

Hallo und guten Tag!

Nachfolgend wieder einige Infos zum Thema Gesundheit, Lebensführung und Ernährung. Wenn Sie aus der Lektüre unseres Topfruits Gesundheitsbriefes einen Nutzen ziehen können, ist unser Ziel erreicht. Kennen Sie jemanden der auch Bedarf für die Informationen hat? Dann geben Sie den Newsletter auch gerne weiter.

Sie erhalten diese Informationen weil Sie diesen Gesundheitsbrief in Ihrem Topfruits Account selbst abonniert haben.

Haben Sie Anregungen, Wünsche, Fragen oder Kritik? Schreiben Sie mir eine Nachricht oder rufen Sie mich an.

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche und nicht allzu hektische Vorweihnachtszeit

Herzliche Grüsse und bleiben Sie gesund

Ihr
Michael Megerle

In eigener Sache - Unsere Erreichbarkeit über die Feiertage haben wir Ihnen hier dargestellt:
http://www.topfruits.de/news.php?news_id=26#newsid26

Die Macht des Unterbewusstseins

Jeder Mensch beeinflußt sich ununterbrochen selbst, von der Wiege bis zur Bahre. Ständig erschaffen wir Gedanken und Gefühle, die uns prägen. Doch wie leichtfertig, wie ungezügelt gehen wir mit diesen Schöpfungskräften um! Fällt es uns viel leichter, schlecht zu denken und uns mies zu fühlen?

Wer sich aber seit Jahren als schwach erlebt, hat meist kein Selbstvertrauen mehr. Deshalb gilt es vor allem anderen, dieses Urvertrauen wieder aufzubauen, denn es beschleunigt jeden Heilungsprozeß und unterstützt jede Therapie – in manchen Fällen kann es Arzneien sogar überflüssig machen. Heute weiß die Medizin, daß die Immunlage (die Abwehrkraft) des Menschen maßgeblich von seinem Gemütszustand bestimmt wird.

So schreibt der Arzt Erich Rauch in seinem Buch Autosuggestion und Heilung „Die bewußte Autosuggestion nach Emil Coué ist eine praktische Selbsthilfe-Methode für positive Lebensgestaltung.“ Sie ist ein einfacher Schlüssel, um die innewohnenden Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Dr. Rauch erzählt von einem Mann, der sich beim Skifahren das Bein so unglücklich brach, daß er operiert werden mußte. Weil er als Kind Rachitis hatte, heilten seine Knochen sehr schlecht. Die Ärzte rechneten mit einem langen Spitalaufenthalt, was den selbständig erwerbenden Patienten in große Existenzängste verfallen ließ. In seiner Verzweiflung schrieb er Rauch einen Brief, worauf dieser antwortete: „Wenn Sie sich so in Ihr Unglück hineinsteigern und zutiefst überzeugt sind, daß Sie keinerlei Heilten- denz besitzen, dann unterstützen Sie durch Ihre negativen Selbstbeeinflussungen eine weitere schlechte Entwicklung! Im Gegensatz dazu sollten Sie durch bewußte zuversichtliche Gedanken, Einstellungen und Worte Ihre inneren Heilkräfte mobilisieren! Sie haben jetzt den ganzen Tag Zeit, sich immer und immer wieder die bestmögliche Heilung Ihres Beines vorzustellen, sich den gesunden Zustand vor Augen zu füh-

ren und sich immer wieder laut vorzusagen, daß Sie mit Hilfe Ihrer inneren Heilkräfte schon bald wieder gut gehen werden.“

Der Mann beherzigte den ärztlichen Rat, dachte und sprach von früh bis spät nur mehr von baldigem Gesund sein. Schon die nächste Röntgenaufnahme zeigte eine positive Veränderung. Bei der übernächsten Kontrolle meinte der Chirurg gar, daß er bei einem so komplizierten Bruch selten einen so einwandfreien und günstigen Heilverlauf gesehen habe. Eine Woche später – ungewöhnlich früh – konnte der Patient mit einem Gehgips aus dem Krankenhaus entlassen werden.

Die Methode der Autosuggestion durch die bewusste Beeinflussung des Unterbewusstseins geht auf den französischen Apotheker Emile Coue zurück, der mit seiner Methode, die er zeitlebens verfeinert und optimiert hat, tausenfache Heilung, bei teils hoffnungslosen Fällen erreicht hat (sofern es hoffnungslose Fälle überhaupt gibt ;-)

<http://www.topfruits.de/produkt/die-heilkraft-der-gedanken-und-worte-positive-ansprache-cd-k-d-ritter/>

<http://www.topfruits.de/produkt/die-anti-schmerz-meditation-cd-von-und-mit-klaus-dieter-ritter/>

<http://www.amazon.de/Was-ich-sage-Emile-Coue/dp/3796506097>

Spruch des Tages: Es geht mir jeden Tag und in jeder Hinsicht immer besser und besser

Zu wenig Ballaststoffe sind schlecht für die Verdauung

Eine gute Verdauung ist Grundlage für ein stabiles Immunsystem. Und eine gute Verdauung hängt unter anderem ab von einer bestimmten Menge an Ballaststoffen. Unsere heutige Ernährung ist jedoch oft gekennzeichnet durch zu viele Kalorien bei zu wenig Volumen und demnach zu wenig Ballaststoffen.

In früheren Zeiten war dies oft genau umgekehrt und unsere Verdauungssystem ist noch darauf ausgerichtet, dass es durch einen ausreichenden Ballaststoffgehalt mehr zu tun bekommt und deshalb aktiver sein muss. In der Natur ist es bei vegetarisch lebenden Tieren heute noch so, dass sie einen Grossteil des Tages für Ernährung aufwenden, weil die Nahrung im Schnitt sehr viel Füllstoffe enthält, aber wenig Energie. Unter diesen Umständen sind Verdauungsbeschwerden eine Seltenheit.

Es geht also bei einer optimierten Ernährung auch darum, wieder mehr Ballaststoffe und natürlich auch mehr Vitalstoffe aufzunehmen. Beides sind Themen denen wir uns seit Jahren widmen. Wir sind ständig auf der Suche nach "intelligenten" Lebensmitteln, die für unsere Ernährung und Gesundheit besondere Eigenschaften haben.

Bei den Naturstoffen mit denen man die tägliche Kost aufwerten kann, kommt es neben dem hohen Ballaststoffgehalt, auch noch darauf an dass man das Produkt in der täglichen Küche sinnvoll und einfach verwenden kann.

Ein Produkt auf das wir nun gestossen sind erfüllt alle diesbezüglichen Eigenschaften hervorragend. Es handelt sich dabei um Apfelfaser aus Bio Äpfeln. Unsere Apfelfaser ist ein feines Pulver welches sich sehr vielseitig in Backwaren, Müsli oder Süßspeisen verwenden lässt. Apfelfaser schmeckt angenehm und hat natürlich einen sehr hohen Ballaststoffgehalt.

Die besonderen Eigenschaften von Apfelfasern im Überblick:

1. Apfelfasern natürliche Kohlehydrate als auch prebiotisch wirkende Fructo-Oligo-Saccharide (FOS) 2. Natürliche Geschmacksstoffe die während des Backvorgangs dextrinieren und somit eine gesunde Bräunung und eine angenehme Aromaabrundung bedingen 3. Natürliches Pektin welches Wasser bindet und speichert und somit Backwaren auf natürliche Art frisch und saftig hält 4. Natürliche Ballaststoffe sind in der Apfelfaser in einem besonders wertvollen Verhältnis von löslichen zu unlöslichen Nahrungsfasern enthalten

Mit Apfelfaser haben wir wieder ein höchst funktionales naturreines Lebensmittel gefunden das Ihnen als aufgeklärtem und bewussten Verbraucher sehr nützlich sein kann.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allzeit gute Verdauung.

<http://www.topfruits.de/produkt/erdmandel-tigernuts-chufas-gemahlen-naturbelassen>

<http://www.topfruits.de/produkt/intestoflux-apfelfaser-schmackhafter-ballaststoff>

<http://www.topfruits.de/rubrik/darmgesundheit/>

Q10 für das Herz ab 40

wissen Sie, was Ihren Herzmuskel von den anderen Muskeln in Ihrem Körper unterscheidet? Im Gegensatz zu allen anderen Muskeln ist das Herz pausenlos aktiv. Jeder andere Muskel ermüdet früher oder später. Ein gesundes Herz hingegen zeigt trotz lebenslangem unaufhörlichem Pumpen für gewöhnlich keine Ermüdungserscheinungen.

Um diese enorme Aufgabe zu bewältigen verfügen die Zellen Ihres Herzmuskels über besonders viele Zell-Kraftwerke, die so genannten Mitochondrien. Mit Hilfe des Coenzym Q10 wandeln sie Energie der Nahrung in körpereigene Energie um. Mit steigendem Alter sinkt die Q10-Konzentration und bei vielen Personen tritt ein Q10-Mangel auf.

So weist beispielsweise das Herz eines 40jährigen Menschen einen um rund 30 Prozent geringeren Coenzym-Q10-Gehalt auf als das Herz eines 20jährigen. Bei einem 80jährigen liegt die Konzentration sogar um zirka 60 Prozent niedriger. Darum ist eine Nahrungsergänzung mit Q10 für jeden Menschen ab 40 sinnvoll. Dies gilt auch für Frauen, die häufiger von Herzleiden betroffen sind, als allgemein angenommen!

Patienten, die neben der medikamentösen Behandlung der chronischen Herzschwäche zusätzlich Coenzym Q10 erhielten, konnten zum Teil ihre maximale Herzleistung wieder erreichen und berichteten von einer deutlichen Erhöhung der körperlichen Aktivität und Lebenszufriedenheit. Bei der Behandlung des akuten Herzinfarktes wurde gezeigt, dass bei Patienten, die zusätzlich Coenzym Q10 einnahmen, das Risiko weiterer Herzprobleme (plötzlicher Herztod, erneuter Herzinfarkt) erheblich gesunken ist.

Auch bei Herzrhythmusstörungen und Problemen mit den Herzkranzgefäßen unterstützte die ergänzende Versorgung mit Coenzym Q10 die Verbesserung des Krankheitsbildes bis hin zum vollständigen Verschwinden der Probleme.

<http://www.topfruits.de/produkt/coenzym-q10-60-vegikapseln-a-100-mg-q10-und-30-mg-vitamin-e/>

Interessante und aufschlussreiche Internet-Site

im folgenden ein Auszug aus der Web Site <http://www.kersti.de/V0034.HTM> . Eine Site hinter der einiges an Mühe steckt und die dank einiger aufschlussreicher Artikel wärmstens zur Lektüre empfohlen werden kann.

Zitat: "Ich habe hier einiges angesprochen, das viele Menschen nicht glauben können. Meist handelt es sich um gebildete Menschen, die sich jedoch nie zu einem Thema umfassend über jede bekannte Außenseitermeinung aus GUTEN Außenseiterquellen informiert haben. Das heißt, um meine Behauptungen überprüfen zu können, fehlt die Erfahrung der Realität der Dinge, über die ich hier berichtet habe.

Um eine sinnvolle Diskussion über meine Behauptungen anfangen zu können, müssen tatsächlich mindestens die von mir genannten Quellen gelesen werden. Die Gegenargumente der Impfbefürworter erscheinen so lange ausreichend, bis man weiß, was sie widerlegen sollen.

Daß Krebs zu heilen sei, erscheint so lange wie haltlose Phantasterei, bis man sich über jede gebräuchliche Therapieform anhand der besten auffindbaren Quellen informiert hat.

Daß in unserer auf den ersten Blick so großartigen Medizin die Grundlagen für eine vernünftige medizinische Allgemeinbildung nicht geschaffen werden, klingt solange wie eine boshafte Unterstellung, bis man einmal selbst (!) versucht hat, eine fundierte Außenseitermeinung anhand schulmedizinischen Materials zu widerlegen.

Daß es hinter den Kulissen sehr reiche, sehr mächtige Geheimorganisationen gäbe, klingt so lange wie Verfolgungswahn, bis man beim zehnten Thema, bei dem man sich nicht nur über die drei bekanntesten Meinungen, sondern auch über jede denkbare "Verrücktheit" informiert hat, zum zehnten (oder hundertsten) mal auf Berichte von massiven Schiebereien hinter den Kulissen stößt.

Wenn ich etwas als verrückt empfinde, heißt das meiner Erfahrung nach, daß ich dort ein Vorurteil habe. Wenn ich mich über diese Themen informiere teilen sich diese "Verrücktheiten" immer in vier Gruppen auf: Lügen, verständliche Irrtümer, bewiesene Tatsachen und Theorien, bei denen mein Wissen noch nicht reicht, um ihre Richtigkeit sicher überprüfen zu können. Verrückt erscheint mir nachher nichts mehr." Zitat Ende

Auch interessant <http://www.kersti.de/VA043.HTM>

Topfruits Link: <http://www.topfruits.de/rubrik/buecher-cds/>

Nutzen der Krebsfrüherkennung von der Bevölkerung überschätzt

Unser Fazit zu dem nachfolgenden Artikel. Verlassen Sie sich nicht auf den Nutzen von "Früherkennung" Nutzen Sie dagegen alle Hinweise auf sinnvolle Präventionsmassnahmen um sich eine Krebs-Krankheit möglichst "vom Hals" zu halten. Von Früherkennung kann bei den heute angewendeten Methoden ohnehin nicht die Rede sein, denn wenn sich ein positiver Befund ergibt haben sich schon Millionen von Krebszellen zusammen gefunden und so weit sollten Sie es gar nicht erst kommen lassen.

Die meisten Menschen schätzen die Möglichkeiten der Früherkennung von Brustkrebs und Prostatakarzinom zu positiv ein. Das zeigt eine europaweite Umfrage im Journal of the National Cancer Institute (JNCI 2009; 101: 1216-1220). Deutsche Männer und Frauen erwiesen sich sogar als besonders schlecht informiert.

In der "European Consumer Study 2007" hatte die Gesellschaft für Konsumforschung 10.200 Verbraucher in neun europäischen Ländern befragt. Wie die Gruppe um Gerd Gigerenzer vom Max-Planck-Institut für Bildungsforschung mitteilt, überschätzen 92 Prozent aller befragten Frauen den Nutzen der Mammografie als Mittel zur Vermeidung einer tödlich verlaufenden Brustkrebserkrankung oder sie machten keine Angaben dazu.

Gigerenzer führt dies auf eine missverständliche Darstellung der Studienergebnisse in den Medien zurück. Dort werde häufig die relative Risikoreduktion hervorgehoben, der absolute Nutzen aber nicht erwähnt. Eine häufige Aussage sei, dass die Mammografie das Risiko auf einen Brustkrebs um 20 Prozent reduziere.

Die Bevölkerung schließe daraus, dass durch die Mammografie 200 von 1.000 Frauen das Leben „gerettet“ werde. Eine krasse Fehleinschätzung, die nur zuträfe, wenn ohne Screening alle Frauen am Brustkrebs stürben. In Wirklichkeit sind es weniger als ein Prozent. Und in den randomisierten Studien senkte die Mammografie die Brustkrebsmortalität nur von 5,0/1000 auf 3,9/1000 Frauen im Alter von 40 bis 74 Jahren. Sie „rettet“ also letztlich auf tausend Frauen weniger als einer das Leben.

Männer haben ebenfalls Probleme, die Möglichkeiten der Krebsfrüherkennung richtig einzuschätzen: Rund 89 Prozent aller Befragten versprachen sich zu viel vom PSA-Test. In Deutschland glaubt mehr als die Hälfte, dass der Test 10 bis 100 von 1000 Männern das Leben "retten" könnte. In Wirklichkeit sind es weniger als 1 auf 1.000 sein, wenn überhaupt, denn der Wert des PSA-Screenings ist unter Experten weiterhin umstritten.

Die Fehleinschätzungen in der Bevölkerung sind umso überraschender als die meistenangaben, ihr Wissen nicht aus den Massenmedien zu beziehen, sondern aus Broschüren von Gesundheitsorganisationen – in Deutschland mit 41 Prozent signifikant häufiger als im europäischen Durchschnitt als Informationsquelle genannt.

Quelle © rme/aerzteblatt.de

Wenn man mal also den tatsächlichen Nutzen der gängigen "Früherkennungsmethoden" muss man sich realistischerweise fragen, worin besteht der Nutzen für all die Fehldiagnosen die bei der Vielzahl der Untersuchungen zwangsläufig entstehen. Die Antwort möge sich jeder selbst geben. Würde man diese Sachverhalte weiter untersuchen würde man möglicherweise zu dem Ergebnis kommen dass der Schaden der bei den Fehldiagnostizierten entsteht grösser ist als der Nutzen durch die wenigen zusätzlichen die "gerettet" werden ;-)

Kunden berichten in der Topfruits Infothek

Urovit bei Blasenentzündung

Hallo, ich habe seit eh und je mit Blasenproblemen zu tun und kann Urovit nur empfehlen! Es ist das einzige Mittel, das mir half. Ich nehme es schon bei den ersten Anzeichen (Unterleibdruck, Scheidenbrennen oder Blasendrang trotz vorherigem Toilettengang) und habe seither nur noch sehr selten Blasenentzündung! Ich nehme das Pulver 2x täglich eine Woche lang vorbeugend, wenn ich seit langem wieder einmal leichtes Brennen verspüre.

Das Pulver ist hier (weil 3er-Großpack und keine Versandkosten, 81€ - das teile ich dann mit Gleichgesinnten) zur Zeit am günstigsten.

Neben den gängigen Tipps (Wischtechnik von vorn nach hinten, viel trinken [v.a. Kräutertees und zuckerfrei+säurearm]) hier noch ein Tipp:

- Nicht zu heiß baden/duschen, auch wenns schwer fällt
- Intimpflege mit milden Mitteln aus Apotheke oder Öl
- mir hilft auch, wenn leichte Schmerzen im Gange: Toilettengang erst, wenn Tee/Wasser 100ig durchgelaufen sind und die Blase wirklich voll ist.

- Tipp für alle, die als psychisch leidend abgestempelt wurden, wenn Antibiotika nicht mehr half: Kultur anlegen lassen, wo erst getestet wird, auf welches A. die Bakterien reagieren. Außerdem gilt: Eine Entzündung ist nicht zwangsweise von Bakterien begleitet! (Blasenspiegelung verschafft Klarheit)

Geschrieben von Stefanie im Oktober 2009

Neue Produkte bei Topfruits

Dr. Jacobs Granaimun ist eine neue, optimierte Rezeptur für Ihr Immunsystem mit fermentierten Granatapfel, Holunderbeeren, Zink, Selen und Vitamin D

<http://www.topfruits.de/produkt/granaimun-dr-jacobs-100ml-granatapel-spurenelemente-vitamin-d>

Dr. Jacob's Granaimun (PZN 5725191) ist eine neuartige Kombination bewährter Wirkstoffe: Fermentierte Granatapfel- und Holunderbeeren-Polyphenole, Vitamin D, Zink und Selen. Diese Mikronährstoffe sind wichtig für das Immunsystem sowie die antioxidativen Schutzsysteme des Körpers – synergistisch in der Wirkung, angenehm im Geschmack. Mit ihrem siebten Granatapfelprodukt ist die von Dr. med. L.M. und K.O. Jacob 1997 gegründete Dr. Jacob's Medical GmbH seit über 5 Jahren qualitätsorientierter Innovationsführer in Sachen Granatapfel.

Apfelfaser, natürlicher Ballaststoff für eine gesunde Verdauung

<http://www.topfruits.de/produkt/intestoflux-apfelfaser-schmackhafter-ballaststoff>

Superzink, 90 Tabletten à 15 mg Zink (als Gluconat - fürs Immunsystem bei Grippe))

<http://www.topfruits.de/produkt/superzink-90-tabletten-a-15-mg-zink>

Cistus Incanus Konzentrat Kapseln 90 Kapseln à 665mg (Cistrose, Zistrose fürs Immunsystem bei Grippe)

<http://www.topfruits.de/produkt/cistus-incanus-konzentrat-kapseln-90-kapseln-a-665mg-cistrose-zistrose>

Magnesium750, 90 Kauchips mit 750 mg reinem MagnesiumCitrat

<http://www.topfruits.de/produkt/magnesium750-90-kauchips-mit-750-mg-reinem-magnesiumcitrat-112g>

Rotklee Blütenextrakt, 60 vegetarische Kapseln a 400mg reinem Extrakt (Bei Haut und Wechseljahres Problemen)

<http://www.topfruits.de/produkt/rotkleeblueten-extrakt-60-vegi-kapseln-a-500-mg-30g>

100% reines Schizandra Fruchtpulver (Schizandrae fructus) Die Beere der der 5 Geschmacksrichtungen

<http://www.topfruits.de/produkt/schizandra-pulver-schizandra-wu-wei-zi-100g-100-pulver-ohne-zuschlaege>

Kakaobohnen gehackt, Rohkost, zum Knabbern und fürs Müsli, wertvoll fürs Herz

<http://www.topfruits.de/produkt/kakao-nibs-bio-kba-rohkostqualitaet-kakaobohnen-geschaelt-gehackt>

Amla-Mus mit Kräutern CHYAVANPRASH - 350g - Ayurvedische Stärkung

<http://www.topfruits.de/produkt/amla-mus-mit-kraeutern-chyavanprash-350g-ayurvedische-staerkung>

Goji Saft 100% Fruchtsaft in bio kbA Qualität, reich an Beta Carotin und wertvollen Antioxidantien

<http://www.topfruits.de/produkt/gojisaft-033-l-100-saft-aus-bio-kba>

Hanfnüsse geschält in bio kbA Rohkostqualität, glutenfrei

<http://www.topfruits.de/produkt/bio-hanfnesse-hanfsamen-geschaelt-natur-ungeroestet-bio-kba>

Maronimehl, fein, bio kbA – glutenfrei

<http://www.topfruits.de/produkt/maronimehl-natur-esskastanien-getrocknet-gemahlen-bio-kba>

Aktiver Manuka-Honig aus Neuseeland

http://www.topfruits.de/advanced_search_result.php?keywords=Manuka+Honig&x=0&y=0

Produktionfos / Endlich wieder lieferbar:

Maronimehl frisch aus Italien, aus neuer Ernte 2009

Banenchips, weich und extra aromatisch aus Sri Lanka Babybananen

Zedernusskerne Flores Bio "fair Trade"

Bio Cashew-Kerne neue Ernte aus Sri Lanka

Walnusskerne, neue Ernte 2009 aus Chile

Hör und Lesetipps

** Die Heilkraft der Gedanken und Worte / positive Ansprache - CD - K.-D. Ritter **

Klaus Dieter Ritter, sicher der erfahrenste Kenner und Trainer der Methode Coue's hat mit dieser CD ein überaus hilfreiches Werkzeug geliefert. Durch beständiges Verwenden der gesprochenen Formeln, in ent-

spanntem Zustand, wird es möglich, das Unterbewusstsein in gewünschter Weise für uns arbeiten zu lassen. So können Sie aussergewöhnliche Erfolge erzielen.

Nutzen Sie Ihr Unterbewusstsein und verbessern Sie damit deutlich Ihr Befinden - auf einfache und nebenwirkungsfreie Art.

http://www.topfruits.de/product_info.html/cPath/195_208/products_id/2143

Dort finden Sie weitere Infos und auch eine Hörprobe...

Jetzt in der dunklen Jahreszeit wieder sehr aktuell:

**** Vitamin D - Das Sonnenhormon für unsere Gesundheit und der Schlüssel zur Prävention ****

Der Autor Prof. Spitz hat Jahre investiert um alles internationale Wissen und Material zu Vitamin D zusammen getragen dabei hat er erstaunliche Zusammenhänge zwischen der Vitamin D Versorgung und vielerlei Krankheiten erkannt.

70-80% aller Menschen in Deutschland haben einen Vitamin D-Mangel - und wissen es nicht! Vitamin D-Mangel fördert jedoch eine Vielzahl von Krankheiten, angefangen von zahlreichen Krebserkrankungen (darunter die drei tödlichsten, die Karzinome des Dickdarms, der weiblichen Brust und der Prostata) über die Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes sowie neurologische Erkrankungen bis hin zu Störungen des Immunsystems (von banalen Infekten bis zur Multiplen Sklerose).

Lesen Sie mehr <http://www.topfruits.de/produkt/vitamin-d-das-sonnenhormon-fuer-unsere-gesundheit-und-der-schluessel-zur-praevention-taschenbuch/>

<http://www.topfruits.de/produkt/granaimun-dr-jacobs-100ml-granatapfel-spurenelemente-vitamin-d/>

<http://www.topfruits.de/produkt/basentabletten-citrate-gut-bioverfuegbar-vitamin-d-250-stck-dose/>

**** Der beliebte Lebensfreudekalender **** noch wenige Kalender lieferbar.

Greifen Sie zu und sichern Sie sich Ihr Exemplar. Der Lebensfreude Kalender aus dem PAL Verlag, für den täglichen Kick an Motivation und Lebensfreude. Im letzten Jahr konnten viele Kunden keinen mehr ergattern, weil der Kalender mit seinen motivierenden Sinnsprüchen immer begehrt wird und schnell vergriffen war. Ideal auch als kleines Geschenk geeignet.

<http://www.topfruits.de/produkt/lebensfreude-kalender-2010-pal-verlag-erbauung-fuer-das-ganze-jahr/>

Hinweise zu neuen und bekannten Topfruits Services

Verpassen Sie nun nie mehr den Saisonsstart, oder die Neu-Verfügbarkeit eines Produktes. Wenn ein Produkt saisonal nicht lieferbar ist, finden Sie nun anstelle dem Warenkorb Button einen solchen mit dem Text "Benachrichtigen".

Durch Klicken darauf können Sie eine automatische Benachrichtigung veranlassen, falls sich der Lieferstatus des Produktes ändert und dieses wieder lieferbar ist. In Ihrem Kundenmenü haben Sie jederzeit einen Überblick über die aktiven Benachrichtigungen und können diese dort auch wieder deaktivieren.

Lassen Sie sich über neue Produkte, das Eintreffen neuer Ware, oder andere interessante Dinge rund um das Thema gesunde und vitalstoffreiche Ernährung informieren. Unter <http://twitter.com/topfruits> können Sie sich auf dem Laufenden halten lassen.

Merkzettel: Einfache Wiederbestellung. Im Warenkorb haben Sie bei jedem Produkt die Möglichkeit diesen in ihren Merkzettel zu übernehmen. Sie können dadurch bei ihrem nächsten Besuch, schon einmal gekaufte Produkte schnell wieder finden und diese bei Bedarf neu bestellen.

Ausländische Mitbürger haben ab sofort die Möglichkeit durch das in unsere Seite neu integrierte Übersetzungstool, die Inhalte des Topfruits Online Shops in unterschiedliche Sprachen übersetzen zu lassen.

Unter www.topfruits.de/aktuell können Sie aktuelles und informatives zu Topfruits lesen. Ausserdem haben Sie dort die Möglichkeit eigene Erlebnisse und Erfahrungsberichte mit Topfruits Produkten zu publizieren.

Kunden aus Deutschland können beim Bestellvorgang als Zahlungsart nun auch Postnachnahme wählen. Der Versand erfolgt in diesem Fall umgehend und Sie bezahlen den Betrag an den Postzusteller bei Entgegennahme der Ware. Die dafür erhobene NN Gebühr wird während dem Bestellvorgang angezeigt.

Schriftgrösse im Topfruits Shop grösser oder kleiner einstellbar:
Rechts oben im Seitenkopf des Topfruits Online Shops findet sich ein Funktions-Link "Schrift grösser/kleiner" <http://www.topfruits.de/?css=xl> . Damit ist es möglich die Schriftgrösse des Shops, nach eigener Vorliebe, grösser oder kleiner zu machen. Dabei "merkt" sich unser Shop Ihre letzte Einstellung und verwendet diese bei erneutem Aufruf des Topfruits Shop's automatisch wieder.

Service dokumente: Unter <http://www.topfruits.de/info/service dokumente> finden Sie, nach Anmeldung, eine wachsende Zahl interessanter Dokumente im PDF Format.

PS: Damit Sie nie mehr eine Aktion verpassen, finden Sie uns jetzt auf Twitter: www.twitter.com/topfruits

Wenn Sie Fragen zu diesem Newsletter oder zu unseren Produkten haben so rufen Sie uns bitte gerne an oder schreiben Sie uns eine Mail. Unsere kostenfreie Bestell- und Servicehotline nutzen Sie unter 0800-1828300

Optimieren Sie Ihre tägliche Ernährung und gewinnen Sie dadurch mehr Vitalität und Lebenskraft ! Besuchen Sie uns unter <http://www.topfruits.de> und entdecken Sie viele für ein gesundes Leben nützliche Produkte zu fairen Preisen. Rechtschreib- & Grammatikfehler sind beabsichtigt und unterliegen dem Copyright des Verfassers ;-)