



Die Hopfen-Hoiler bereichern ebenfalls das Konzert.



Auch die Beeke Singers sind beim Konzert mit dabei.

# Kreischen für die Kirchenrenovierung

Jubiläumskonzert der Kreischsäger2.0 startet am 15. Oktober

**Solschen.** Da die Bültener Kreischsäger in diesem Jahr 30 Jahre bestehen, startet am 15. Oktober um 17 Uhr ein Jubiläumskonzert in der Solschener St. Pankratii-Kirche, Hauptstraße 10. Auch die Hopfen-Hoiler aus Solschen und die Beeke-Singers aus Groß-Bülten werden dabei sein. Der größte Teil der Einnahmen wird für die laufende Renovierung der (Kultur-)Kirche gespendet.

Die Kreischsäger2.0 und die befreundeten Hopfen-Hoiler und Beeke Singers präsentieren



Die Kreischsäger2.0 laden zum Jubiläumskonzert ein.

FOTOS: PRIVAT

bei diesem Benefizkonzert für die Solschener Kirche ein fröhliches, spaßiges und musika-

lich vielfältiges Programm. Das musikalische Repertoire reicht von den 1930er-Jahren

bis in die Neuzeit. Das Publikum erwarten Küchenlieder, Schlager, Gassenhauer, Kulthits

und rockiger Seemannspop in eigener Interpretation – gemixt, geschüttelt, gerührt oder pur, je nach Geschmack. Pastor Benjamin Peyk begrüßt die Besucherinnen und Besucher, Martin Blasig, Pastor i. R., hält die Laudatio. In der Pause gibt es vom Kirchenvorstand Getränke gegen einen kleinen Kostenbeitrag.

Karten gibt es im Vorverkauf in Solschen im Gasthaus „Zur Kastanie“, in Groß Bülten in der „Mickfett“-Apotheke und in Bülten im Toto-Lotto Lädchen von Frau Schuchardt.

## Angst vor schütterem Haar?

Achten Sie auf Ihre Nährstoffversorgung.

Eine volle Haarpracht – wer wünscht sie sich nicht? Leider ist nicht jeder von Natur aus mit vollem, kräftigem Haar gesegnet. Stattdessen sind die Haare oft dünn und gehen aus. Hier kann es sinnvoll sein, sich die Nährstoffversorgung genauer anzusehen.

Vor allem für Frauen ist der Verlust von Haaren eine schwer verdauliche Tatsache. Da ist es auch kein Wunder, dass man es mit der Angst zu tun bekommt, wenn sich vermehrt Haare in der Bürste, im Waschbecken oder auf dem Kopfkissen finden. Wichtig zu wissen: Wenn einem auffällt, dass die Haare schon jetzt merklich dünner bzw. lichter werden, ist noch nicht aller Tage Abend. Denn glücklicherweise bildet unser Körper regelmäßig neue Haare.



„Mit der richtigen Nährstoffversorgung kann man viel gegen brüchiges, dünnes Haar tun!“

**Mag. Astrid Janovsky**  
Nährstoff-Expertin

Mag. Astrid Janovsky, Nährstoffexpertin: „Hier gilt es dann so früh wie möglich im Wach-



tumszyklus anzusetzen, um das neu heranwachsende Haar zu unterstützen, bevor es überhaupt aus der Kopfhaut sprießt. Gerade in diesem Stadium kann etwa eine Unterversorgung mit Vitaminen und Spurenelementen fatal sein.“ Doch welche Nährstoffe braucht der Körper; um ein gesundes Haarwachstum zu garantieren?

### NÄHRSTOFFE UNTER DER LUPE

Die Liste an Inhaltsstoffen, die für volles Haar sorgen, ist

lang – doch nicht alle versprechen auch langfristige Erfolge. Drei Nährstoffe sind hingegen bereits bestens erforscht und haben sich zudem bereits bei zahllosen Anwendern bewährt:

#### Goldhirse

Bei der Goldhirse handelt es sich um eine der ältesten Getreidesorten der Welt. Bereits im Mittelalter war sie unter dem Namen „Schönheitskorn“ bekannt. Sie ist besonders reich an Silizium, das im Körper wie ein Feuchtigkeitsspeicher arbeitet

und in den Haaren für mehr Spannkraft und Elastizität sorgt. Studien belegen außerdem, dass Silizium die Haare reißfester macht.

#### Selen

Selen ist ein Spurenelement, das die Haarfollikel stärkt. Steht dem Haar zu wenig davon zur Verfügung, kann es stumpf und brüchig werden oder gar ausfallen.

**Naturreiner Schwefel (MSM)** MSM ist ein wichtiger Strukturbestandteil in Keratin, Elastin

und Kollagen – jenen Stoffen, aus denen neue Haarzellen gebildet werden und verleiht dem Haar Glanz und Volumen.

### WAS APOTHEKER EMPFEHLEN

In dieser Kombination vereint finden sich diese Wirkstoffe aktuell nur in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten.

Anwender berichten von sichtbaren Ergebnissen nach wenigen Wochen. Auch Experten sind überzeugt: Etwa von dem besonders hohen Anteil an Silizium aus natürlicher Quelle (Goldhirse und Kieselerde) sowie von der Tatsache, dass das Produkt vom Hersteller nach höchsten Qualitätsstandards produziert wird. Dies umfasst nicht zuletzt die strengste Kontrolle sämtlicher Rohstoffe in Bezug auf deren Herkunft, Sicherheit und Wirkstoffgehalt, die weit über die Anforderungen herkömmlicher Bio- und Qualitätssiegel hinausgeht.

### SICH SCHÖN ESSEN?

Kritiker behaupten häufig, dass wichtige Nährstoffe auch über die Nahrung aufgenommen werden können. Doch die heutigen Lebensmittel sind aufgrund ausgelaugter Böden immer ärmer an Nährstoffen. Die nötige Zufuhr der ausschlaggebenden Kraftstoffe für die Haare könnte also nur mit großen Mengen der jeweiligen Nahrungsmittel erreicht werden. Die Verwendung eines hochwertigen Nahrungsergänzungsmittels wie Dr. Böhm® Haut Haare Nägel erhöht die Erfolgchancen hier deutlich.

**Tipp:** Für den idealen Effekt sollten die Tabletten über einen Zeitraum von 2 bis 3 Monaten hinweg eingenommen werden – schließlich wachsen die Haare im Schnitt nur 1,5 cm pro Monat.

<sup>1</sup>Baré A. et al., Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53



### Haare färben – Tipps & Tricks bei dünnem Haar

Neben der richtigen Nährstoffversorgung können Sie noch weitere Maßnahmen ergreifen, um das Haar voller erscheinen zu lassen – zum Beispiel beim Haarefärben. Die Faustregel ist: Je heller der Farbton, desto

lichter wirken die Haare. Gerade bei blonder Farbe bietet es sich an, es einmal 2-3 Nuancen dunkler zu versuchen. Das gibt dem Haar optisch mehr Fülle. Auch ein dunklerer Ansatz lässt die Haare voller aussehen. Bei dunkel gefärbten Haaren sollten Sie auf eine einheitliche Haarfarbe (ohne Strähnen) setzen. Dies lässt das Haar voluminöser erscheinen.

Jetzt überzeugen!

### Dr. Böhm® Haut Haare Nägel

- Silizium aus der Goldhirse für Spannkraft und Elastizität
- MSM für Glanz und Volumen
- Selen für den Haarfollikel



Nahrungsergänzungsmittel

Für Ihre Apotheke: PZN: 15390975  
Bestehen Sie auf das Original! Falls nicht vorrätig bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie.