



Frohe Weihnachten



Peter-Mandy-Lena-Tobias-Rosa-Stephanie-Sabine-Elke-
Daniela-Verena-Angelika-Annett-Ulrike-Lena-Lucas-Kerstin-
Katrin-Nadine-Vannessa-Laura-Juliane-Miryam-Luca-Hanna

Die Adventszeit steht vor der Tür – jene besondere Phase im Jahr, in der Lichterglanz, festliche Düfte und Vorfreude unsere Tage begleiten.

Es ist die Zeit, in der wir zur Ruhe kommen, wertvolle Momente mit Familie und Freunden teilen und die kleinen Freuden des Alltags genießen möchten.

Gleichzeitig kann der Jahresausklang auch turbulent werden – Geschenke wollen besorgt, das Zuhause geschmückt und viele Dinge noch erledigt werden. Gerade dann ist es wichtig, sich bewusst

Pausen zu gönnen und etwas für das eigene Wohlbefinden zu tun.

Wir unterstützen Sie gerne dabei – ob mit Ideen für entspannende Momente oder bei der Auswahl eines passenden Geschenks für Ihre Liebsten.

Wir wünschen Ihnen eine harmonische Adventszeit, ein frohes Weihnachtsfest und einen gesunden, glücklichen Start ins Jahr 2026!

Ihr Peter Distler und das Team der Apotheke im Gäubodenpark

LIEBE KUNDINNEN, LIEBE KUNDEN!

Sie wissen nicht so recht, was Sie schenken sollen? Fragen Sie doch bei uns nach – zusammen finden wir bestimmt das Richtige. Einige Ideen für Sie:

1. Pflegeprodukte für die Haut

Die kalte Jahreszeit kann unserer Haut ganz schön zusetzen. Schenken Sie Ihren Liebsten hochwertige Pflegeprodukte, die die Haut mit Feuchtigkeit versorgen und sie vor dem Austrocknen schützen. Cremes, Lotionen und Öle mit natürlichen Inhaltsstoffen sind nicht nur ein großartiges Geschenk, sondern auch eine kleine Auszeit für die Haut. Wir führen nur hochwertige Marken wie Vichy, Eucerin, Avene, Dr. Theiss, Dr. Hauschka oder auch die neue Manuka Health-Serie.

2. Aromatherapie für Entspannung

Ein weiteres wunderbares Geschenk aus der Apotheke sind ätherische Öle und Duftkerzen. Diese können helfen, Stress abzubauen und eine entspannende Atmosphäre zu schaffen. Schenken Sie ein Set mit verschiedenen Düften, die für

unterschiedliche Stimmungen sorgen – von beruhigendem Lavendel bis hin zu erfrischendem Zitrus. Kombinieren Sie die Öle mit einem Diffuser für ein rundum gelungenes Geschenk. Unsere Aromabehälterin Fr. Schötz hilft Ihnen gerne bei der Auswahl!

3. Gesundheitsfördernde Tees

Tees sind nicht nur ein Genuss, sie können auch das Wohlbefinden steigern. In der Apotheke finden Sie eine große Auswahl an Kräutertees, die bei verschiedenen Beschwerden helfen können. Schenken Sie eine Auswahl an Tees, die beispielsweise die Verdauung fördern, das Immunsystem stärken oder einfach nur entspannen. Eine schöne Teetasse dazu macht das Geschenk perfekt...

Trotzdem unschlüssig? Dann hilft vielleicht ein liebevoll gestalteter Geschenkgutschein weiter – meist viel beliebter und nützlicher als das berühmte Geschenk-in-letzter-Minute.

Ihre Apotheke Im Gäubodenpark



Frau Annett Spohn, PTA

Winterzeit ist Wohlfühlzeit

kleine Auszeiten für Körper und Seele



Wenn es draußen kalt, dunkel und still wird, sehnt sich unser Körper nach Wärme und Geborgenheit. Die Wintermonate sind die perfekte Zeit, um einen Gang herunterzuschalten und neue Energie zu tanken. Kleine Pausen im Alltag helfen dabei, Körper und Seele in Einklang zu bringen.

Schon wenige Minuten bewusster Ruhe können Wunder wirken. Eine Tasse Kräutertee, ein warmes Fußbad oder ein Spaziergang an der frischen Luft bringen Entspannung und stärken gleichzeitig das Immunsystem. Auch wohltuende Düfte wie Lavendel, Vanille oder Orange wirken beruhigend und können Stress abbauen.

Wer sich regelmäßig kleine Wohlfühlmomente gönnt, unterstützt nicht nur das seelische Gleichgewicht, sondern auch die Gesundheit. Wärme, Licht und

bewusste Entspannung helfen, trübe Gedanken zu vertreiben und neue Kraft zu schöpfen. Tipp: Schalten Sie das Handy aus, zünden Sie eine Kerze an und gönnen Sie sich zehn Minuten nur für sich. Schon dieser kurze Moment kann spürbar guttun.

Schon 10 Minuten Ruhe am Tag können Wunder wirken

- Wärmendes Fußbad mit Meersalz und Lavendelöl
- Teezeremonie mit duftenden Kräutern wie Melisse oder Kamille
- Kurze Meditation oder Atemübung am Morgen
- Wärmflasche auf den Bauch legen und bewusst atmen
- Abendspaziergang – eingehüllt in eine warme Decke aus Stille

