



DIE PROFIS

Olaf R. Schneider,
Geschäftsführer
der cerascreen
GmbH

Das ist eine Histamin-Intoleranz

Was ist eigentlich eine Histamin-Intoleranz?

Viele können Hartkäse, Salsami, Sauerkraut oder ein Glas Wein ohne Reue genießen. Wer jedoch nach dem Verzehr Kopf- und Magenschmerzen, Bluthochdruck oder juckende Hautausschläge hat, leidet möglicherweise an Histamin-Intoleranz. Meist ist diese Unverträglichkeit im Laufe des Lebens erworben. Dabei sind häufig mehr Frauen als Männer betroffen. Wer den Verdacht hat, an einer Histamin-Intoleranz zu leiden, kann dies mit Hilfe eines Selbsttests ganz leicht zu Hause überprüfen und so bei einem positiven Befund entsprechend reagieren.

(www.cerascreen.de)

BERLINER KURIER Fragen? Wünsche? Tipps?

Tel. 030/63 33 11-456
(Mo.-Fr. 10-15 Uhr)
E-Mail: berlin.service@dumont.de

Sorgenfall Pflege

Ab Montag lesen Sie alle wichtigen Infos! Sie können anrufen und Vorträge hören!

Rund drei Millionen Pflegebedürftige gibt es in Deutschland. In Berlin leben 120 000 Pflegebedürftige, ein Viertel davon in Heimen, drei Viertel werden zu Hause gepflegt. Wir wollen Sie mit unserer Serie „Sorgenfall Pflege – das große KURIER Dossier“ ab kommenden Montag zwei Wochen lang informieren.

Unsere Autoren stellen neue Technik für alte Menschen vor, begleiten eine Senioren einen Tag lang bei ihrem Einzug ins Altenheim, berichten über Selbsthilfe-Gruppen, Altenheime im Ausland und sprechen mit einer Privatpflegekraft.

Sie wollen wissen, was ein gutes Pflegeheim ausmacht? Wo Sie spezielle Sportkurse finden können? Was es beim Thema Pflegegerade zu beachten gibt?

► **Checklisten:** Mit unseren praktischen Checklisten können Sie all diese Fragen für sich klären. Dazu gibt es jede Menge nützliche Telefonnummern und Adressen, wo Sie sich außerdem Hilfe holen können.

► **Telefon-Aktionen:** Zu allen brisanten Themen haben wir Experten, die Ihnen am kostenlosen Leser-Telefon Rede und Antwort stehen. Schauen Sie täglich in den KURIER, welche



Dieter Baer (83) bekommt Unterstützung von Einrichtungsleiterin Sandra Warnke in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg.

Experten an diesem Tag für Sie da sind. Rufen Sie an! Ohne Kosten!

► **Vorträge:** Sie können auch zu

uns ins Verlagsgebäude kommen: Alte Jakobstraße 105 in Berlin-Mitte (U-Bahnhof Spittelmarkt oder Moritzplatz).

Sprechen Sie direkt mit den Experten in unserem gemütlichen Newscafé. Mit dabei sind unser Rechts-Experte Wolfgang Büser und Experten von Stiftung Warentest, von der AOK und von der Barmer. Los geht es immer um 18:00 Uhr mit einem kurzen Vortrag. Danach können Sie Ihre Fragen stellen. Der Eintritt ist natürlich frei, Sie müssen sich nur unbedingt vorher anmelden. Das ist schon ab heute möglich.

Am Dienstag, den 10. Oktober, lautet das Thema: „Hilfe, was tun mit Mama“, am Mittwoch, den 11. Oktober, „So werden wir in Zukunft wohnen“ und am Freitag, 13. Oktober, „Das neue Pflegegesetz“.

► **Bitte anmelden!** Wenn Sie daran teilnehmen möchten, dann melden Sie sich bitte unbedingt verbindlich an. Senden Sie uns dazu bitte eine Postkarte: Berliner Newsroom, Postfach 11 02 01, 10832 Berlin. Bitte nennen Sie uns Ihren Namen mit Alter und Adresse und unbedingt Ihre Telefonnummer! Das gilt auch, wenn Sie sich per Mail anmelden wollen:

berlin.aktion@dumont.de

Damit jede Frage beantwortet werden kann, bieten wir nur Platz für 50 Gäste. Melden Sie sich also rechtzeitig an!

Ich bin ein Täter

Werden Sie mein Komplize

im Kampf gegen Aids.

Spenden Sie

Berliner Aids-Hilfe e.V.

Spenden helfen schützen. Spendenkonto 3 13 22 13 Bank für Sozialwirtschaft 100 205 00

DIENSTLEISTUNGEN

GESUNDHEIT & MEDIZIN

LACTO SEVEN. Schönheit und Gesundheit kommen von innen!

7 Bakterienkulturen und Vitamin D3 für das Immunsystem

- ✓ bei Antibiotikabehandlung
- ✓ während Reisen
- ✓ für die ganze Familie!

ANGEBOT

Beim Kauf von 100 Tabl. bekommen Sie 20 Tabl. GRATIS dazu

Gültig nur in teilnehmenden Apotheken.
Produkt aus Finnland
Vitalabans vitalabans.de www.vitalabans.de