromatisch, der Alleskönner lässt sich zudem vielseitig in den Bereichen Gesundheit, Kosmetik oder sogar in der Kulinarik verwenden. Und er ist Namensgeber einer eigenen Farbe - rot-blau mit einer starken Tendenz zu blau - die zu den Violett-Tönen zählt.**

Wen wundert's, dass Lavendel mehrmals zur Arznei- oder auch Duftpflanze des Jahres gekürt wurde. In Sachen „Heilzwecke“ ist Lavendelöl die beliebteste Form, um die Kräfte des Lippenblütlers gezielt zu nutzen.

Sein erfolgreicher Einsatz ist mit zahlreichen wissenschaftlichen Studien bestätigt. Die beruhigende und entspannende Wirkung der leuchtenden Blüten hilft vor allem, um Ängste zu lösen, mit Stress besser umzugehen, Schlafstörungen zu mildern oder innere Unruhe auszugleichen.

Lavendelöl wird durch Destillation aus den Rispen der Lavendelblüten gewonnen. Dabei benötigt man circa 120 Kilogramm der lila Blüten, um einen Liter des wertvollen ätherischen Lavendelöls zu produzieren. Jedes Fläschchen, das Sie bei uns kaufen, ist also eine geballte Dosis der im Lavendel vorhandenen Wirkstoffe. Je nach Sorte duftet er - und damit auch das Öl - anders: von lieblich-süß beim echten Lavendel bis hin zu herbfrisch bei den Unterarten.

Zu den Bestandteilen des Lavendelöls gehören neben Kampfer auch Linalylacetat, Cineol und Linalool.

### JEDER TROPFEN EINE KOSTBARKEIT

Ätherisches Lavendelöl hat mehr als 300 verschiedene aktive Moleküle - also eine äußerst kraftvolle Zusammensetzung wertvoller Naturstoffe. Daher auch seine vielen verschiedenen Wirkungen und positiven Eigenschaften - wie zum Beispiel:

**Ausgleichend**  
bei allen extremen Gemütszuständen - bessert Schlafstörungen

**Entspannend**  
verbessert die Filterfunktion des Nervensystems für äußere Reize

**Aufbauend**  
bei Schwermut und Depressionen

**Entzündungshemmend**  
bei Halsentzündung und Bronchitis

**Wohltuend**  
bei Grippe und Erkältung

**Krampflösend**  
bei Kopfschmerzen

**Äußerlich**  
bei schlecht heilenden Wunden, Verletzungen und Verbrennungen





# Lasea® gibt ZUVERSICHT bei Sorgen & Ängsten

Angstlöser  
aus der Natur



wirksam | gut verträglich | rezeptfrei  
mit der Kraft des Arzneilavendels

IHRE  
GESUNDHEIT  
LIEGT UNS AM  
HERZEN!

## NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL UNSERER EIGENMARKE

DIE NEUEN

### FATBURN

Für die Figur

Aminosäuren steigern - zusammen Grüntee, Mate, Guarana, Pomeranze, Ingwerwurzel, Garcinia cambogia und Cayennepfeffer - die körpereigene Stoffwechselfunktion und unterstützen beim Abnehmen. Chitosan bindet Fette aus der Nahrung und erleichtert die Gewichtskontrolle. B-Vitamine fördern den Energiestoffwechsel und tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei. Zink unterstützt den Kohlenhydrat- und Fettsäurestoffwechsel. Chrom stabilisiert einen normalen Blutzuckerspiegel.



60  
Kapseln

Zur Unterstützung bei Diäten

Verzehrempfehlung: 1 Kapsel täglich mit  
reichlich Flüssigkeit einnehmen.

### LEBER KOMPLEX

Mit hochwertigen  
Pflanzenextrakten

Üppige, fettreiche Mahlzeiten haben oft unangenehme Folgen wie Völle- und Druckgefühl, Bauchschmerzen oder Blähungen. Bitterstoffe aus Artischocke und Mariendistel regen den Gallenfluss an und fördern die Verdauung. Die Pflanzenextrakte helfen auch, die Leber - unser zentrales Stoffwechsel- und Entgiftungsorgan - gesund zu erhalten. Artischocke beeinflusst darüber hinaus die Blutfettwerte positiv.



60  
Kapseln

Für die Verdauung

Verzehrempfehlung: 1 - 2 Kapseln täglich mit  
reichlich Flüssigkeit einnehmen.

### PROBIOTIC 13

Mit 13 verschiedenen  
Bakterienstämmen

Der Darm ist nicht nur für die Verdauung zuständig, sondern hat auch einen entscheidenden Einfluss auf unser Wohlbefinden. PROBIOTIC 13 ist eine hochwertige, aufeinander abgestimmte, probiotische Bakterienmischung für die adäquate Zufuhr spezieller Bakterien-Kulturen. Inulin und Dextrin beeinflussen die Darmflora positiv und ermöglichen den sogenannten „guten“ Darmbakterien (Laktobazillen und Bifidobakterien) die Ansiedelung.



60  
Kapseln

Darmflora im Gleichgewicht

Verzehrempfehlung: 1 Kapsel täglich mit  
reichlich Flüssigkeit einnehmen.

## DEIN WOHLFÜHLREZEPT

# KITCHARI - DETOXREZEPT AUS DER AYURVEDISCHEN KÜCHE



Für: 1 Person

## ZUTATENLISTE

- 3 EL Mung Dal oder rote Linsen
- 1 kleine Zimtstange
- 3 EL Basmatireis oder Goldhirse (gewaschen)
- 1 Handvoll klein geschnittenes Gemüse (max. 3 Gemüsesorten; sehr gut ist: Süßkartoffeln, Champignons, Spinat, Karotten Paprika und Fenchel; Spinat immer in den letzten 5 Minuten dazu geben und nicht ganz mitköcheln)
- Saft von ½ Zitrone
- ½ - 1 TL Steinsalz
- frisch gemahlener Pfeffer
- frische Kräuter

## FÜR MASALA

- 1 TL Ghee (oder Kokosöl)
- ½ TL Kreuzkümmel Pulver
- ½ TL Kurkuma Pulver
- ½ TL Koriander Pulver
- 1 Prise Asafötida
- 1 TL frisch geriebenen Ingwer



Katharina Erlmoser - www.holistic-coaching.at, Serviervorschlag

## IHR KÖRPER FREUT SICH



### VORWIEGENDE WIRKUNG FÜR DEINEN WERTVOLLEN KÖRPER

- Heilende und entgiftende Wirkung
- Wohltuend und ausleitend
- Verdauungsfeuer wird angeregt
- Stoffwechsel wird angekurbelt
- Optimale Zusammensetzung von Kohlenhydraten, Gemüse und Eiweiß

## ZUBEREITUNG

- 1 Einen Kochtopf ca. 3 cm hoch mit Wasser füllen und die Linsen darin aufkochen. Die Zimtstange dazugeben. Für 10 Minuten köcheln lassen und den entstehenden Schaum immer wieder abschöpfen.
- 2 Den Basmati Reis und das geschnittene Gemüse dazugeben und alles für weitere 15 Minuten köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren. Wenn nötig, noch etwas Wasser hinzugeben, sodass alles gut bedeckt ist.
- 3 In einem kleinen Topf das Kokosöl mit den Gewürzen erwärmen und ganz leicht köcheln lassen mit ständigem Umrühren. Zum Schluss den Ingwer dazugeben und kurz mitbraten. Die fertige Gewürzmischung sofort in den Eintopf geben, gut umrühren und nochmals kurz aufkochen.
- 4 Das Kitchari mit Steinsalz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und vor dem Servieren mit frischen, gehackten Kräutern bestreuen. Wenn Sie es exotisch oder süßer möchten, anstatt mit Kräutern, mit Ceylon-Zimt bestreuen.

Johanna Almer



## ADOLORIN® IBUFORTE EXPRESS .... UND TSCHAU MIT AU!

ADOLORIN® Ibuforte EXPRESS wirkt besonders schnell, weil der Körper den Wirkstoff Ibuprofen-Lysinat rasch aufnehmen kann. Daher werden ein schneller Wirkeintritt und eine rasche langanhaltende Schmerzlinderung erzielt.

ADOLORIN® Ibuforte EXPRESS kann angewendet werden bei Schmerzen wie Kopf-, Regel- oder Zahnschmerzen bzw. bei Schmerzen und Fieber im Rahmen einer Erkältung/grippalen Infekts.



STATT € 19,90  
**JETZT NUR € 15,90**

Aktion gültig von  
01. Jänner bis 28. Februar 2023

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

ADO-0188\_2209

# AKTIONEN



200 g  
-€ 2,00

## PURE ENCAPSULATIONS® BASENPULVER PLUS

Es versorgt den Körper mit wichtigen Mineralstoffen sowie dem Spurenelement Zink.

Ein ausgeglichenes Verhältnis an Säuren und Basen in deinem Körper zählt zu den wichtigsten Faktoren für dein Wohlbefinden – denn nur so kann dein Stoffwechsel gut funktionieren.

Aktion gültig von 01. Jänner bis 28. Februar 2023

## ISLA-PASTILLEN

Das in den Pastillen enthaltene pflanzliche Spezialextrakt aus Isländischem Moos besteht zu über 80 % aus Schleimstoffen.

Er löst sich beim Lutschen balsamartig auf, verteilt sich wohltuend in Ihrem Mund, Hals und Rachen und bildet dort einen Schutzfilm.



Junior  
20 Stück  
-€ 1,00



Alle 60  
Stück Pkg.  
-€ 1,00



Aktion gültig im Februar 2023

## DR. BÖHM OMEGA 3 COMPLEX

Täglicher Beitrag für normale Blutfettwerte und einen normalen Blutdruck.

Hohe Dosierung von Omega 3, plus 30 mg Coenzym Q10 mit 89 % Omega-3-Anteil. Innovative „Torpedoform“ der Kapsel für optimale Schluckbarkeit, geruchlos und geschmacksfrei. Kein fischiges Aufstoßen.

Aktion gültig im Februar 2023



30-/60  
Stück Pkg.  
-20 %

Impressum gesund 2.0 01|23

MEDIENINHABER: Traunstein-Apotheke, Mag. Hiebl KG, Druckereistraße 3-30, 4810 Gmunden, 07612 / 73083-0

TEXT / ARTWORK: Renate Ortner, Florian Knogler grafik&design, DRUCK: druck.at

BILDMATERIAL: Dieter Hawlan, Christina Hiebl-Hindinger Katharina Erlmoser, iStock LP

# TERMINE



16. - 18. Jänner 2022  
FLOHMARKT

**Wir entrümpeln!**

Wie bereits letztes Jahr, haben wir auch heuer für euch wieder tolle Schätze aus unserem Lager, die nicht mehr gebraucht werden.

Folgen Sie uns!  
**ERHALTEN SIE MEHR  
INFOS ZU AKTIONEN  
UND TERMINEN AUF:**



Instagram



Facebook



**TRAUNSTEIN  
apotheker**

**Wir sind für Sie da!**

Montag - Freitag: 8:30 - 18:00 Uhr

Samstag: 8:30 - 17:00 Uhr

www.traunsteinapo.at

