

gesund & schön im norden

Vorsorge

Starke Tips für einen Rücken ohne Schmerzen

Zahnästhetik

Wie Ihr Zahnarzt Sie schöner machen kann

Ernährung

Vitamine – und was sie für Ihren Körper tun

01

Verlagsbeilage



Das A-ROSA Travemünde – erwarten Sie Meer!

Wellness- und Thalasso-Urlaub auf höchstem Niveau.



Das neue A-ROSA Travemünde ist eröffnet. Damit eröffnen sich für Sie ganz neue Wohlfühlwelten! Im 4.500 m² großen SPA-Bereich finden Sie alles, was Erholung zum Erlebnis macht. Einschließlich des exklusivsten Original-Thalasso-Centers in Deutschland mit eigener Meerwasserzufuhr, Sprudel-, Algen- und Meersalzbädern, Vichy-Duschen, Ganzkörper-Meerwasser-peeling und Panoramablick auf die See. Genießen Sie in unserer Beauty-Abteilung die wohltuende Hautpflege mit den hochwertigen Produkten unserer Partner wie „Kanebo“. Und für alle, die alles völlig ungestört genießen möchten, bieten wir unsere ganz private SPA-Suite an. So viel Wellness macht Appetit! In unseren drei Restaurants genießen Sie erstklassige Gastronomie, wenn Sie neben Körper und Geist auch Ihren Gaumen verwöhnen möchten.

Genuss auf höchstem Niveau – jetzt buchen!

Eröffnungs-Special:
p. P./Nacht inkl. HP

ab € 109,-

Jetzt buchen!



aROSA 
Travemünde



Besser Hören

Besser Leben



Der Hörakustiker

Markus Dieckmann

Hörakustikermeister
Harksheider Strasse 8 (Poppenbütteler Markt) • 22399 Hamburg
Telefon: 040 / 611 37 038 • Fax: 040 / 611 37 039

www.derhoerakustiker.de

Fachliche Beratung & Betreuung bei:

- Tinnitus
- Lärmempfindlichkeit
- Individuelle Beratung
- Hörprüfung
- Anpassung modernster Hörsysteme
- Intensive Nachbetreuung und Hörtraining
- Hausbesuche
- Rollstuhlgeeignete Meßkabine
- Eigenes Labor
- Anfertigung von indiv. Gehörschutz und Schwimmschutz
- Batterieservice
- Reparaturservice

Vertragspartner aller gesetzlichen Krankenkassen und Privat

Kommen Sie zu uns!

Gutschein

Wir erstellen Ihnen gegen Vorlage dieses Coupons kostenlos Ihr Hörprofil. Bei Bedarf laden wir Sie ein, kostenlos Hörsysteme zu testen!

Name

Straße

PLZ/Ort

www.derhoerakustiker.de

HÖREN & SEHEN

Gutes Hören muß erlebt werden

Jeder fünfte Deutsche hat Hörprobleme. Doch viele geben es nicht zu oder wissen es gar nicht. Moderne Hörsysteme bieten Hilfe.



15 Millionen Deutsche haben Probleme beim Hören und Verstehen. Nach neuesten Untersuchungen haben sogar bereits mehr als ein Viertel aller Kinder und Jugendlichen eine Hörminderung, und bei der Gruppe der über 60-Jährigen jeder zweite. Trotzdem nutzen nur etwa zwei Millionen Deutsche die Möglichkeit, dieses Problem mit Hörsystemen deutlich zu verbessern. Vor allem müssen die Hörprobleme erst einmal erkannt werden. Schädigungen des Gehörs treten nämlich nicht plötzlich oder über Nacht auf, sondern sind ein schleichender Prozeß, der langsam aber sicher die Lebensqualität mindert. Der richtige Schritt auf dem Weg zu einer Besserung ist ein Hörtest. Die Ergebnisse bieten eine gute Bestandsaufnahme des aktuellen Hörvermögens und können zudem als Grundlage für die Programmierung eines Hörsystems dienen. „Mit Hilfe modernster Techniken können wir Hörgeräte exakt für jeden individuellen

Bedarf einstellen und somit den betroffenen Menschen immer besser helfen“, erklärt Markus Dieckmann, Inhaber von Der Hörakustiker in Hamburg. Der Grund dafür ist die rasante Verbesserung der Hörgeräte-Technik in den letzten Jahren wie die Digitalisierung, die Geräte immer leistungsfähiger werden läßt. Hörsysteme weltführender Unternehmen wie Oticon, Siemens, Phonak GN-Resound können bei Markus Dieckmann unverbindlich ausprobiert und getragen werden, um selbst einen Eindruck von den Weltneuheiten der Digitaltechnik zu gewinnen. „Gutes Hören muß erlebt werden, das bringt mehr als lange Erklärungen“, so der Hörakustiker.

Der erste Schritt zum besseren Hören: ein Hörtest

Die Preise pro Hörsystem liegen zwischen 500 und 1.000 Euro, modernste Spitzentechnik kostet zwischen 1.600 und 2.300 Euro. Einen festgelegten Teil der Kosten übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen.



Auch beim Hörgerät ist die Zukunft digital

INFO www.derhoerakustiker.de

GESUNDHEIT & NEWS

INSEL FÖHR

Reizklima – die beste Entspannung



Gereizt, gestreßt, müde? Ein ideales Rezept gegen Alltagsstreß ist Erholung am Meer – am besten an der Nordsee. Das Reizklima ist dort besonders intensiv, denn die Luft enthält Jod und Mineralstoffe, ist salzhaltig und besonders staub- und pollenarm. Die intensive Lichteinwirkung und die stets frische Meeresbrise regen die Durchblutung an und sorgen für körperliches Wohlfühl.

Intensivstes Reizklima verspricht Föhr. Geschützt durch die Nachbarinseln Sylt, Amrum und die Halligen bietet die grüne Insel inmitten der Nordsee natürliche Entspannung von Kopf bis Fuß. Zudem können ausgedehnte Strandspaziergänge und Wattwanderungen ergänzt werden durch Thalasso-Behandlungen, die die Heilkräfte des Meeres nutzen. Algenpackungen pflegen und entschlacken, warme Schlickpackungen lösen Muskelverspannungen und Molke-Meerwasserbäder beleben. Weltberühmt: der wertvolle Schlick aus dem Wattenmeer, der auf Föhr für alle Schlickanwendungen verwendet wird. Föhr – das ist Gesundheit pur, zu jeder Jahreszeit.

www.foehr.de

FASTEN

Beauty-Anwendungen unterstützen die Fasten-Kur

Wer fastet, tut seiner Gesundheit Gutes – das ist hinlänglich bekannt. Dennoch kann man selbst eine Fastenkur noch intensivieren: Abgestimmte Beautyanwendungen sorgen für einen noch besseren Benefit für die Schönheit. In Zusammenarbeit mit seinen Ärzten hat die Beauty-Abteilung des Schloß Warnsdorf Behandlungen ausgewählt, die Fastenkuren optimal unterstützen. Schließlich durchläuft nicht nur der Körper unterschiedliche Stufen der Revitalisierung, sondern auch die Haut. Mit regelmäßigen Bädern und Packungen wird eine intensivere Körperentschlackung und -entgiftung erzielt, der Stoffwechsel angeregt, Fettdspots und Gewicht reduziert sowie eine aktive Hautregeneration erreicht. Die Fastenklinik Schloß Warndorf setzt deshalb zusätzlich zur Kur auf Algen- und Moorbäder, Algenschlamm- und Mineralschlamm packungen sowie Meersalzkörperpeeling und Aromatherapie.



www.schloss-warnsdorf.de