

# SONNENBRILLEN RAUSVERKAUF\*

Marken - Sonnenbrillen eiskalt reduziert bis **70% Rabatt**

natürlich bei **aktiv OPTIK** konsequent preiswert

*Spezialist für Kontaktlinsen*

Puschkinplatz 6 • Hildburghausen • ☎ 70 99 14

## COMPUTER & INTERNET

PC- & Notebook Verkauf  
Problemlösung/Reparatur  
Viren - Beseitigung  
Einrichtung Internet/DSL  
Netzwerkbetreuung  
Hausbesuche

+ professionelle Webseiten-Erstellung

Die **www.klickStelle** Klosterstr. 17 Schleusingen Tel. 036841/54030

www.klickStelle.de

# SAGASSER

## GETRÄNKEFACHMÄRKTE

<b>DAUNER</b> Mineralwässer spritzig / medium besonders reich an Magnesium - dem Betriebsstoff fürs Herz! <b>5,49 €</b> 12x0,7l + 3,30€ Pfand, 1Ltr. = 0,65€ 12x0,75l + 3,30€ Pfand, 1Ltr. = 0,61€	<b>Thüringer Brauerei des Monats August: Premium Pilsener</b> ... Kenner schätzen seine spritzig-feinherbe Note von höchster Eleganz. <b>7,99 €</b> 20x0,5l + 3,10€ Pfand, 1Ltr. = 0,80€	<b>MITTWOCHs Kracher</b> gültig nur am 14.8. <b>HOLSTEN</b> Pilsener <b>8,99 €</b> 20x0,5l + 3,10€ Pfand, 1Ltr. = 0,90€	
<b>CLAUSTHALER</b> Classic oder Extra Herb <b>12,49 €</b> 20x0,5l + 3,10€ Pfand, 1Ltr. = 1,25€	Premium Pils oder Herb <b>10,99 €</b> 20x0,5l + 3,10€ Pfand, 1Ltr. = 1,10€	<b>Sortiment</b> (außer Weißbier und Urtrunk) <b>Franken Bran</b> <b>9,99 €</b> 20x0,5l + 4,50€ Pfand, 1Ltr. = 1,00€	
<b>Sortiment</b> <b>13,99 €</b> 20x0,5l + 3,10€ Pfand, 1Ltr. = 1,40€	<b>BRÜCKENAUER</b> Mineralwässer <b>4,99 €</b> 12x1,0l + 3,30€ Pfand, 1Ltr. = 0,42€	<b>Pils Legende + Radler (6x0,5l) gratis</b> <b>10,99 €</b> 26x0,5l + 3,58€ Pfand, 1Ltr. = 0,85€	
<b>www.sagasser.de</b>			<b>Jive</b> Sekt mit Holunderblüte, Erdbeere, Cassis oder Hibiskus <b>2,79 €</b> 1x0,75l, 1Ltr. = 3,72€

Angebote gültig vom Mo. 12.8. - Sa. 17.8.

96523 Steinach, Eichhornsgasse 4 u. Hämmerer Str. 49 • 98528 Suhl, Rennsteigstr. 15 • 98529 Suhl, Auenstr. • 98553 Schleusingen, Jägerhausstr. 7  
 98646 Hildburghausen, Unteres Kleinsfeld 15 u. Römhilder Str. 29 • 98646 Leimrieth, Leimriether Hauptstr. 12  
 98660 Themar, Römhilder Str. 34 • 98669 Veilsdorf, Hildburghäuser Str. 79 • 98673 Brattendorf, Schleusinger Str. 35

## Hypnose-insel-web.de

bessere Lernerfolge, fit zur Prüfung

## Fußpflege & Nägel

- Podologie
- medizinische und kosmetische Fußpflege (für Diabetiker)
- Hausbesuche

**NEU**

Markt 16 Hildburghausen  
 Tel./ Fax 03685/419708  
 Inh. Janine Werner

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9.00 Uhr bis 18.00 Uhr und nach Vereinbarung

## Besuchen Sie unsere Sanitärausstellung und machen Sie ein Schnäppchen.

Wegen Umgestaltung gibt es viele **Ausstellungsstücke zum Sonderpreis!** Ein Besuch lohnt sich!

# ZAPF

Baustoffe & Sanitär GmbH  
 Im Häger 6 • 98673 Crock  
 Telefon: (0 36 86) 32 59 - 13  
 www.baustoffe-zapf.de

Öffnungszeiten:  
 Mo.-Fr.: 7.00 - 17.30 Uhr; Sa.: 8.00 - 12.00 Uhr

# Dingslebener Brauereifest

... mit Live Musik von den Bibergrundmusikanten und DJ Olaf, regionalen, thüringer Spezialitäten, Mittagessen mit Thüringer Klößen und Roulade ab 12:00 Uhr, Brauereiführungen und vielem mehr...

am 18. August 2013 ab 11:00 Uhr  
**- Eintritt frei! -**  
 0,5 l Bier = 1,50 €

# 3D - Badplanung

Träumen Sie von einem neuen Bad? Kein Problem! Wir helfen Ihnen gern dabei. **Träume visualisieren ...**

Damit Sie eine Vorstellung von Ihrem neuen Bad erhalten, fertigen wir auf Wunsch eine Computergestützte 3D-Planung an. Wir erstellen den geplanten Raum einschließlich Türen und Fenster nach Ihren Vorgaben oder Skizzen und fügen die gewünschten Ausstattungsartikel perfekt ein.

Die Darstellungen aus unterschiedlichen Perspektiven zeigen Ihnen erste Details des Raumkonzeptes und sollen Sie in der Entscheidungsfindung unterstützen. Sie erhalten dann mehrere farbige Ausdrucke aus verschiedenen Perspektiven sowie eine bemessende Darstellung des Grundrisses.

Wir nehmen uns gern viel Zeit für Sie, deshalb sollten Sie am besten einen festen Beratungstermin mit unseren Mitarbeitern vereinbaren.

**Ihre Vorteile der 3D-Badplanung:**

- Ihr Bad entsteht, ganz realistisch, vor Ihren Augen.
- Virtuelle Ansicht aus allen Perspektiven.
- Aus einer Datenbank, mit Produkte von führenden Herstellern, können Sie Ihre Wunschausstattung frei auswählen.
- Die einzelnen fotorealistischen abgebildeten Gegenstände können Sie auch aus der Nähe betrachten.

**hagebaumarkt**  
 ESCHENBACH. *HIER HILFT MAN SICH.*

hagebaumarkt Hildburghausen  
 ESCHENBACH BAU- UND GARTEN-CENTER GMBH & CO. KG  
 Häselriether Str. 9 • 98646 Hildburghausen  
 Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 8.30 - 19.00 Uhr / Sa.: 8.30 - 16.00 Uhr

seit 1993

# Schmidt-Umzüge

kostenfrei ☎ 0800 - 42686984

## Hilfe durch fernöstlichen Heilbalsam

Anzeige: WLM. Über 2000 Jahre alt ist die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), die sich grundlegend von unserer Schulmedizin unterscheidet. Manches aus ihrem Schatz lässt sich ganz einfach selber zu Hause anwenden. Einreibungen an speziellen Akupressur-Punkten und kleinere Massagen mit einem besonderen asiatischen Heilbalsam auf Basis der Cajeput-Pflanze zeigen überzeugende Gesundheitserfolge bei Rückenschmerzen, Muskel- und Gelenkproblemen, Kopfweh und Erkältungskrankheiten.

Laut TCM befinden sich im menschlichen Körper 12 „Kanäle“, sogenannte Meridiane, in welchen die Lebensenergie „Qi“ fließt. Jeder dieser Meridiane ist einem Organ oder einer Organgruppe zugeordnet. Wird ein solcher Meridian blockiert, wird auch der Qi-Fluß behindert und das damit verbundene Organ wird krank. Auf den Meridianen befinden sich bestimmte Punkte, an denen u.a. eine Therapie ansetzen kann. Unter den Therapieformen der TCM haben Akupunktur (Nadeltherapie) und Akupressur (Druckpunkt-Therapie) besondere Bekanntheit erlangt. Eine extrem große Bedeutung aber kommt dem Einsatz von Heilkräutern zu. Etwa 90 Prozent aller Erkrankungen werden in China durch eine Kräutertherapie behandelt. Eines der wenigen hier frei erhältlichen fernöst-

lichen Heilmittel ist eine in China seit über 100 Jahren geschätzte Mischung ganz spezieller Arzneipflanzen: der „Tiger Balm“. Unter anderem lindern die in ihm enthaltenen wertvollen Inhaltsstoffe der in weiten Teilen Asiens verehrten Cajeput-Pflanze den Schmerz, entspannen und beruhigen die Muskeln.

**Fernöstlicher Heilbalsam verstärkt Akupressureffekte**

Die Anwendung von Tiger Balm (rezeptfrei, Apotheken u. Drogerien) ist ganz unkompliziert und empfiehlt sich bei einer ganzen Reihe von Gesundheitsbeschwerden. Führende TCM-Experten wie z. B. die Berliner TCM-Ärztin und Fachärztin für Physikalische und Rehabilitative Medizin, Frau Wei Lü, sehen die Erfolge dieser TCM-Medizin täglich. Sie setzen den asiatischen Heilbalsam immer häufiger in der Praxis u.a. bei Rücken-, Muskel- und Gelenksbeschwerden ein. „Die Erfolge sind eindeutig“, so die TCM-Expertin. Die extrem wertvollen Inhaltsstoffe des Balsams helfen, so die Erklärung fernöstlicher Heilkundiger, die Lebensenergie „Qi“ wieder frei fließen zu lassen und auf diese Art das innere Gleichgewicht wieder herzustellen. Blockaden werden so gelöst und damit gesundet der angeschlagene Körper schneller. Laien können kleinere Massagen oder eine Akupressur auch zu Hause an sich selbst durchführen.

Besonders geeignet hierfür ist u. a. ein leichtes Massieren der unter der Fußsohle befindlichen Akupressurpunkte. Denn dort sind praktisch alle Organe des menschlichen Körpers „abgebildet“. So befinden sich auf der Ferse Akupressurpunkte des Beckens, unter den Ballen Bereiche für Lunge und Schilddrüse und unter den Zehen Regionen für Stirn- und Nasennebenhöhle. In vielen TCM-Praxen wird eine Akupressur-Therapie mit dem asiatischen Heilbalsam eingeleitet, begleitet und teils auch nachbereitet. Vielfach wird dabei beobachtet, dass durch diese Heilbalsam-Anwendung die Effekte der Akupressur verstärkt werden. Insgesamt sind die Einsatzbereiche dieses Balsams sehr vielseitig und reichen von der gesamten Erkältungssymptomatik über Kopfweh bis hin zu jeglicher Form von Muskel- und Gelenkschmerzen.

- Kopfhöhlen
- Kopf
- Nacken und Hals
- Schilddrüse
- Lunge
- Schulter
- Leber
- Magen
- Bauchspeicheldrüse
- Nieren
- Colicblase
- Dickdarm
- Dünndarm
- Ganzes Bein
- Beckenbereich

In vielen TCM-Praxen wird eine Akupressur-Therapie mit dem asiatischen Heilbalsam eingeleitet, begleitet und teils auch nachbereitet.  
 Foto: WLM