

gesund, fit & schön

Vorbei der Schmerz
 Dauerschmerzen an Rücken und Gelenken? Behandlung mit Schmerz- und Triggerpunkt-Osteopraktik kann helfen. Bei einem unverbindlichen Gespräch beraten wir Sie gerne in unserer Praxis.

Naturheilpraxis Frodl-Frey
 Junkerstr. 94 • 8238 Büssingen
 Telefon: 052 - 740 3776
 www.naturheilpraxis-frodl.ch



Mit den Schmerzen müssen sie leben - oder ?

Hilfe bei chronischen Schmerzen

Schätzungen gehen davon aus, dass etwa zehn bis zwanzig Prozent der Bevölkerung unter chronischen Rücken- oder Nackenschmerzen leiden.

Dabei könnten über 80 Prozent der als therapieresistenten Patienten mit der richtigen Behandlung schmerzfrei sein, erklärt die Naturheilpraktikerin Gaby Frodl Frey, die sich in Büssingen in ihrer Praxis auf die Therapie von chronischen Schmerzen der Gelenke, des Rückens und des Nackens spezialisiert hat. Frodl Frey hat als Naturheilpraktikerin gelernt anders an Problemen heranzugehen als es üblicherweise Mediziner tun. Ihrer Erfahrung nach beruhen die meisten chronischen Schmerzen auf Blockierungen, d.h. auf schmerzhaften muskulär fixierten Fehlstellungen von Wirbeln und Gelenken. In ihrer Praxis werden Blockierungen nach der Dorn-Methode behandelt. Bei vielen Patienten bessert sich das Beschwerdebild nach ein paar Behandlungen, doch es gibt immer wieder Personen, die von dieser Methode nicht dauerhaft profitieren, weil bei ihnen die Ursachen ganz wo



Chronische Rückenschmerzen können den Alltag negativ beeinflussen. Fotolia

anders liegen. Solchen Patienten hilft Frodl Frey durch Suche nach den sogenannten Trigger-Punkten. Oberflächliche Trigger können meist schon mit den Fingern ertastet werden. Mit dem bei Dr. Bauermeister erlernten Verfahren werden sie in der Naturheilpraxis behandelt und dauerhaft aufgelöst.

Naturheilpraxis Frodl Frey
 Junkerstrasse 94
 8238 Büssingen
 052 740 37 76

DG-AntiAging Institut

Schönheit ist individuell

«Der Schönheitsmarkt erneuert sich ständig, denn Schönheit ist Ausdruck von Individualität. Deshalb muss das Angebot für die Pflege der Schönheit individuell sein», sagt Diana Grosse, Inhaberin des DG-AntiAging Institut in Frauenfeld.



Diana Grosse von DG-AntiAging Institut.z.Vg.

Seit über 20 Jahren führt die diplomierte Kosmetikerin das Institut mit Leidenschaft und Hingabe. Ihrer Kundschaft bietet sie modernste Behandlungen an, welches von der klassischen Anti Aging Behandlung über Fadentechniken und individuelle Hyaluron-Behandlungen bis hin zur medizinischen Kosmetik führt, wofür Diana Grosse punktuell mit Spezialisten der plastischen Chirurgie zusammenarbeitet. Ihr DG-AntiAging Institut berät Damen und Herren aller Alterskategorien sowie in allen Fragen rund um die kosmetische Schönheit. Einen sehr hohen Anspruch stellt Diana Grosse vor allem an ihre technischen Geräte, die dem neuesten technologischen Stand entsprechen. Zu ihrem Equipment gehören Geräte für: Facelifting, Hautverjüngung, Entfernung von Falten, Cellulite, Pigmentfle-

cken, Warzen, Schwangerschaftsstreifen, Narben, Besenreisern u.v.m. Erstaunliche Resultate erzielt sie auch mit ihrer Technik im Bereich Permanent Make-up, Faden- und der langjährigen Hyaluron-Behandlung. Diana Grosse hält dabei seit über 20 Jahren an folgender Maxime fest: «Meine Kunden sollen nicht nur schöner und jünger aussehen, sondern sie sollen sich in ihrer Haut wohlfühlen. Wenn das der Fall, bin ich glücklich!» pd

DG-AntiAging Institut
 Thundorferstrasse 25
 8500 Frauenfeld
 052 722 44 44
 info@dg-antiaging.ch
 www.dg-antiaging.ch

Praxis für Zahnprothetik
 Reparaturen, Neuanfertigungen, Unterfütterung von Zahnprothesen.
 Unverbindliche Beratung. Hausbesuche und Notfalldienst.

A. Hug Kt. Dipl. Zahnprothetiker ZH
 Rüegerholzstrasse 8, 8500 Frauenfeld

052 552 28 89

ZahnProthetik
 Christian Wettstein
 Dipl. Zahnprothetiker ZH
 Zürcherstrasse 281, 8500 Frauenfeld

Zahnprothesen: Neuanfertigungen und Reparaturen

Termin nur nach Voranmeldung: 052 721 01 44



Hypnosepraxis Catherine Steinmann

Panikattacken beginnen im Kopf

Genauso wie die Panikattacken, beginnt auch ein Leben ohne Panik im Kopf. Und die Hypnose kann helfen, nicht nur Symptome sondern die Ursache zu bekämpfen.

Sie haben schon alles versucht, aber die Panikattacken überfallen Sie immer wieder? Sie müssen ständig Ausreden erfinden, weil Termine für Sie ein Horror sind? Ihre sozialen Kontakte gehen immer mehr verloren? Sie brauchen ständig Begleitung, wenn Sie das Haus verlassen? Sie haben Angst, wegen der Panik



Hypnotherapeutin Catherine Steinmann.

Ihren Job zu verlieren? Die Medikamente unterdrücken nur das Symptom? Sie sind verzweifelt, weil gar nichts mehr hilft? Meistens liegt der Auslöser für Pa-

nikattacken und panische Zustände in einem einzig erlebten Ereignis in Ihrer Vergangenheit. Mit Hypnose gehen wir der Ursache auf den Grund und lösen nicht nur deren Symptome auf. Bereits wenige Sitzungen können reichen, um Sie von den Panikattacken zu befreien. Ich berate Sie gerne.

Hypnosepraxis Catherine Steinmann
 Zertifizierte Hypnosetherapeutin
 Bergstrasse 14
 8548 Ellikon an der Thur
 Telefon 079 623 69 69
 info@hypnostone.ch
 www.hypnostone.ch

Studienteilnehmer gesucht – testen Sie eine Fitness-App! Für Menschen ab 65

terz Stiftung

Für ältere Menschen sind Kraft, Beweglichkeit und Konzentration wichtig. Testen Sie mit uns eine App, die dies unterstützt. Sie erhalten leihweise ein Smartphone mit persönlichem Trainingsprogramm; wir führen Sie ein - keine Vorkenntnisse nötig! Der Deal: Sie sagen uns, was Ihnen gefallen hat und was nicht.

Die terzStiftung ist gemeinnützig und setzt sich für ein selbstbestimmtes Leben im Alter ein.

Bitte melden Sie sich bei: **terzStiftung, Berlingen TG**
 Georg Weidmann / Jörg Niessen, Tel. 052 723 37 00
 georg.weidmann@terzstiftung.ch / joerg.niessen@terzstiftung.ch



terzStiftung

Zukunft gestalten: Danke für's Mitmachen

Die terzStiftung setzt sich seit 10 Jahren für ein selbstbestimmtes, selbstständiges und aktives Leben im Alter ein.

Sie ermittelt Bedürfnisse, lanciert Kampagnen und führt Projekte zur Schaffung generationengerechter Lösungen durch. In ihrer Rolle als End-User Organisation wirkt sie aktiv mit an nationalen und internationalen Entwicklungsprojekten. Das Co-Train Trainingssystem als Beispiel ist eines von der EU und der



Mit der terzStiftung aktiv im Alter. z.Vg.

Schweiz geförderten Active Assisted Living Programms (siehe Inserat). Zentral für die terzStiftung ist:

was von älteren Menschen benötigt und gewünscht wird, um den Alltag möglichst sicher und einfach zu bewältigen. Darum beteiligt sich die terzStiftung an diesen Projekten mit der aktiven Unterstützung und dem Erfahrungswissen vieler älterer Menschen, u.a. durch Bedarfsanalysen und Testreihen unter Gewährleistung ethischer und organisatorischer Rahmenbedingungen. pd

terzStiftung, Seestrasse 112, 8267 Berlingen, www.terzstiftung.ch

Wie gut kennen Sie Ihren Stoffwechsel?

- Warum fühle ich mich nicht fit?
- Ich nehme nicht ab – warum?
- Arbeitet meine Fettverbrennung?

Wie optimiere ich meinen Stoffwechsel?
Mo. 4. März 2019 um 20.00 Uhr
 Evang. Kirchgemeinde Weinfelden
 kostenlos

Persönliche Stoffwechselanalyse
 Für Fr. 49.– statt Fr. 99.–
 14. März DROPA Drogerie Bischofszell
 Alle Infos unter Telefon: 052 761 19 03
 www.stoffwechszentrum-ostschweiz.ch



Hypnosepraxis Catherine Steinmann
 Zertifizierte Hypnosetherapeutin

Bergstrasse 14 | 8548 Ellikon an der Thur
 Telefon 079 623 69 69 | info@hypnostone.ch
 www.hypnostone.ch

Seriosität und Qualität
 Weltweit die erste ISO 9001 zertifizierte Hypnosetherapie






ANTIAGING INSTITUT

Das DG Anti Aging Angebot

PERMANENT MAKE UP Augenkonturen, Lippen, Microblading Augenbrauen
HYALURON Falten, Lippen, Augen, Mesotherapie Gesicht & Hals
FADENLIFTING Gesicht/Körper
KOSMETISCHE ENTFERNUNGEN

GESICHT Anti-Aging Behandlungen, Mechanische & chemische Peelings, Intensive Gesichtereinigungen
KÖRPER Kryolipolyse, Stosswellentherapie, Radiofrequenz, Lymphdrainage, Ultraschall & Flexodermie, Fett-weg mit Spritze

Thundorferstrasse 25, 8500 Frauenfeld
 Tel. 052 722 44 44, Mobile 079 222 31 86

info@dg-antiaging.ch / www.dg-antiaging.ch