

Tickets für die CannaFriends-Messe zu gewinnen

Die **größte Hanf-Messe Norddeutschlands** findet vom 20. bis 22. September in Groß Ilsede statt

Groß Ilsede. Die CannaFriends-Messe, Norddeutschlands größte Cannabis-Messe, kehrt vom 20. bis 22. September zurück in den Landkreis Peine! Die historische Gebläsehalle in Groß Ilsede wird an diesen Tagen von 11 bis 19 Uhr zur Bühne für eine umfassende Entdeckungstour durch die Welt des Hanfs. Dieses Jahr legt die Messe besonderen Fokus auf die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten – von medizinischen Anwendungen bis zur Cannabis-Kultur, insbesondere im Zuge der jüngsten Legalisierung. Die Veranstaltung richtet sich nicht nur an Hanf-Enthusiasten, sondern auch an Interessierte, die mehr über die Potenziale von Cannabis erfahren möchten. Laut den Veranstaltern bietet die Messe eine spannende Mischung aus Information und Unterhaltung. Auf der CannaFriends-Mes-



Cannabis-Messe in Groß Ilsede Gebläsehalle

FOTO: PRIVAT

se erwartet die Besucher viel Abwechslung. Über 80 Aussteller präsentieren ihre neuesten Produkte und Innovationen in den Bereichen medizinisches Cannabis, Eigenanbau,

Rauch- und Verdampferzubehör sowie Kosmetik und Nahrungsmittel. Zusätzlich geben mehr als 40 hochkarätige Speaker spannende Einblicke in Themen wie Drogenpolitik, medizinische Anwendungen und Nachhaltigkeit im Cannabisbereich.

Wir verlosen **3x2 Flex-Tages-tickets** für dieses Event! Die Teilnahme am Gewinnspiel ist ab 18 Jahren möglich und läuft vom 14. bis 17. September. Einfach den QR-Code scannen oder dem Link folgen: <https://aktion.paz-online.de/angebot/cannafriends>.



Direkt zur Verlosung: Einfach den QR-Code mit dem Smartphone scannen.

ANZEIGE

Die pflanzliche Innovation bei hartem Stuhl



Sie haben gelegentlich Probleme auf die Toilette zu gehen und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? So können Sie gegensteuern!

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsproblemen: Fast ein Fünftel aller Deutschen ist

zumindest gelegentlich davon betroffen, Frauen sogar doppelt so häufig wie Männer. Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das Gefühl einer nicht vollständigen Darmentleerung zurück. Ganz klar: Die Verstopfung muss weg.

Ursachen kaum zu vermeiden

Die Ursachen für gelegentliche Verstopfung und harten Stuhl sind vielfältig und reichen von falscher Ernährung und Stress bis hin zur Einnahme bestimmter Medikamente und dem wiederholten Aufschub des Toilettengangs. Es gibt aber einiges, was

wir selbst tun können, um gegenzusteuern. Denn meistens lässt sich die Darmtätigkeit durch ausreichende Ballaststoffzufuhr wieder in Schwung bringen.

Wie funktionieren Ballaststoffe?

Anders, als der Name „Ballaststoffe“ vermuten lässt, sind sie keineswegs eine „Last“. Im Gegenteil: Bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Quelleffekt die Darmbewegung an und sorgen für eine normale Stuhlkonsistenz. Für diesen Effekt ist eine Kombination mehrerer Ballaststoffe sinnvoll, sodass sie sich gegenseitig in ihrer Wirkung ergänzen.¹

Neu am Markt

Ein neues Produkt aus der Apotheke begeistert: Dr. Böhm® Darm aktiv – die erste pflanzliche Kombination aus fünf Ballaststoffen plus wohltuendem Kümmel. Das fruchtige Trinkpulver wird mit ca. 0,25 Liter Wasser aufgelöst und ein- bis zweimal täglich getrunken. Es sorgt durch die darin ent-

haltenen Flohsamen für eine Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentleerung.

¹ Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. *Aliment Pharmacol Ther* 2016; 44 (2): 103–16.

PRODUKT-TIPP bei hartem Stuhl

Dr. Böhm® Darm aktiv



Nahrungs-
ergänzungsmittel

NEU

- ✓ Angenehm weicher Stuhl dank Flohsamen
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Schmeckt auch Kindern

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Darm aktiv gerne für Sie.
PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)