

Sechs Heilpflanzen für einen entspannten Bauch Immer nach dem Essen dick und aufgebläht?

EIN GEFÜHL WIE AUFGEBLASEN

Immer nach dem Essen stellt es sich ein: Dieses Gefühl, als hätten sich plötzlich massenhaft Kilos in der Bauchregion angesammelt. Der Gürtel spannt – Rock oder Hose erscheinen zwei Nummern zu klein, sogar das Durchatmen fällt schwer. Dabei sind es keine zusätzlichen Pfunde, die den Umfang wachsen lassen, sondern ein geblähter Bauch. Schnelle Hilfe leisten jetzt GASTEO Magen-Tropfen.

Nach dem Essen oder bei Bedarf eingenommen, sorgen sie rasch für wohltuende Linderung.

HEILPFLANZEN- KOMBINATION AKTIVIERT UND ENTSPANNT SCHNELL

Sofort nach dem Kontakt mit der Zunge aktivieren therapeutische Bitterstoffe, z.B. enthalten in Wermut-, Benediktenkraut und Angelikawurzel, die Verdauungssäfte.^{1,2} Krampflösendes Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel und

Kamillenblüten entspannen den gesamten Magen-Darm-Trakt. Der Blähbauch verschwindet, Rock oder Hose passen wieder – was für ein Gefühl!

IMMER DABEI, FÜR ALLE FÄLLE

Blähbauch und Völlegefühl können jederzeit auftreten. Oft reichen eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen, oder ein Burger unterwegs. Deshalb: Keine Handtasche ohne GASTEO Magen-Tropfen. Die cleveren Magen- und Verdau-



ungshelfer bleiben nach dem ersten Gebrauch sogar noch zwölf Monate verwendbar.

¹ Liszt et al. (2017) PNAS; 114(30), E6260-E62691; ² Inge Depoortere (2014) Gut; 63:179-190.

GASTEO® Flüssigkeit zum Einnehmen. **Wirkstoffe:** Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel, Angelikawurzel, Benediktenkraut, Wermutkraut, Kamillenblüten. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Enthält 40 Vol.-% Alkohol.** (Stand: 11/2022). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Flugstraße 11, 76532 Baden-Baden

Familienführung zu Karneval in römischer Zeit

TRIER (red) In der Familienführung „Helau?! Karneval in römischer Zeit“ im Rheinischen Landesmuseum Trier am Sonntag, 23. Februar, 15 Uhr, lernen Kinder ab sechs Jahren zusammen mit ihren Eltern und Großeltern Karneval und andere Feste der römischen Zeit kennen. Den Abschluss der Kurzführung bietet ein Workshop, in dem zusammen Masken gebastelt werden. Kosten: Eintritt (Familienermäßigung vorhanden) plus 2 Euro pro Begleitperson. Anmeldung erforderlich unter Telefon 0651/9774-0.

Karnevals- Gottesdienst

SCHWEICH (red) Am Dienstag, 25. Februar, findet um 18.30 Uhr in der katholischen Pfarrkirche St. Martin in Schweich der traditionelle Karnevalsgottesdienst statt. Der Gottesdienst wird farbenfroh und stimmungsvoll gestaltet, mit bekannten Karnevalsliedern und einer gereimten Ansprache von Pfarrer Dr. Ralph Hildesheim. Eine Instrumentalgruppe mit Gesang begleitet die Feier musikalisch. Im Anschluss können die Teilnehmer auf dem Kirchplatz auf den Karneval anstoßen. Der Erlös der Kollekte und des Getränkeverkaufs kommt dem Projekt „Seniorenstammtisch – Gemeinsam gudd gess“ des Schweizer Karnevalsvereins zugute.

Produktion dieser Seite:
Inge Meyer

Winterspaziergang für Trauernde

HERMESKEIL (red) Die Trauer-AG des Ambulanten Hospizes Hochwald lädt für Samstag, 22. Februar, zu einem Winterspaziergang für Trauernde ein. Der Spaziergang findet von 15 bis 17 Uhr statt und beginnt an der Koblenzer Straße 6 in Hermeskeil. Die Veranstaltung bietet Trauernden die Möglichkeit, in Bewegung zu kommen und innere Blockaden zu lösen. Es besteht die Möglichkeit, in Stille zu gehen oder sich mit anderen Trauernden auszutauschen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt.

Nabu sucht Amphibienretter

AACH (red) In den nächsten Wochen wandern Frösche, Kröten, Feuersalamander und Molche zu ihren Laichplätzen und überqueren dabei auch Straßen. So auch die L 43 zwischen Aach und der B 51 in Höhe des Sivebacher Hofes. Ehrenamtliche des Nabu Region Trier bauen vor der Straße einen Amphibienzaun auf, graben Eier davor ein und tragen die Tiere dann in den Eiern über die Straße. Dafür werden noch dringend Helfer gesucht. Interessenten können sich melden bei Bernd Mutschler, Telefon 0176/313589 58.

Landwirtschaftskammer sucht die Meister von 1975

BAD KREUZNACH (red) Landwirten, Winzern, Gärtnern, Hauswirtschaftlerinnen und Mitgliedern aller anderen Berufsgruppen der Grünen Berufe, die 1975 erfolgreich ihre Meisterprüfung absolviert haben, werden jeweils in einer Feierstunde am Dienstag und Mittwoch, 13. und 14. Mai, von der Landwirtschaftskammer Rheinland-Pfalz die Goldenen Meisterbriefe überreicht. Aufgrund der erwartbar hohen Teilnehmerzahl findet die Feier

im Bad Kreuznacher Kurhaus an zwei Tagen statt. Die Kammer ruft alle Meisterinnen und Meister von 1975 auf, sich zu melden, da nicht alle in den Datensätzen erfasst sind.

• Meldungen bitte an die Landwirtschaftskammer Rheinland-Pfalz, Referat Öffentlichkeitsarbeit, Luna Schneberger, Burgenlandstraße 7, 55543 Bad Kreuznach, Telefon 0671/793-178, E-Mail luna.schneberger@lwk-rlp.de.

Fortbildung im Pflanzenschutz für Landwirte

REINSFELD (red) Das Dienstleistungszentrum Ländlicher Raum Eifel bietet am Donnerstag, 13. März, eine Fort- und Weiterbildungsveranstaltung im Pflanzenschutz in Reinsfeld im Landgasthof Kuhl an. Die Veranstaltung richtet sich an Landwirte, die gesetzlich verpflichtet sind, sich regelmäßig im Pflanzenschutz fortzubilden. Interessenten können sich auf der Webseite des DLREifel anmelden. Bei Fragen stehen Christian Oberhausen unter 0162/2760497 und Nikolaus Schackmann unter 0175/5252081 zur Verfügung.

Wein mit Musik in Jaques' Weindépot



TRIER (red) Am Sonntag, 23. Februar, ab 19 Uhr spielen „Chanson pure“ in Jacques' Weindépot in Trier, veranstaltet gemeinsam mit dem Jazz-Club Trier. Die vierköpfige Formation „Chanson pure“ aus Frankreich, dem Saarland und Rheinland-Pfalz um den international bekannten Akkordeonisten Vincenzo Carduccio präsentiert klassische und moderne Chansons mit französischem Flair im Stil von Gipsy-Jazz. Im Eintritt von 17 Euro sind ausgewählte Weine inbegriffen, mit „Refill“ nach Belieben. Anmeldung erforderlich unter www.jacques.de – Depot Trier auswählen, dann unter Rubrik „Veranstaltungen“.

FOTO: CHANSON PURE

Musik an fürstlichen Höfen



KORLINGEN (red) In der Kulturkapelle Korlingen, Kapellenstraße musiziert am Sonntag, 23. Februar, um 18 Uhr das Ensemble Fiori Musicale. Die fünf Musiker spielen auf historischen Instrumenten Kompositionen aus der Barockzeit. Es geht auf eine Reise durch Frankreich, Deutschland und Österreich mit Komponisten von Lully über Telemann bis zum Wiener Hofkapellmeister Johann Heinrich Schmelzer. Es musizieren: Claudia Demerath (Gambel), Gerd Demerath (Theorbe und Barockgitarre), Sonja Fucks (Flöte), Valentina Hansjosten (Violine) und Heiko Hansjosten (Cembalo). Eintritt frei, Spende erbeten.

FOTO: BENEDIKT HANSJOSTEN

Neue Webseite für Ehrang/Quint

TRIER-EHRANG/QUINT (red) Die Webseite ehrang.de ist im Rahmen des Quartiersarbeitsprojekts der Diakonie Katastrophenhilfe Rheinland-Westfalen-Lippe neu gestaltet worden. Ab sofort bietet die Seite ein modernes Design und eine verbesserte Struktur. Die Webseite ist unter www.ehrang.de erreichbar.

Tatort Kunstmarkt im Stadtmuseum

TRIER (red) Der Restaurator Dimitri Scher erklärt im Stadtmuseum Simeonstift am Sonntag, 23. Februar, 14 Uhr, die Gesetze und Fallstricke des Tatorts Kunstmarkt. Anhand vieler anschaulicher Beispiele wird gezeigt, wie eng kriminelle Energie und künstlerischer Ausdruck beieinander liegen können.

Blähungen? Völlegefühl?
Magenkrämpfe?

GASTEO®
hilft Deiner Verdauung
über den Berg

Fragen Sie in
Ihrer Apotheke
danach!

PZN 10738439, AVP 10,89 €