



Lichius

www.reformhaus-lichius.de

Angebote April 2021



Susanne Lichius
Reformhaus Lichius

Pflanzenkraft aus der Kurkumawurzel

Curcuminoide sind wertvolle Pflanzenstoffe, die nur in der Kurkumawurzel vorkommen und in der modernen Wissenschaft zunehmend an Bedeutung gewinnen. Bei Patienten mit schmerzhaftem Gelenkverschleiß (Arthrose) ist der medizinisch bedingte Nährstoffbedarf erhöht und kann über die normale Ernährung dauerhaft nicht praktikabel gedeckt werden. Alsiroyal Curcumin speziell bei Arthrose enthält einen speziellen Kurkuma-Extrakt, in dem die drei wichtigsten Curcuminoide in einem besonderen und gleichbleibenden (standardisierten) Verhältnis zueinander vorhanden sind. Gern informieren wir Sie ausführlich...

Herzlichst Ihre

im April...

- > Ein gutes Bauchgefühl...
- > Vitalität und Wohlbefinden...
- > Vollwertig köstlich durch den Tag...
- > Natürlich schön und bequem...

Irrtümer und Änderungen vorbehalten.
Angebote, solange der Vorrat reicht.
Ausgabe 4/2021



Natürlich besser

... für mich!

TOP-ANGEBOT DES MONATS!

Bei arthrotischen Gelenkschmerzen...

Alsiroyal® Curcumin Spezial bei Arthrose¹

Hat in einer Vergleichsstudie² zu 1.200 mg Ibuprofen gezeigt, dass es ernährungsphysiologisch signifikant

- > Gelenkschmerzen reduziert
- > Beweglichkeit verbessert

Aufgrund dieser Eigenschaften und Merkmale ist es zum Diätmanagement bei arthrotischen Beschwerden wie Gelenkschmerzen geeignet

45 Kapseln statt € 31,99
jetzt nur

28,99

100 g = € 98,94 **Vegan** ✓

90 Kapseln statt € 61,99
jetzt nur € 55,99 100 g = € 95,55



¹Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke
²Studie: Kuptniratsaikul et al. Clin Interv Aging. 2014;9:451-8.

In Bewegung bleiben...

Die „tägliche Runde“, ein schöner Ausflug ins Grüne, Fröhlsport bei geöffnetem Fenster – das macht den Kopf frei und beflügelt den Geist. Ganz nebenbei stärken Sie das Immunsystem – kommen Sie gut durch den April...

WOHLBEFINDEN

Tipp!

Voelkel SHOTS

Aromatisch scharf mit Ingwer...

- > Der Kick fürs Immunsystem*: die Voelkel Shots in Demeter-Qualität.
- > Reich an natürlichem Vitamin C aus der Acerolakirsche: 1 Shot deckt 50% des Tagesbedarfs eines Erwachsenen an Vitamin C.
- > Angenehm scharf im Geschmack: mit Direktsaft aus Ingwer und Kurkuma
- > Jeweils 6 Shots in 1 Flasche mit praktischer Skala zum Dosieren



SHOTS mit Ingwer, verschiedene Sorten, 6 Shots je Flasche 280 ml statt € 3,99

jetzt nur **3,69** 1 l = € 13,18

*Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig für das Wohlbefinden.



Wohltuender Kick

Die Voelkel Demeter-Shots mit aromatisch-scharfem Ingwer enthalten reichlich natürliches Vitamin C für ein normal funktionierendes Immunsystem. Die Sorte „Ingwer & Beeren“ verbindet die Schärfe von Ingwer mit leichter Süße von Himbeeren und Traube.

Ein gutes Bauchgefühl.

Darmflora Forte + Curcumin enthält 7 spezielle Milchsäurebakterienstämme in einer Dosierung von 80 Milliarden pro Tagesportion.

Sanatura Aktivkulturen sind von Natur aus magensaftresistent und in Darmflora Forte kombiniert mit Curcumin-Extrakt und einem Vitamin-Komplex mit Biotin und Niacin.

Curcumin ist bekannt für seine wertvollen Eigenschaften. Der eingesetzte Curcumin-Extrakt ist aufgrund eines besonderen Herstellungsprozesses sehr gut bioverfügbar und enthält kein Piperin und keine Polysorbate. Die Vitamine Biotin und Niacin unterstützen auch im Verdauungstrakt die Erhaltung gesunder Schleimhäute. Vitamin B6 und Folsäure tragen zu einer normalen Immunfunktion bei.

Wir empfehlen 1 Messlöffel Darmflora Forte + Curcumin täglich bei Neigung zu einem gereizten Darm.



SANATURA® Darmflora Forte + Curcumin

7 Spezialkulturen von Milchsäurebakterien

- > Für den gereizten Darm
- > 80 Milliarden pro Tagesportion
- > 7 Stämme von Milchsäurebakterien + Curcumin in hoher Bioverfügbarkeit + Biotin und Niacin

125 g statt € 27,95

jetzt nur

24,99

100 g = € 20,00

Bei Sodbrennen...

Schoenenberger® Kartoffel Naturereiner Pflanzensaft

Freiverkäufliches Arzneimittel

- > Traditionell angewendet bei Sodbrennen
- > Aus kontrolliert biologischem Anbau
- > Ohne Konservierungsstoffe und ohne Alkohol

3 x 200 ml statt € 13,25

jetzt nur

11,99

1 l = € 19,98

200 ml statt € 4,79

jetzt nur

4,49

1 l = € 22,45

Bio ✓ Vegan ✓



Naturereiner Pflanzensaft Kartoffel Wirkstoff: Kartoffel-Presssaft
Anw.: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel bei Sodbrennen ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Der Leber etwas Besonderes gönnen!

Salus® Alepa® Mariendistel Bio-Leber-Tonikum

Nahrungsergänzungsmittel

- > Zur Unterstützung der normalen Lebergesundheit mit Mariendistel*
- > Mit Vitamin C aus der Acerolakirsche
- > 636 mg Mariendistelfrüchte-Trockenextrakt pro 15 ml

250 ml statt € 17,99

jetzt nur

15,99

1 l = € 63,96

Bio ✓ Vegan ✓



* Die Früchte der Mariendistel enthalten von Natur aus besondere sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe, die einen Beitrag zur Erhaltung der gesunden Leberfunktion leisten.

Abwehrstark
und top versorgt!

Dr. Wolz
Vitalkomplex
Dr. Wolz

- > Für das Immunsystem¹, die geistige Leistungsfähigkeit² und gegen Erschöpfung³
- > 20 ml (Tagesdosis) enthalten ähnlich viele Sekundäre Pflanzenstoffe wie 800 g ausgewähltes Obst und Gemüse.
- > Für Erwachsene und Kinder

500 ml
statt € 34,95
jetzt nur
31,99

1 l = € 63,98

Vegan ✓



¹ Die Vitamine B6, B12, D sowie Eisen und Zink tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.
² Eisen und Zink tragen zu einer normalen kognitiven Funktion bei.
³ Die Vitamine B6 und B12 tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.

Herz, Kreislauf und Vitalität...

Aprilwetter? Warm, kalt, nass oder heiß? Unterstützen Sie die körperliche Leistungsfähigkeit mit regelmäßiger Bewegung an der frischen Luft und durch die gezielte Versorgung mit wichtigen Nährstoffen...

Hochdosiert,
rein pflanzlich...

Alsiroyal®
Algenöl pflanzlich
Omega-3

Zur Unterstützung einer gesunden Herzfunktion, Gehirnfunktion und Sehkraft*
Algen sind die einzige pflanzliche Omega-3-Quelle, bei der die wichtigen Omega 3-Fettsäuren DHA und EPA in einer vom Körper direkt verwertbaren Form vorliegen.

- > Enthalten pro Kapsel mind. 55 % Omega-3 Fettsäuren, davon 250 mg DHA und 125 mg EPA
- > Nur 1 Kapsel täglich

30 Kapseln statt € 22,49
jetzt nur

19,99

100 g = € 56,31 Vegan ✓

Auch als **Algenöl 1100 Omega-3**, höher dosiert.



*DHA trägt bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion und einer normalen Sehkraft bei. DHA und EPA tragen bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg zu einer gesunden Herzfunktion bei.

Hochdosiert,
Magnesium in
Bestform...

Alsiroyal®
Magnesium 400
CITRAT Trinkgranulat

Reines Magnesium-Citrat mit guter Bioverfügbarkeit Unser Bestes zur täglichen Versorgung von Herz, Nerven, Muskeln und Knochen*

- > Organisches Magnesium-citrat in reiner Form
- > Fruchtiger Orangengeschmack
- > Gute Bioverfügbarkeit – nur 1 x täglich

20 Sachets
statt € 19,99
jetzt nur

18,99

100 g = € 18,99

Vegan ✓

Auch als **Magnesium 400 Direkt**, Einnahme ohne Wasser, ideal für unterwegs.



*Magnesium trägt u.a. zu einer normalen Muskelfunktion, zum Erhalt normaler Knochen und zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Kalium trägt u.a. zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks bei. Vitamin B1 trägt u.a. zu einer normalen Herzfunktion bei.



Nigella
sativa...

Hübner
Schwarzkümmel-Öl Kapseln

- > Zur Unterstützung Ihres Immunsystems*
- > Mit 6 wertvollen Vitaminen und mehrfach ungesättigten Fettsäuren
- > Enthält ausschließlich hochwertiges Öl aus den sonnenreichen Gebieten des Nahen Ostens
- > Für die ganze Familie geeignet

*Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei

90 + 15
Kapseln
gratis!
jetzt nur

29,99

1 Stück = € 0,29

Hübner
BIO Schwarzkümmel-Öl

- > 100% kaltgepresstes BIO Schwarzkümmel-Öl
- > Aus kontrolliert biologischem Anbau in Ägypten
- > Hoher Gehalt an ungesättigten Fettsäuren

100 ml
statt € 16,49 **jetzt nur 14,99** Bio ✓



Tipp!

MEDIHEMP®
Bio Hanfextrakte

Für mehr Wohlbefinden
und innere Balance...

- > In Zeiten höherer Belastung bieten MEDIHEMP Bio Hanfextrakte die perfekte Unterstützung für den Körper. Schonend verarbeiteter CBD-reicher Voll-extrakt in Bio Hanföl. 100% biologisch, 100% nachhaltig.

Bio ✓



5% Stärke,
10 ml statt € 34,95

jetzt nur

29,99 10 ml = € 29,99

10% Stärke,
10 ml statt € 71,95

jetzt nur

64,99 10 ml = € 64,99

Tipp!

Gut versorgt,
gut beraten

Bei uns im Reformhaus erhalten Sie ebenso vielfach bewährte wie innovative Produkte zur Nahrungsergänzung und Unterstützung des Immunsystems und des Wohlbefindens. Dazu gehört selbstverständlich die fachkundige, fundierte Beratung. Sprechen Sie uns an. Wir sind gerne für Sie da.

WOHLBEFINDEN

Tipp!

Mänuka Health MGO 310+ Mänuka Honig

Die Originale aus Neuseeland...

> Mehr als Honig: Der exklusive Allrounder aus dem Hause Mänuka Health mit mehr als 310 mg MGO pro kg Honig – der bewährte Wohltäter für Sie im Angebot! Originale MGO Mänuka Honige vom Premium Hersteller Mänuka Health werden nach dem Verfahren der TU Dresden in Neuseeland getestet, zertifiziert und original abgefüllt. Die exklusiven MGO-Qualitäten gibt es nur im Reformhaus – Löffel für Löffel köstliche Spitzenqualität!



MGO 310+ 250 g statt € 33,90
jetzt nur

29,99 1 kg = € 119,96

Pflanzen- Power!

Das Beste aus der Natur – unsere Angebote für das Wohlergehen und den Zellschutz...

Neues „Superfood“
für den Zellschutz...

Schoenenberger® Haskap-Beere® Bio-Saft

NEU!

Die enthaltenen Antioxidantien (Mangan und Anthocyane) tragen dazu bei, sog. freie Radikale abzufangen und so die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen

- > 33 % mehr Anthocyanidine als Aroniasaft
- > 2,5-mal mehr Anthocyanidine als Schwarzer Johannisbeer- oder Kirschsft
- > Direktsaft aus erster Pressung
- > 100 % Bio-Qualität
- > Ohne Zusatzstoffe
- > Geschmack: Mischung aus Brombeere und Heidelbeere

330 ml
statt € 12,99
jetzt nur

11,99

1 l = € 36,33 Bio ✓



Natürlich
besser
... für mich!



Für Ihr
Wohlergehen...

Aronia ORIGINAL Bio Aronia 100% Direktsaft

- > Altbewährt und beliebt
- > Gesundes Preis-Leistungs-Verhältnis
- > Bio Aroniabeeren Muttersaft
- > Fruchtig-herber Direktsaft aus erster Pressung von sonnen gereiften Aroniabeeren
- > Ob pur, als Smoothie-Basis oder fruchtige Komponente in Speisen
- > Erleben Sie jeden Tag den Geschmack von sonnen gereiften Aroniabeeren.

700 ml statt € 6,49
jetzt nur

5,99

1 l = € 8,56 Bio ✓



Roter Ginseng NaturArznei von KGV

Vitalität und Wohlbefinden – Naturkraft für den Körper

Hochwertige Ginsengqualität zu erhalten ist aufwändig und erfordert viel Geduld. Erst nach einem Wachstum von sechs Jahren hat die Ginsengwurzel ein Höchstmaß an Wirkstoffen erreicht. In der Ausgewogenheit der Ginsenoside (Ginsenosidspektrum) liegt der Schlüssel zur Wirksamkeit eines Ginseng-Präparates. Mit seiner Vielzahl an Inhaltsstoffen hat Ginseng eine positive Wirkung auf die körperliche Leistungsfähigkeit und die seelische Balance. Er wirkt anregend bei Erschöpfung und Antriebslosigkeit und fördert die Konzentration. Man fühlt sich erholter, ausgeglichener und vitaler.

Aus der roten
Ginsengwurzel...

KGV Roter Ginseng Kapseln

Rein – natürlich – wirkstoffreich

unterstützt
> Konzentration
> Leistungskraft
> Vitalität

100 Kapseln
à 300 mg
statt € 49,95
jetzt nur

39,95

1 Stück = € 0,40

Koreanischer Reiner Roter Ginseng Kapseln (Wirkstoff: Ginsengwurzel-Pulver) Tonikum zur Stärkung und Kräftigung bei Müdigkeits- und Schwächegefühl und bei nachlassender Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



Ginseng – voller Geheimnisse? Nein.

Ginseng ist eine der am besten erforschten Arzneipflanzen. Darin wirken Ginsenoside, Mineralien und Enzyme, Spurenelemente, Vitamin C, Folsäure, B-Vitamine. Ginseng Präparate von KGV sind nach strengen EU-Richtlinien untersucht. Sie haben eine konstant hohe Wirkstoffkonzentration.

Ausführliche Informationen
bei uns im Reformhaus.



Vitamin B₁₂ –
das Powervitamin...

DR. GRANDEL
GRANERGY
Direkt B12 plus

- > Bei Müdigkeit und Antriebslosigkeit*
- > Für Energie und Vitalität*
- > Vitamin B₁₂ hoch dosiert
- > Fruchtig schmeckendes Granulat
- > Direkte Einnahme ohne Wasser

40 Briefchen
(112 g) statt € 18,90
jetzt nur

16,99

100 g = € 15,17

20 Briefchen
(56 g) statt € 9,99
jetzt nur

8,99

100 g = € 16,05

Vegan ✓

*Vitamin B₁₂, B₂, B₆, Niacin, Pantothensäure und Folsäure tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei. Die Vitamine B₁₂, B₂, B₆, Niacin und Pantothensäure unterstützen außerdem einen normalen Energiestoffwechsel.



Regeneriert.
Natürlich. Basisch.

M. REICH
BASENSALZ

- > Das basische Körperpflegesalz BasenSalz von M. Reich ist ein reines Naturprodukt zur gezielten Entsäuerung über die Haut. Die einzigartige Rezeptur vereint ausschließlich natürliche Inhaltsstoffe in Naturkosmetikqualität mit 11 Edelsteinen in feinsten Mahlung und echter Rügener Heilkreide. Dank der nachgewiesenen Wirksamkeit ist das BasenSalz als Medizinprodukt zugelassen. Die Hautverträglichkeit wurde von dermatest unter fachärztlicher Kontrolle getestet und mit „sehr gut“ bewertet.

Aufgrund seiner hohen Qualität ist das M. Reich BasenSalz als einziges basisches Körperpflegesalz mit dem „neufurm“-Qualitätssiegel ausgezeichnet.

750 g
statt € 16,95
jetzt nur

15,99

1 kg = € 21,32

pH 8,5-9,5 ✓
Medizinprodukt ✓



Für ein gutes
Lebensgefühl...

Salus®
Bio Bachblüten Tee

- > Sorgsam ausgesuchte Bio-Kräuter
- > Mit Bio Bachblüten-Essenzen
- > Verschiedene Sorten: z. B. „Ruhe & Gelassenheit“ – eine aromatische Rezeptur, die an mental anstrengenden Tagen zu mehr Geduld und Gelassenheit verhelfen kann. Weitere Sorten: „Kraft & Energie“ und „Für alle Fälle“
- > Salus Qualität seit 1916

Verschiedene Sorten,
je 15 Filterbeutel
statt € 4,49

jetzt je nur

3,49

100 g = € 11,63

Bio ✓

DE ÖKO-003



**Natürlich
basisch ...**

Ein ausgeglichener Säure-Basen-Haushalt hält den Stoffwechsel in Balance – eine wichtige Voraussetzung für Wohlbefinden und Gesundheit. Basisch? Wir beraten Sie gerne ...

Darmentgiftung,
ganz natürlich...

PANACEO
**BASIC-DETOX
PURE**

- > Selektive Bindung umweltbedingter Schadstoffe* im Darmtrakt
- > Ein reines Naturprodukt aus 100% Zeolith
- > Premium-Qualität aus einer exklusiven, geprüften, europäischen Rohstoffquelle

* Blei, Cadmium, Arsen, Chrom, Nickel und Ammonium

Kapseln 200 Stck.
statt € 36,90

jetzt nur

32,90

1 Stück = € 0,17

Pulver 400 g
statt € 59,90

jetzt nur

54,90

1 kg = € 137,48

Natur-
Medizinprodukt ✓



Reformhaus

Tipp!

Reformhaus®
Sucolin

Süßer Genuss, ohne Zucker...

- > Die zuckersüße Alternative zu herkömmlichem Haushaltszucker
- > 0 Kalorien
- > Zu 100% aus Bio-Mais gewonnen
- > Ideal zum Backen, Kochen und Süßen



1000 g
statt
€ 15,99

jetzt nur

14,49 Bio ✓ Vegan ✓

1 kg = € 14,49

Tipp!

Lihn
Bircolin

Süßer Genuss
mit weniger Kalorien...

- > Zuckeraustauschstoff, der aus dem Holz von Birke und Buche hergestellt wird
- > Gleiche Süßkraft wie Haushaltszucker
- > 40% weniger Kalorien als Haushaltszucker
- > Ideal zum Kochen, Backen oder Süßen



1000 g
statt
€ 15,99

jetzt nur

14,49 Vegan ✓

1 kg = € 14,49

Hallo Süße!

Es muss nicht immer Haushaltszucker sein. Entdecken Sie die natürlichen Zuckeralternativen für Ihren Koch- und Backalltag bei uns im Reformhaus...

Tipp!

Vitaquell
Sonnenblumenöl

Das Öl für die gesunde Vollwerternährung...

> Sonnenblumenöl zählt neben Oliven- und Rapsöl zu den bekanntesten und beliebtesten Pflanzenölen in unserer Küche. Ein hochwertiges Öl mit vielen Talenten. Vitaquell Bio Sonnenblumenöl wird nach traditionellen Grundsätzen aus keimfähiger, ungeschälter Bio-Saat schonend kaltgepresst.

- > Reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren (lebensnotwendige Linolsäure)
- > Hoher Anteil an Schutz- und Begleitstoffen (Vitamin E und Lecithin)
- > Cholesterinfrei

Passt zu: Dressings mit frischen Kräutern, Rohkost und Salaten sowie Pizzateig.

375 ml
statt € 3,59
jetzt nur

3,29

1 l = € 8,77

Bio ✓
Vegan ✓



Küchentipp:
Für die kalte Küche, es kann aber auch zum schonenden Dünsten, Kochen und Kurzbraten verwendet werden.



Großartig für Kleine

Wenn das, was lecker schmeckt auch vollwertig und gesund ist, macht es noch mal so viel Spaß zu naschen. Vom energiereichen Pausensnack bis zu leckeren Aufstrichen oder Säften...

Die neue Leichtigkeit des Knusperns

Glutenfrei ✓

3 PAULY, der Spezialist für besondere Ernährungsbedürfnisse, sorgt für Genuss auf den ersten Blick – mit größter Sorgfalt!

Immer mehr Menschen wollen oder müssen sich bewusst alternativ ernähren - auch deshalb, weil die Anzahl der Allergien oder Unverträglichkeiten gegen bestimmte Lebensmittel des täglichen Bedarfs stetig ansteigt.

Die Traditionsmarke 3 PAULY bietet eine Fülle an köstlichen Lebensmitteln, die optimal für spezielle Ernährungsbedürfnisse geeignet sind.

NEU im Sortiment für glutenfreien Genuss:
Leckere Knusperbrote mit Protein, Gemüse oder Amaranth Leicht & locker, für alle, die sich bewusst ernähren wollen! Gleich probieren!

Bio-Gemüse Knusperbrot
mit Kräuter-Gemüse-Mischung rustikal & lecker
100 g statt € 1,99
jetzt nur

1,79

100 g = € 1,79

> Glutenfrei > Vegan > Laktosefrei > Hefefrei



Bio-Protein Knusperbrot
mit Linsenmehl kraftvoll & lecker
100 g statt € 1,99
jetzt nur

1,79

100 g = € 1,79

NEU!

Bio-Amaranth Knusperbrot
mit Amaranth, knusprig & lecker
100 g statt € 1,99
jetzt nur

1,79

100 g = € 1,79



Köstlich von klassisch bis exotisch...

granoVita
Vegane Pasteten

> Herzhafte vegane Pasteten in vielen leckeren Rezepturen – fein-würzig mild, kräftig vollmundig, deftig oder pikant abgeschmeckt, ideal zum Verfeinern z. B. von Speisen und Gerichten und natürlich pur – als köstlicher Aufstrich. Die große und vielfältige Auswahl an vegetarischen und veganen Aufstrichen lässt keine Wünsche offen.

Jetzt neu im Sortiment: Ratatouille – mit mediterranem Gemüse fein abgeschmeckt, gleich probieren!



NEU!

Kräuter, Champignon, Ratatouille sowie viele weitere Sorten, je 125 g
statt € 1,99
jetzt je nur

1,79

100 g = € 1,43 Vegan ✓

Life-Changing Wunderbrød...

Baukhof
Wunderbrød und Wunderbrød Gold

Glutenfrei Bio Brotbackmischungen
Sie geben nur Wasser hinzu.

Wunderbrød nach norwegischer Original-Rezeptur

- > Proteinquelle
- > Reich an Omega-3-Fettsäuren
- > Reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren
- > Reich an Ballaststoffen

Wunderbrød Gold
Feinere Brotbackmischung mit Kurkuma, Goldleinsaat und Goldhirse

Packung ergibt ca. 980 g Brot.

Wunderbrød Gold
600 g statt € 4,79
jetzt nur € 4,29

1 kg = € 7,15

Wunderbrød
600 g statt € 3,99
jetzt nur

3,49

1 kg = € 5,82

Bio ✓ Glutenfrei ✓



Der Tag wird köstlich ...

Beerig oder nussig? Eins nach dem anderen genießen ...

Getreideflocken aus 100% Vollkorn...

Allos Das Ungesüßte Müsli

Das ungesüßte Müsli von ALLOS ist dein erstes Highlight des Tages. Die liebevoll entwickelte Rezeptur ist reich an Ballaststoffen und kommt ganz ohne zugesetzten Zucker aus.

- > Getreideflocken aus 100% Vollkorn
- > Ohne Zuckerzusatz
- > Ballaststoffreich

Beeren-Müsli, Nuss-Müsli und weitere Sorten 500 g statt € 3,99 jetzt je nur

3,49

1 kg = € 6,98

Bio ✓ Vegan ✓



Drei Köstliche für Ihr Wohlbefinden...

Rabenhorst Schützen mit Zink

- > Für das Immunsystem und den Zellschutz Mehrfrucht-Direktsaft mit Zink und Vitamin C

Wohlfühlen mit Eisen

- > Für die Blutbildung und den Energiestoffwechsel Mehrfrucht-Direktsaft mit Eisen, Vitamin C, B6 und B12

Entspannen mit Magnesium

- > Für den Energiehaushalt und das Nervensystem, Mehrfrucht-Direktsaft mit Magnesium und Vitamin B6

750 ml statt € 3,99 jetzt je nur

3,69 + Pfd.

1 l = € 4,92



P. Jentschura MorgenStund'®

- > Hirse-Buchweizen-Brei mit Früchten und Samen
- > MorgenStund'® ist das vollwertige, basische Frühstückserlebnis für die ganze Familie.
- > Der Brei punktet mit wertvollen Nährstoffen, hält mit wenigen Kalorien lange satt und ist leicht bekömmlich.
- > Vielseitig – als Brei-Zubereitung, zum Backen und zum gesunden Genießen
- > Unser Rezept-Tipp: Cranberry-Riegel

1000 g statt € 17,50 jetzt nur

16,99

1 kg = € 16,99

Bio ✓ Vegan ✓



Perfekt in den Tag starten...

Einzigartig köstlich und vielseitig...

Rapunzel Bio-Mandelmus

Aus 100% biologischen Mandeln, ohne Zusätze

- > Als Brotaufstrich, in Müsli und Frühstücksbrei, für Süßspeisen, Desserts, Kuchen und feines Gebäck
- > Auch Dips, Saucen, Gemüsegerichte und Dressings lassen sich damit wunderbar verfeinern

Mandelmus weiß 100% europäische Mandeln, ungeröstet 250 g statt € 7,99 jetzt nur

7,49

1 kg = € 29,96

Mandelmus braun aromatisch geröstet 250 g statt € 7,49 jetzt nur

6,99

1 kg = € 27,96 Bio ✓ Vegan ✓



Vielseitig wertvolle Kerne...

Reformhaus® Bio Kürbiskerne schalenlos

- > Schalenlos gewachsene Kürbiskerne aus dem steirischen Ölkürbis
- > Hoher Proteingehalt
- > Hoher Gehalt an Magnesium, Zink und Kupfer
- > Pur genießen und zum Verfeinern

15% mehr Inhalt GRATIS, 575 g jetzt nur

9,99

1 kg = € 17,37

Bio ✓ Vegan ✓



15% MEHR GRATIS!

Reformhaus

Rezept:

MorgenStund'® Riegel mit Cranberries

Zutaten

für ein Backblech

- 300 g MorgenStund'® (nicht kochen)
- 160 g Butter
- 180 g Haselnüsse oder Mandeln, gemahlen
- 180 g Honig
- 2 Eier
- 125 g Cranberries
- 60 g Aprikosenmarmelade
- 1 Prise Salz

Zubereitung:

Die Butter langsam bei niedriger Temperatur schmelzen lassen. MorgenStund'®, Haselnüsse oder Mandeln in eine Schüssel geben, mit der geschmolzenen Butter übergießen, vorsichtig umrühren und ca. 10 Minuten stehen lassen.

Honig und Eier verquirlen und Salz dazu geben. Nun die abgekühlte MorgenStund'® Mischung vorsichtig unterrühren. Cranberries und die Marmelade zugeben. Die Mischung mit den Händen zu einer homogenen Masse verkneten. Diese mit einem Teigschaber oder den Händen auf einem gefetteten Backblech verteilen und andrücken.

Backtemperatur: 180 °C, mittlere Schiene
Backzeit: 25 – 35 Minuten



Foto und Rezept: P. Jentschura

Rezeptideen?

MorgenStund' von P. Jentschura ist ein hochwertiges Naturerzeugnis, vegan, gluten- und laktosefrei und ein Geheimtipp für alle aktiven und gesundheitsbewussten Menschen. Weitere Rezepte mit MorgenStund' finden Sie unter www.p-jentschura.com – und bei uns im Reformhaus.

SCHÖN BEQUEM

Tipp!

Mum Leinen-Socken

Wellness-Tragekomfort für die warme Jahreszeit...

Die luftig-leichten Leinen-Socken von Mum bieten atmungsaktiven Tragekomfort, besonders dann, wenn die Temperaturen steigen. Leinen fühlt sich frisch und kühl an und sorgt für einen schnellen Feuchtigkeitsaustausch.

Das Leinen-Baumwoll-Gemisch verbindet Komfort und Pflege in Öko-Tex-Standard 100 Qualität. Mum Leinen-Socken sind hautsympathisch und äußerst strapazierfähig.

MUM Leinen-Socken 3er-Pack statt € 6,99

jetzt nur 5,99



Tipp!

Grevel MELO VERDE LINO PURA

Unsere Lieblingsschuhe...

Atmungsaktiv, kühlend und extrem robust, das sind die bunten Trendschuhe aus Leinen mit natürlicher Gummisohle. Und das wunderbare daran? Sie sind auch noch vegan – und echt großartig für den Sommer!



Viele trendige Farben...

Leinen-Slipper in vielen Farben, Paar statt € 29,90

jetzt je nur 25,90 Vegan ✓

Natürlich wohlfühlen ...

Die Extraportion Pflege für die zarte Augenpartie...

Dr. Hauschka Augencreme

- > Für jedes Hautbild ist die feuchtigkeitsreiche, glättende Augencreme die ideale Ergänzung der Tagespflege
- > Leichte Feuchtigkeitspflege, beugt Fältchenbildung vor

12,5 ml statt € 26,50

jetzt nur 23,99

100 ml = € 191,92

Regeneration Augencreme

- > Die fältchenreduzierende Creme entstaubt, glättet und verfeinert die Augen-umgebung und lässt Ihre Augen erfrischt strahlen.

15 ml statt € 51,00

jetzt nur € 45,99 100 ml = € 306,60



Bei trockener, sensibler Haut...

DADO SENS EXTRODERM INTENSIVCREME

- > Pflegt und beruhigt trockene Haut jeden Alters besonders sanft – an Gesicht, Hals und Dekolleté bzw. exponierten Stellen wie Arm- oder Kniebeugen
- > Unterstützt das Feuchthaltevermögen der Haut und stärkt ihre natürliche Widerstandsfähigkeit

50 ml statt € 19,95

jetzt nur 17,99

100 ml = € 35,98



Natürlich besser ... für mich!

Duscherlebnisse mit den Düften der Natur...

Weleda Aroma Shower

- > Die neuen Aroma Showers haben einzigartige Duftkompositionen, die unmittelbar und vielschichtig erlebbar sind und das natürliche Wohlbefinden unterstützen.

Aroma Shower Energy
Erfrischt und voller Energie. Fühl dich wach und voller Tatendrang.

Aroma Shower Love
Umhüllt von Liebe und Zärtlichkeit. Fühl dich verwöhnt und sanft umarmt.

Aroma Shower Relax
Ein Hauch von Gelassenheit. Fühl dich entspannt und genieße deine innere Ruhe.

Aroma Shower Harmony
Ein tiefer Atemzug klarer Waldluft. Harmonie und Zauber eines Waldspaziergangs.

Aroma Shower 4 verschiedene Sorten, je 200 ml
statt € 6,95

neu je nur 5,99
100 ml = € 3,00



NEU!

Herausgeber: GUT GEKAUFT Reformhäuser GmbH, Mittelstr. 12, 41236 Mönchengladbach, HRB 14181, Amtsgericht MG, Geschäftsführer Jürgen Gruschka, für Reformhaus Lichius, Inh. Susanne Lichius, Markt 17, 53783 Eitorf, Angebote, solange der Vorrat reicht. Irrtümer und Änderungen vorbehalten. © 2021 Fotos: Shutterstock.com, fotolia.com

Feines vom Bio-Bäcker | Café

Obst | Gemüse | Käse | Wein

Naturkosmetik | Naturarznei

Feinkost | Tee | Gewürze

Reformhaus

Lichius

Markt 17, 53783 Eitorf

Telefon: 02243 2897

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9–18 Uhr, Sa 9–13 Uhr
www.reformhaus.lichius.de