

Frühlingsmensch



Von mir aus könnte sich das Jahr alle anderen Jahreszeiten sparen. Ich bräuchte nur das Frühjahr. Ich freue mich darüber, dass die Tage länger werden und die warme Jahreszeit noch vor mir liegt (die mir dann aber oft schon zu heiß ist). Sobald die ersten Sonnenstrahlen durch die Fensterscheiben wärmen, bin ich voller Tatendrang – fast schon ein bisschen hyperaktiv – miste die Schränke aus, putze die Beete aus, öle die Holzplanken der Terrasse und dann wird gekärchert, was das Zeug hält.

Und natürlich gehört in jedem Jahr auch der innere Frühjahrsputz dazu: Jetzt ist es bei mir eigentlich immer nötig, mich mal von ein paar Kilos zu trennen. Da kommt mir das Schwerpunktthema unserer Autorin Martina Görz über Fasten und Diäten gerade recht. Geht es Ihnen auch so? Einige Ihrer Kunden und Kundinnen fragen in der Apotheke bestimmt nach Unterstützung. Und wenn ich nach all dem Treiben und den wenigen Kalorien völlig ausgepowert bin – dann bin ich halt frühjahrmüde – womit wir diese Ursache dann auch geklärt hätten.

Ich hoffe, Sie finden bei der Lektüre der April-Ausgabe viele brauchbare Informationen für Ihren Beratungsalltag und gute Unterhaltung mit unseren Feierabendthemen.

Einen bienenfleißigen oder auch einfach nur entspannten Frühling wünscht

Ihre 

Dr. Susanne Poth | Apothekerin, freie Redakteurin

 Werden Sie Fan: www.facebook.com/ptainderapotheke