

Schlank ohne Hunger durch Kaffeetrinken

Auf angenehme und gesunde Weise das Gewicht reduzieren

Dieser „Wunderkaffee“ ist eine Idee des Arztes Dr. Jürgen Juchheim, der mit Tätigkeits-schwerpunkt in ästhetischer und biologischer Medizin sowie Immunologie seit über 30 Jahren praktizierend im Zentrum von München auch eine Privatklinik betreibt.

Er suchte jahrelang nach einer Möglichkeit, Menschen auf leichte und angenehme Weise eine gesunde Gewichtsreduktion wie auch Vitalität und Energie zu ermöglichen. Die Lösung nach vielen Versuchen und Studien: Nature's Immune Grüner Kaffee mit Garcinia cambogia.

Hemmt die Fettsbildung

Grüner Kaffee wird aufwendig aus Kaffeebohnen extrahiert anstatt geröstet und behält dadurch einen hohen Gehalt an wirksamen Stoffen wie Chlorogensäuren, die Zucker im Körper reduzieren und Fettreserven aufbrauchen. Ein weiterer Bestandteil ist Garcinia cambogia, eine spezielle Frucht aus Südostasien, die viel HCA enthält. HCA hemmt die Fettsbildung

und verhindert dadurch den Aufbau von überschüssigem Körperfett; es dämpft außerdem Heißhunger, indem dem Gehirn ein Sättigungsgefühl signalisiert und schnelles Absinken des Blutzuckerspiegels verhindert wird. Dadurch wird auch der gefürchtete „Jo-Jo-Effekt“ (schnelles Zunehmen) verhindert, der sehr oft nach typischen Diäten auftritt.

Schönheit ist wichtig

Nature's Immune Grüner Kaffee mit Garcinia cambogia wird morgens auf nüchternen Magen und, wenn man möchte, auch mittags wie herkömmlicher Kaffee getrunken und wie Instantkaffee ganz einfach mit heißem Wasser zubereitet.

Das Ergebnis? Ohne Quälerei und ohne chemische Hilfsmittel purzeln die Pfunde.

Schönheit ist wichtig für das Leben: Ausdruck von innerem und äußerem Wohlbefinden, positives Signal an unsere Umwelt, Symbol für Lebenskraft und Ausgeglichenheit. Schönheit macht die Menschen anziehend, schafft Auf-

merksamkeit und bereitet Freude, sowohl für einen selbst als auch anderen gegenüber.

Für viele Frauen sollen aufwendige Trainings- und Ernährungsprogramme, kostspielige Kosmetikbehandlungen und auch Operationen das Aussehen, den Erfolg und das Wohlbefinden verbessern. Vor allem Schauspielerinnen und Prominente investieren viel Zeit und Geld in solche Verbesserungen ihres Äußeren: Facelifts, Botox-Spritzen, Brustvergrößerungen, Fettsaugung und andere teure und riskante Eingriffe.

Arzt aus München

Es geht auch anders: Chefarzt Dr. Juchheim aus München hat eine alternative Methode mit Langzeiteffekt entwickelt, Schönheit ohne Operationen, ohne Skalpell, anzubieten. Bequem zu Hause anzuwenden, ohne großen Aufwand, kann die Dr. Juchheim-Methode für Gesicht und Körper schnelle und oft sofort sichtbare Veränderungen bewirken, die man sofort bemerkt.



Unbeschwerter Genuss am Fellhorn.

Bild: dpa

Immer schön cremen

Optimale Haut- und Lippenpflege für die Piste

Bei kaltem Wetter sind die Lippen stark beansprucht. Sie können spröde, rissig und unansehnlich werden. Denn die Haut der Lippen ist extrem dünn – äußeren Einflüssen ist sie geradezu schutzlos ausgeliefert, erklärt Elena Helfenbein, Beautyexpertin des Kosmetikverbands VKE in Berlin.

Hintergrund ist, dass die Lippenhaut keine Talgdrüsen besitzt, die die Haut an anderen Körperstellen mit Fetten versorgen. „Hier fehlt also ein entscheidender Schutzmechanismus.“

Daher sollten gerade Skifahrer vor dem Gang zum Lift ein Lippenpflegeprodukt auftragen – im besten Fall mit ei-

nem Lichtschutzfaktor und Vitamin E, das die Zellerneuerung anregt und so strapazierten Lippen bei der Regeneration hilft, fügt Helfenbein hinzu. Auch der Sonnenschutz sollte beim Skifahren nicht vergessen werden. Die Wintersonne ist kraftvoll und kann auf der Haut unschöne Spuren hinterlassen – eine Creme mit hohem Lichtschutzfaktor sei sinnvoll.

Nach einem Tag auf der Piste kann die Haut spannen und Irritationen aufweisen. Eine reichhaltige Pflegecreme – mit viel Feuchtigkeit und wertvollen Lipiden, die die natürliche Hautschutzfunktion stärken und regenerieren – kann laut Helfenbein Abhilfe schaffen.

Neue Wege bei Arthrose

Expertin Heike-Solweig Bleuel zu Gast in Freiberg



Der Vortrag findet am Montag, dem 24. Oktober 2011, um 19.00 Uhr im PRISMA - „Lutz-de-Bré-Saal“, Marktplatz 22, in Freiberg statt.

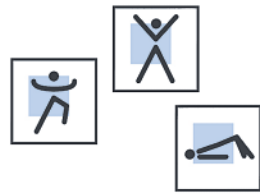
Der Eintritt beträgt 7 € an der Abendkasse.

In Ihrem Vortrag zeigt Heike-Solweig Bleuel neue, leicht umsetzbare Strategien zum Knorpelaufbau, zur Schmerzensenkung sowie zur Linderung von Gelenkbeschwerden auf. Somit steigt wieder die Lebensqualität der Betroffenen. Frau Bleuel ergänzt ihren Vortrag mit Rezepten und Tipps zur natürlichen Schmerzensenkung.

Hierzu lädt die Forschungsgruppe Dr. Feil alle Interessierten herzlich ein.

Die Biologin Heike-Solweig Bleuel, Mitglied der Forschungsgruppe Dr. Feil aus Tübingen, hält einen Vortrag zum Thema:

„Neue Wege bei Arthrose“



Praxis EISELE

Krankengymnastik
Kelttenstraße 1
71640 Ludwigsburg-Obweil
Telefon 071 41/86 21 29
www.kg-eisele.de

Osteopathie

Jochen Eisele
Physiotherapeut
www.osteopathie-eisele.de
Privatverordnung erforderlich



12/ Dr. Juchheim Cosmetics Für Sie und Ihn! worldwide

Pflegende Effekt-Kosmetik auf natürlicher Basis für jedes Alter mit Wüstenpflanzenpower und Abnehmen auf die leichte Art nach Dr. Juchheim.

Schönheit ohne Skalpell!
Vitalität und Figur

Bestellshop: www.effekt-kosmetik-shop.de (Kosmetik ohne Parabene/Paraffine, keine Tierversuche, keine tierischen Substanzen enthalten)
Bestellshop: www.my-natures-immune.de (Vitalität und Figur)

Gerne berate ich Sie! Ihre Dipl.-Ästhetologin nach der Dr. Juchheim Methode Ursula Siebert Telefonnummer (07031) 7874810, E-Mail: effekt-kosmetik@online.de

Vital Gesundheitsstudio

Ilona Schilling
med.-kf. Assistentin

Crailsheimer Weg 35 · 71640 Ludwigsburg
Telefon (071 41) 8 39 62 · Mobil 01 74-9 88 64 89
Fußpflegepraxen

Bahnhofstraße 5 | Bahnhofplatz 2
71701 Schwieberdingen | 74321 Bietigheim-Bissingen
Tel. (071 50) 91 56 77 | Tel. (071 42) 77 60 99

Termine nach Vereinbarung,
auch Hausbesuche möglich.

Medizinische Fußpflege
streichelzart gepflegte Füße
Nagelkorrekturspannen
entlasten statt operieren
Fußreflexzonen-
Behandlung
über die Füße den
Menschen berühren
Naturkosmetik
spürbar voller Lebenskraft
mit dem Reinsten aus der
Natur
Gesunde Ernährung
wahre Schönheit kommt
von Innen