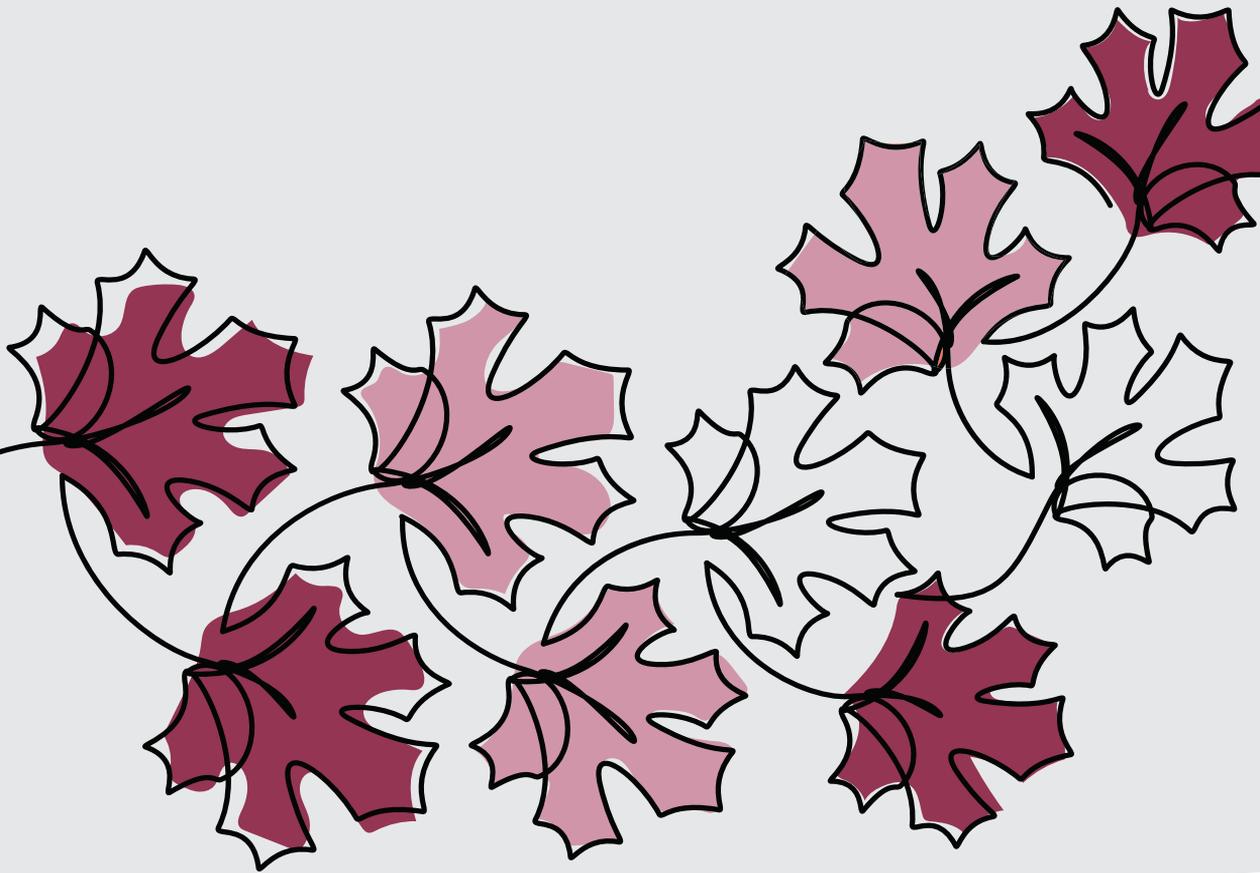




HERBST- VIELFALT

Aktivitäten,
Brauchtum und
Kulinarik



ABWECHSLUNGSREICHE HERBSTEVENTS AUF DEM STANSERHORN



Das Stanserhorn im Herbst ist der perfekte Ort, traditionelle Musik zu hören und unvergessliche kulinarische Erlebnisse zu geniessen. Abwechslungsreiche Events im Herbst bieten die passende Gelegenheit!

Am 4. November erwartet die Gäste auf dem Stanserhorn der «Overboarding Evening». An den belebten Tagen bleibt das Boarding-Team ruhig und koordiniert die Gäste der Stanserhorn-Bahn. Am «Overboarding Evening» bereitet das Boarding-Team zur Begrüssung einen köstlichen Apéro mit selbst gemachten Häppchen vor. Ab 19.00 Uhr wird vom Boarding-Team ein exquisites 3-Gang-Menü serviert, welches ausschliesslich aus Schweizer Zutaten besteht.

Die stimmungsvolle Musik, bereitgestellt von der Jungformation des Verbands Schweizer Volksmusik Unterwalden, wird den Abend begleiten und für eine festliche Atmosphäre sorgen.

Neben musikalischen Leckerbissen werden die Gäste auch von kulinarischen Erlebnissen erwartet. Bei «Cheese and Storys» am Samstag, 11. November sind die folgenden Käsehandwerker persönlich vor Ort an Marktständen anzutreffen und teilen gerne das ein oder andere Geheimnis über ihre Produkte. Von Axel Dippold und Christian Sulzberger von der Molki Stans erhalten Sie nicht nur erstklassigen Käse, sondern auch faszinierende Geschichten dazu. Der Stanser Fladä darf natürlich nicht fehlen. Simon Zumbühl von der Huismatt, Wiesenberg, zaubert Bratkäse, während Toni Odermatt von der Geissäheimet Meierskählen mit Geissenkäse und Gitzfleisch beeindruckt. Peter Niederberger von der Vinothek Kostbar aus Stansstad ist ebenfalls vor Ort und bringt einen feinen Tropfen mit.

Ein weiteres kulinarisches Highlight der Events im Herbst ist die Metzgete am 18. November. Das Schweinsgeschnetzelte, der Speck, die Rippli, die Wädli und der Schübli stammen von «Hiäsig's» aus Grafenort. Mit Stolz wird die rare Rasse «Schwarzes Alpen-

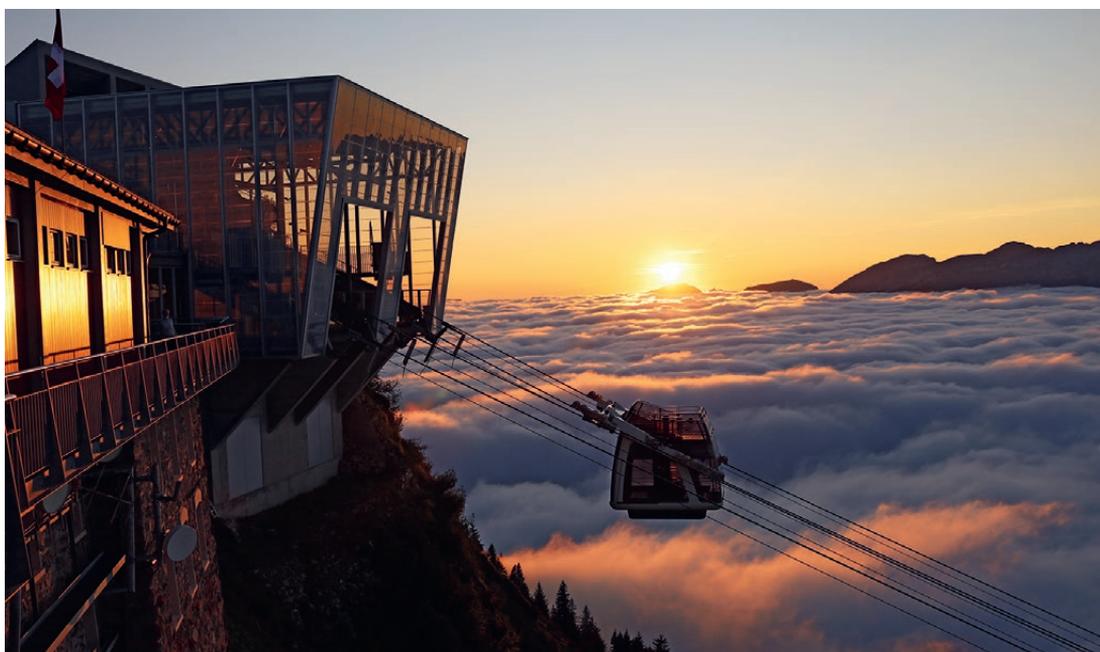
schwein» im Engelbergertal bei «Hiäsig's» gezüchtet. Die Blut- und Leberwurst sowie die Streckwurst liefert die Metzgerei Stalder aus Ennetbürgen.

Für die passende musikalische Stimmung sorgt das Schweizerörgeli Trio «Echo vom Schafband» aus Engelberg.

Reservierungen für die Veranstaltungen sind unter www.stanserhorn.ch oder telefonisch unter 041 618 80 40 möglich.

Für einen perfekten Abschluss der Stanserhorn-Saison 2023 starten die Gäste am letzten Saisontag beispielsweise mit einem köstlichen Zmorge in den Tag. Um 9.30 Uhr startet der Berggottesdienst, gestaltet von Seelsorger Marino Bosoppi-Langenauer und musikalisch umrahmt vom Jodlerklub Wiesenberg. Das ganze Team der Stanserhorn-Bahn freut sich aufs gemeinsame Ausklingen der Saison mit den treuen Gästen.

Pressedienst




*Nidwaldner
GenussMarkt*
— Von Experten empfohlen! —

berggasthof.ch



NEU:
Nidwaldner
Räucher-
lachs

Geniessen Sie echte Nidwaldner
Esskultur mit Käse, Brot, Wein
und ausgewählten Hofprodukten.

**Samstag,
21. Oktober 2023
von 9 bis 15 Uhr**

**auf dem Dorfplatz in Stans,
beim Wuche Märcht**

GenussMarktStans.ch

Nächster GenussMarkt: Samstag, 27. April 2024



VINOHEK
KOSTBAR

B | A | B
TECHNIK AG

EGGER
T R E U H A N D

PILATUS



NSV
Sichere Sache.

Unter-
waldner
unser määztn

COLDEBELLA
wo sonst!

FRÜCHTE GEMÜSE WEINE

Zu gewinnen!
Ein Wochenende im
Kurhaus Flühli
mit Übernachtung
für 2 Personen inkl.
4-Gang-Menu
und Wein.

DORFPLATZ 9

entlebucher bier

UNTERNEHMEN SIE EINE REISE IN
DIE FACETTENREICHE WELT DES
BIERES UND KOSTEN SIE ERLESENE
BIERSPEZIALITÄTEN AUS DER REGION
ENTLEBUCH.

DEGUSTATION: SA, 14. OKTOBER 2023

wo sonst!

TÄGLICH FRISCHES OBST UND GEMÜSE.
AUSERLESENE WEINE.

WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH
IM DORFPLATZ 9 IN STANS.

MARCO VITTORI UND DAS COLDEBELLA-TEAM
TELEFON 041 619 09 99
INFO@COLDEBELLA-AG.CH | WWW.COLDEBELLA-AG.CH



Älplerchilbi Wolfenschieszen

Sonntag, 22. Oktober 2023

«obsi und nitzi»

09.00 Uhr

Festgottesdienst

Ehrenpredigt mit Marianne Waltert, Kerns
Betruf von Wendelin Odermatt, Alpina Cheerli,
Musikverein Dallenwil und Hoppere-Horner
Durchgehender Festbetrieb auf dem Festplatz
an der Aa

14.00 Uhr

Festzug der Älpler

ab Volg zum Festplatz an der Aa
Volkstümliche Unterhaltung mit Tal-Echo,
Büren/Oberdorf und Festwirtschaft

20.00 Uhr

Chässpruch und Älplertanz

MZA Zälgli mit LT Schnider-Hess, Hergiswil

Eintritt: CHF 7.-

Ab 17.30 Uhr servieren wir
in der MZA Zälgli

s'Älplerchilbi-Nachtessen

Vorverkauf und Bezahlung bei der
Nidwaldner Kantonalbank,
Wolfenschieszen bis 19. Oktober 2023

Festwirtschaft: Skiclub Bannalp-Wolfenschieszen



MENU

Älplermagronen
Apfelmus

Kaffee nach Wahl

CHF 25.- mit Eintritt



la cucina di susi
Dorfstrasse 33
6376 Emmetten
041 620 77 77
info@lacucinadisusi.ch

Italienische Wildspezialitäten

13. Oktober bis 4. November 2023

Jeden Freitag und Samstag

ab 18.00 Uhr

Reservation erwünscht

Mehr Infos auf www.lacucinadisusi.ch

CHRISTINE UND JOSEF
LUSSI-WASER



HOTEL
RESTAURANT

RÖSSLI

LUSSI TAVOLA AG
FON 041 624 45 11

HOTEL@ROESSLI-BECKENRIED.CH

DORFPLATZ 1 · 6375 BECKENRIED · WWW.ROESSLI-BECKENRIED.CH

Herzlich willkommen im Rössli

Wir wünschen Ihnen einen schönen Aufenthalt

Mitten im Zentrum - direkt am See

Heimelig und rustikal - jung, freundlich und aufgestellt

Guets vo hie
GASTRO NIDWALDEN



- Wir bieten Ihnen ein besonderes und unvergesslich schönes Erlebnis mit
- saisonalen und marktfrischen, sorgfältig und kreativ zubereiteten Speisen
 - reichhaltiger, trendiger und aussergewöhnlicher Auswahl an Weinen/Getränken

Geniesser-Menü für Oktober 2023

Jeden Monat ein neues Erlebnis

Ringelottensuppe mit Zimt

Wildschweinrohschinken
Sellerie-Apfelsalat

Hirschschnitzel an Preiselbeersauce

Hausgemachte Spätzli
Herbstgemüse

Herbst-Trilogie

Ganzes Geniesser-Menü
Hauptgang mit Suppe
Hauptgang mit Vorspeise

CHF 68.-
CHF 40.-
CHF 45.-

Aktuell im und ums Rössli



Jagdgruppe «Bödeler» von Beckenried

Für Familien-, Firmen- und Vereinsanlässe
bitte frühzeitig reservieren.

Nahe beim öffentlichen Verkehr mit
feinen, saisonal regionalen Gerichten
im herrlichen Panoramasaal oder in der
heimelig-rustikalen See- / Rösslistube



Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Christine und Josef Lussi-Waser

Tel. 041 624 45 11 • hotel@roessli-beckenried.ch

**Bis Samstag,
11. November 2023
Wild auf Wild**

**Herbstzeit = Wildzeit,
auch bei uns am See**



HERBSTZEIT = PILZZEIT ABER HÜTEN SIE SICH VOR DEN FALSCHEN

Sie sind vielseitig. Zum Braten, Kochen, Grillieren, Schmoren, Überbacken oder roh Geniessen denkt man an Champignons. Pilze sind aromatische Beilagen, eignen sich zu Knödeln, Pasta, im Salat. Fleisch und Fisch verleihen sie eine zusätzliche Geschmacksebene. September und Oktober gelten als Hauptsaison fürs Pilze sammeln. Damit aber der Pilzgenuss ohne Folgen bleibt, heisst es Augen auf beim Pilze sammeln.

Pilzvergiftungen machen sich bemerkbar

Zirka 100 Pilzarten werden als sehr gefährlich bis tödlich eingeschätzt. Die Bandbreite der Beschwerden ist gross und variiert je nach verzehrtem Pilz. Die meisten Betroffenen verspüren wenige Minuten /Stunden nach dem Verzehr ein unspezifisches Unwohlsein, Magen-Darm-Beschwerden, Brechdurchfälle. In schwereren Fällen kann es zu Atembeschwerden, Herzkreislauf-/rhythmusstörungen, Blutdruckabfall, Muskelzuckungen, starkem Schwitzen oder Schocksymptomen wie Zittern und Blässe, Bewusstseinsveränderungen oder Bewusstseinsverminderungen, Halluzinationen oder Krämpfen kommen.

Finger weg von ihm

In der Schweiz ist es der Grüne Knollenblätterpilz, auf den zirka 80 bis 90% der tödlich verlaufenden Vergiftungen entfallen. Bereits der Verzehr sehr geringer Teile seines Fruchtkörpers (35 bis 50 Gramm) kann tödlich sein. So stark giftig machen

ihn u.a. die enthaltenen Amatoxine und Phalotoxine, die ohne rechtzeitige medizinische Versorgung Leber-/Nierenversagen verursachen können.

Man erkennt ihn an seiner deutlich abgesetzten Knolle am bis zu 15 cm hohen, dicken, weissen oder gelblichen Stiel mit natternartigem Muster, den weissen, eng stehenden Lamellen und seiner oftmals cremeweissen, auch olivgrünen, hell- oder gelbgrünen Kappe mit mattem, seidigen Glanz, feucht, leicht schmierig, radiallyfaserig eingewachsen. Er riecht leicht nach Ammoniak oder Haushaltsreiniger. Beim auch giftigen Weissen Knollenblätterpilz steckt der bis zu 15 cm hohe, weisse, schlanke, oft verbogene Stiel in einer oft anliegenden, schlaffen Scheide, die knollige Basis mit ihrer offenen Scheide oft tief im Boden. Sein Fleisch riecht schwach unangenehm.



**DER EUROPÄISCHE PILZTAG
FÄLLT IMMER AUF DEN
JEWELNS VIERTEN SAMSTAG
IM SEPTEMBER.**

Berühmtes Opfer

Es wird vermutet, dass Karl VI., römisch-deutscher Kaiser und Erzherzog von Österreich, 1740 im Alter von 55 Jahren an einer Knollenblätterpilzvergiftung starb. Zehn Tage zuvor hatte er ein Pilzgericht zu sich

genommen. Am folgenden Tag wurde er von schwerster Übelkeit, Erbrechen und Episoden der Bewusstlosigkeit geplagt. Nach einigen Tagen der Erholung kehrten die Beschwerden in Begleitung hohen Fiebers zurück und führten zu seinem Tod. Die Beschreibung der Symptome und der Umstände seines Todes sind typisch für eine Vergiftung mit dem Grünen Knollenblätterpilz.

Vorsicht bei rotem, orangegelbem Hut mit weissen Flecken

Fliegenpilze sind weniger giftig, aber dennoch nicht harmlos. Hier treten zwei bis drei Stunden später Symptome wie Schwindel, Müdigkeit, Verwirrung, räumliche Verzerrung und eine Überempfindlichkeit der Sinne auf.

Weitere Giftpilze

Die Giftstoffe des etwa 8 cm kleinen Gifthäublings ähneln denen des Grünen Knollenblätterpilzes. Seine tödliche Dosis soll bei etwa 100 bis 150 g Frischpilzen liegen. Erste Vergiftungssymptome treten etwa 5 bis 12 Stunden nach Verzehr auf.

Der Gifthäubling ist der kleine, aber gefährliche Doppelgänger des Stockschwämmchens. Er enthält einen giftigen Stoff, wie er auch im Grünen Knollenblätterpilz vorkommt. Hutfleisch und Stiel riechen bei Verletzungen mehlig, muffig oder ähnlich wie faulendes Holz. Beide Pilze stellen gleiche Ansprüche an Klima und Substrat, darum sollte man sie genau voneinander unterscheiden können.



Nur zum Anschauen

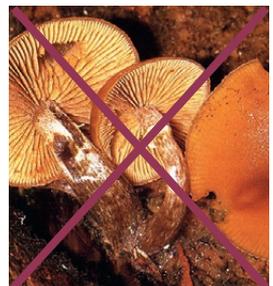


Finger weg vom Knollenblätterpilz

Quelle: Die farbigen Naturführer-Pilze, links und in der Mitte von H. Schrempf, rechts von X. Finkenzeller



Einen Bogen machen um den Pantherpilz



Der Gifthäubling trägt seinem Namen Rechnung



Der Pantherpilz, leicht nach Rettich riechend, ist von Juni bis Oktober im Laub- und Nadelwald zu finden, an sonnigen Waldrändern und Lichtungen. Er hat einen braunen, mit weissen Flocken besetzten Hut, einen beringten, weissen Stiel mit verdickter Knolle am unteren Ende sowie weisse, dicht gedrängte Lamellen. Jung sind seine Hüte mit glatter, seidig-glänzender, an Milchkaffee erinnernder Haut halbkugelig, dann zunehmend flach ausgebreitet. Schwere oder tödlich endende Vergiftungen sind selten, aber möglich.

Kein Risiko!

Erkennbar sind Giftpilze an ihrem Äusseren und / oder am andersartigen Geruch. Es gibt Bücher und Abbildungen von Giftpilzen im Internet. Eine verlässliche Pilzbestimmung für Speisewecke kann letztlich aber nur über eine erfahrene Fachperson durchgeführt werden. Adressen hierfür findet man unter www.vapko.ch

Was tun im Falle?

Idealerweise landen Pfifferlinge, Steinpilze oder Morcheln in Korb und Kochtopf. Um alle anderen sollte man einen Bogen machen, wenn man nicht zu den erfahrenen, geübten Pilzsammelnden zählt. Auch wenn Tiere diese Pilze verzehren, bedeutet das nicht, dass auch Menschen sie essen könnten. Rehe, Hasen usw. haben andere Enzyme, die die Gifte im Körper aufspalten und neutralisieren. Der giftige Knollenblätterpilz wird gern von Schnecken und

Maden befallen. Diese bekommen keine Leberschädigung, weil sie keine Leber, sondern wissenschaftlich gesehen nur eine Mitteldarmdrüse besitzen. Maden- oder Schneckenbefall ist also nie ein Merkmal für Ungiftigkeit. Und dass Silberlöffel oder Zwiebeln, sich beim Kochen von Giftpilzen angeblich verfärben sollen, sind Ammenmärchen.

Sollten sich nach dem Verzehr von Pilzen Veränderungen einstellen, nicht lange warten, sondern unbedingt einen Arzt aufsuchen oder die 145 wählen.

Nur nehmen, was man wirklich kennt!
2 EL Butter in einer Pfanne zerlassen, 2 Zwiebeln geschält/gehackt dazugeben und andünsten. 500 g Pfifferlinge oder andere frische Waldpilze hinzugeben, mitdünsten. 8 EL Weisswein und 400 ml Gemüsebrühe dazugeben, aufkochen. 6 EL Sahne einrühren und 5 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit frischer, gehackter Petersilie bestreuen. Zu diesem Pilzragout in Kräuterrahm schmecken Spätzle, Kartoffeln oder Pasta – ein Gedicht.

Bianca Kemke



Feines Pfifferlingragout an Kartoffeln mit Petersilie



Wirtschaft Grafenort

Einheimisches Wild geniessen!

www.gastbetriebe.ch | 041 637 00 85

Öffnungszeiten Mittwoch bis Sonntag 11.00 Uhr bis 22.00 Uhr
Montag und Dienstag Ruhetag

HEGGLI.com
Begeisterung in Fahrt

MUSIK- UND ERLEBNISREISEN

Sternmatt 4, 6010 Kriens | Tel. 041 318 31 31 | E-Mail: car@heggli.com



Mit dem Car ab Nidwalden, Kriens, Luzern, Emmenbrücke

Im Weissen Rössli - Zürich

Die Kultoperette im Bernhard Theater
So, 05.11.23, um 17.30 Uhr

Sister Äct - in Schweizerdeutsch in Zürich

Ein himmlisches Musicäl mit Fabienne Louves
So, 19.11.23 / Sa, 25.11.23 / Fr, 05.01.24



The Lion King

Musical in Zürich in englischer Originalversion
Sa, 16.12.23 / Di, 02.01.24 /
So, 07.01.24 / Sa, 02.03.24

Numi's Hunde-Reisen

Spannende Ausflüge und Reisen
für «Fellnasen» und ihre Begleiter
Alle Infos unter: www.numis-hunde-reisen.ch



Zum Beck
HOTEL & RESTAURANT

WILD AUF SÜSSES?

In unserer Wildkarte finden Sie neben feinsten herbstlichen Vor- und Hauptspeisen natürlich auch kulinarische Highlights zum Dessert. Frische saisonale Zutaten sowie viel Leidenschaft in der Zubereitung sind unser Geheimrezept für höchsten Genuss.

Krönen Sie Ihr Wildmenü mit unserem Kürbis Tiramisu mit Beeren, dem Vermicelles mit Vanilleglace und Meringue oder unserer Baumnussglace mit marinierten Zwetschgen.

Wir freuen uns, Sie verwöhnen zu dürfen.

Hotel & Restaurant zum Beck
Dorfplatz 12, Stansstad
ZUM-BECK.CH

Jetzt Wildkarte
entdecken!



WILD

*Nebst den Klassikern
Hirsch-Saltimbocca
Rehrückenmedaillons
Wild ohne Wild*



HÖFLI • WIRTSCHAFT ZUR
ROSENBURG

Astrid & Martin Meier
Wirtschaft zur **Rosenburg** • Höfli
Telefon 041 610 24 61* · www.rosenburg-stans.ch

Mittwoch bis Sonntag geöffnet

STANSERHORN
CABRIO



November 2023

- SA 4.11. Overboarding Evening
- SA 11.11. Cheese and Storys
- SA 18.11. Metzgete
- SO 26.11. Uistrinket mit
Berggottesdienst und
dem Jodlerklub
Wiesenberg

www.cabrio.ch / 041 618 80 40



STERNEN
BUOCHS ★ ★ ★
HOTEL & RESTAURANT

Bis Mitte Dezember 2023 haben wir Bock auf Wild

Wir verwöhnen Sie mit feinen und zarten Wild- und Herbstgerichten aus einheimischen Wäldern und eigener Jagd.

Mit weidmännischem Gruss heissen wir Sie willkommen.
Susanne und Werner Häcki

Werner Häcki und sein
Jagdhund Barth vom Hasental

Landgasthof Sternen | Susanne und Werner Häcki | Ennetbürgerstrasse 5 | 6374 Buochs
Telefon 041 620 11 41 | info@sternen-buochs.ch | www.sternen-buochs.ch



Wir feiern

21. Oktober
ab 9.00 Uhr



Staedelipark

Wohn- und Pflegezentrum

Bürgerheimstrasse 10A

6374 Buochs

041 624 57 57

info@staedelipark.ch

staedelipark.ch

**Gemeinsam geniessen,
erleben und entdecken.**

Buntes Herbstfest
mit musikalischen Leckerbissen
und vielfältiger Unterhaltung
für Gross und Klein

Feinste kulinarische
Gaumenfreuden aus unserem
neuen Restaurant Piazza

Wir freuen uns auf Sie!

Airport-Info:

Warnung: Wilde Flüge!

Bitte schnallen Sie sich an.

Ab sofort geht es wieder wild zu und her im Nidair mit Pfeffer nach Angebot, Hirschfilet, zartem Rehschnitzel, Vegi-Herbststeller und weiteren Wild- und Herbst-Spezialitäten. Je nach «Weidmannsheil» mit Wild aus heimischer Jagd.

Davor und danach: Bye Bye Bar!

Bitte gemütlich machen.

Der richtige Ort für einen Apéro vor dem Abheben, für einen Drink nach der Landung oder für einfach so.

Nach Lust und Laune: Take-away!

Bestellen – abholen – geniessen

Köstlichkeiten aus dem Nidair-Kochpit in praktischen Wärmeboxen zum selber Abholen und Feste feiern!
Angebot und Infos unter www.nidair.ch

Gemeinsam abheben.

Sonn- und Feiertage geschlossen.
Das Catering-Angebot bleibt an
Sonn- und Feiertagen bestehen.

nidair 
restaurant flugfeld

GOOD FLIGHT
Bye Bye
BAR
NIDAIR

6373 Ennetbürgen/NW
Fon 041 620 05 05
check-in@nidair.ch
www.nidair.ch

EVENTS IM HERBST

Ab 12.10.
Kunst & Genuss
mit Heidi Marti

5.11.
Tag der offenen
Hoteltür

20.10.
Brass & Dinner

11./12.11.
Metzgätä
im Saal

29.10.
Ländler-Brunch



Jetzt
WILD

alpina-einhorn.ch/erleben



**ALPINA
EINHORN**

GASTRONIDWALDEN

Lust auf Wild?

Mit dem **Online-Gastroführer** finden Sie
Gaststätten mit Wildgerichten und weiteren
Herbst-Spezialitäten.

> gastronidwalden.ch/gastro-fuehrer

#gastronidwalden

CHRISTINE UND JOSEF
LUSSI-WASER



BERG-
RESTAURANT
Alpstubi
KLEWENALP

LUSSI TAVOLA AG
FON 041 620 31 44

INFO@ALPSTUBLI-KLEWENALP.CH • SUNNIGRAIN 11 • 6375 BECKENRIED • WWW.ALPSTUBLI-KLEWENALP.CH

Herzlich willkommen auf der Klewenalp

Mitten im Ski- und Wandergebiet – direkt am Weg (Bergstation 5 Min.)
Der ideale Ort zum Verweilen, «Gut Essen», Ausruhen und Sünnele
Bedientes Bergrestaurant mit gutbürgerlicher Küche. Kinderparadies
Montag bis Sonntag 8.15–17.15 Uhr (für Gruppen auch länger)

Wild auf Wild - nahe bei der Jagd



Herbstzeit = Wildzeit
zum Geniessen auch
auf der Klewenalp
bis 29. Oktober 2023

Für Familien-, Firmen- und Vereinsanlässe
bitte reservieren. Feine, saisonal regionale
Gerichte in traumhafter Landschaft im
Alpstubi auf der Klewenalp.



Goldener Herbst über dem Hochnebel



Jagdgruppe «Bödeler» von Beckenried

Tiefblauer Himmel, gelb-rote Laubbäume
und weisse Berggipfel laden zum Wandern,
Spazieren und Biken ein. Bei oft milden
Temperaturen geniessen Sie die farbenfrohe
Vielfalt des Herbstes auf der Klewenalp.



Wir freuen uns auf Ihren Besuch.
Christine und Josef Lussi-Waser

Tel. 041 620 31 44
info@alpstubi-klewenalp.ch

SUPERKRAFT IMMUNSYSTEM

Wie wäre das: Ein herrlich bunter Herbst und klirrend kalter Winter ganz ohne Erkältung, Triftnase und Halsweh? Ohne Taschentücher, Hustensaft und Fieberthermometer? An jedem Tag fit, gesund und voller Energie? Die INNOVAL Apotheke am Alten Postplatz 2 in Stans, die sich mit ihren Firmengründern Charlotte und Kurt Streit sowie mit der leitenden Apothekerin Manuela Birrer und ihrem Team seit bald vier Jahrzehnten zuverlässig, ausgesprochen kompetent, sehr breit aufgestellt und vertrauensvoll in den Dienst der Gesundheit ihrer Kundinnen und Kunden stellt, zeigt uns die vielfältigen Möglichkeiten und Wege auf.

Mässig, aber regelmässig

Der Schlüssel zu unserer Gesundheit liegt in einem starken, widerstandsfähigen Immunsystem, dem Abwehrsystem unseres menschlichen Körpers. Ein intaktes Immunsystem ist unsere wichtigste und effektivste Verteidigungslinie gegen Schadstoffe, Keime und Krankheitserreger. Ist es geschwächt, sind wir anfällig für Infektio-

nen, somit für Erkältungen ggf. mit Husten oder Schnupfen. Für eine gut funktionierende Abwehrkraft sollten wir darum unser Immunsystem rechtzeitig im Hinblick auf die bevorstehende kalte Jahreszeit stärken – und eigentlich das ganze Jahr hindurch kontinuierlich, denn Blasenentzündungen, Magen-Darmgrippen und andere Infektionen halten sich nicht unbedingt an den Jahreskalender.

Gesundheit beginnt im Darm

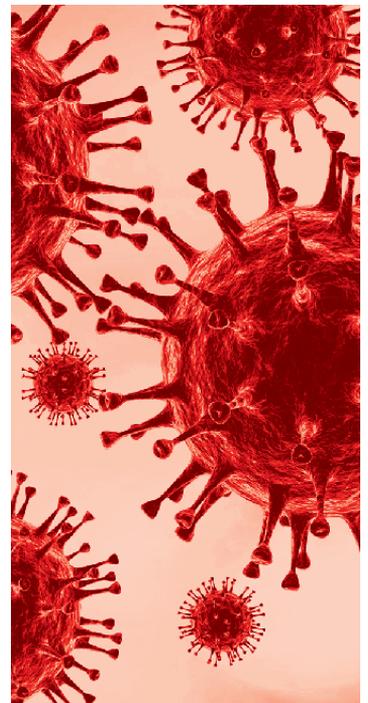
Ist er aufgrund richtiger, ausgewogener Ernährung gesund, ist das eine sehr gute Voraussetzung für ein intaktes Immunsystem. Allerdings reicht Ernährung nicht aus, wie Firmeninhaberin, eid. dipl. Apothekerin und Homöopathin SAHP Charlotte Streit aus ihrer langjährigen Erfahrung und Praxis weiss. Es bedarf zudem sorgsamer Darmpflege. Ein regelmässiger Toiletengang ohne Durchfall oder Verstopfung gehört dazu. Fastenwochen, Kuren mit Gemüse- und Fruchtsäften und diesen sich anschließenden Wiederaufbaukuren tun der Darmhygiene gut.

Im Reinen sein

Auch der Psyche sollte ein Augenmerk geschenkt werden. Stress schadet u. a. auch dem Immunsystem. In Zeiten zunehmend steigender Anforderungen und immer komplexeren, auch globalen Herausforderungen werden gute Gespräche, Meditationen, Auszeiten usw. zum Stressabbau immer wichtiger, dienen seinem Wohl und sollten ihren Platz eingeräumt bekommen. Hierzu bietet die INNOVAL Apotheke übrigens zweimal pro Jahr mit der VIEVA Gesundheitsnavigation eine ganz konkrete Möglichkeit an, ein Abbild unseres Gesundheitszustandes mit Einblick in die Regulation unseres vegetativen Nervensystems, ins biologische Alter, den persönlichen bzw. chronischen Stress, in den Immunstatus und unsere Leistungsfähigkeit einzuholen.

Was ist zu tun?

Eines vorweg. Die Pflege des Immunsystems heisst nicht, nicht krank werden zu können, wie Charlotte Streit deutlich klarstellt. Aber die Qualität einer Infektion kann



im Hinblick auf ihre Dauer, Schwere, Erholungsphase usw. eine andere sein. Das aufgestellte Team der INNOVAL Apotheke in Stans bietet nach eingehender, gründlicher Abklärung verschiedene, wirksame Möglichkeiten und Wege an, aus denen Kundinnen und Kunden ganz nach eigener Vorliebe und Überzeugung auswählen können.

Schlüsselträger Vitamin C und Zink

Es gibt im grossen Sortiment der INNOVAL Apotheke die klassischen, schulmedizinischen Präparate zur Stärkung des Immunsystems. Die bekannten Schüsslersalze stellen eine weitere Möglichkeit dar, den Organismus zu unterstützen. Im hauseigenen Labor stellt Innoval Granulatmischungen auf die jeweiligen individuellen Bedürfnisse abgestimmt her.

Auch homöopathische Arzneimittel mit reinen Pflanzenextrakten können bei der Stärkung des Immunsystems behilflich sein. Die Gemmotherapie macht z.B. das «Lebendigste» der Pflanzen, also Knospen, Triebspitzen und junge Schösslinge, als Heilkraft nutzbar. Andere Mittel forcieren analog einer Impfung einen leichten Ausbruch einer Infektion und trainieren so den

Körper zur spezifischen Antikörperproduktion z. B. im Atemwegsbereich. Wie auch die Grippeimpfung, die sich als eine ebensolche Vorsorgemassnahme in die vorgeannten einreicht.

«Nur, weil ich es nicht spüre, ist es nicht schon da»

Manuela Birrer bringt es mit dieser Aussage auf den Punkt. Infekte können oft zutage treten und uns mit ihren eindeutigen Symptomen plagen. Sie können aber auch gut versteckt und länger unbemerkt in uns schlummern.

Darum: Die Mitarbeitenden der INNOVAL Apotheke in Stans sowie Charlotte Streit und Manuela Birrer finden verlässlich das Richtige, um unser Immunsystem zu stärken. Dies kann sogar in einer sinnvollen, ausgeklügelten Kombination verschiedener Präparate bestehen. Hier zeigt sich zweifelsfrei die grosse Erfahrung und jahrzehntelange Praxis. In jedem Falle also eine herzliche Einladung, um für uns und unsere Gesundheit Gutes zu tun.

Es heisst in einer walisischen Weisheit: «One apple a day keeps the doctor away».

Übersetzt: «Ein Apfel am Tag, mit dem Doktor kein Plag.» Vielleicht wissenschaftlich nicht bestätigt, aber gewiss nicht grundsätzlich verkehrt.

Schnappen Sie sich jeden Sonnenstrahl

Noch ein Tipp von uns aus frühen Kindertagen: Auch an kalten Herbst- oder Wintertagen scheint sie dann und wann vom Himmel. Dann nichts wie raus an die frische Luft auf einen Spaziergang oder mit einer kuscheligen Decke über dem Schooss auf den Balkon- oder Gartenstuhl.



«DIE PFLEGE DES IMMUNSYSTEMS HEISST NICHT, NICHT KRANK WERDEN ZU KÖNNEN.»

Charlotte Streit, Inhaberin INNOVAL Apotheke, eid. dipl. Apothekerin, Homöopathin SAHP

Wir danken der INNOVAL Apotheke für unseren gesunden Herbst und Winter. Und für alle anderen Produkte und Dienstleistungen, mit denen sie wertvoll und hilfreich zu unserer Gesundheit beitragen.

Bianca Kemke



INNOVAL 
Apotheke

Unser Gesprächspartner:

INNOVAL Apotheke Stans
INNOVAL Pharma AG
Alter Postplatz 2
6370 Stans
Telefon 041 610 12 10
www.innoval.ch
info@innoval.ch

Öffnungszeiten

MO bis FR 8.00 bis 12.00 Uhr
13.30 bis 18.30 Uhr
SA 8.00 bis 16.00 Uhr
SO geschlossen



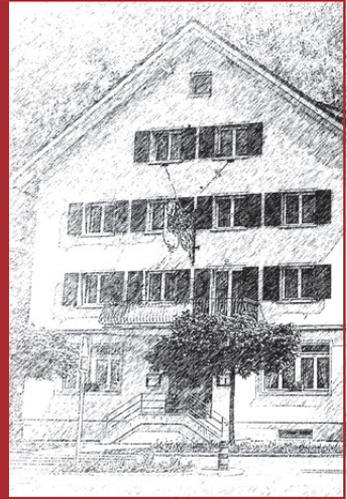
Gut essen und
Freunde treffen?

Die Adresse im ♥-en
von Wolfenschiessen!

Restaurant Eintracht
Eintracht 2
6386 Wolfenschiessen
Telefon 041 628 25 55
www.eintrachtwolfenschiessen.ch

Schon bald sind die
«wilden» Zeiten vorbei.
Geniessen Sie noch
einmal Reh, Hirsch
oder Gämschi mit den
herbstlichen Beilagen.

Wir freuen uns auf
Ihren Besuch –
Ihr Eintracht-Team



HOTEL WINKELRIED
STANSSTAD AM SEE

Fondue Chinoise

vom 01.11.2023 - 31.01.2024

Firmen- und
Geschäftskunden ab 10
Personen können 50% mit
WIR bezahlen.

Alle Preise verstehen sich
inkl. MwSt

Zum Apéro ein Glas Glühwein

von Hand geschnittenes Rind-, Schweine-
und Pouletfleisch
mit diversen Saucen und Garnituren,
dazu servieren wir Reis und Pommes
frites

Zum Dessert gibt es
hausgemachte gebrannte Crème mit
Kirsch

Alles à discrétion
für CHF 49.50
pro Person,
ausgenommen
Glühwein



Äplerchilbi Wolfen- schieszen

Sonntag,
22. Oktober 2023

**BLITZ –
WERBUNG
DIE GELESEN
WIRD!**

Das Nidwaldner Original




FELSENBLICK

• RESTAURANT •

Aktuell: Wildgerichte

 Restaurant Felsenblick
Seestrasse 13
6052 Hergiswil

 +41 41 630 36 36
+41 79 502 60 52

 info@restaurant-felsenblick.ch

Erscheinungsdaten:

14. September / 28. September / 12. Oktober 2023



Waldibahn

Emmetten-Rotiflue-Rinderbühl



www.waldibahn.ch

			4	1	2		8	
					8		6	
	9	2					5	
9	1	3						
			7	2	1			
				3		4		6
	2			9				
		1			7	2	9	3
6	8							

Quelle: www.sudoku-aktuell.de

7	9	2	5	8	4	6	1	3
8	1	3	6	2	9	5	4	7
5	6	4	3	1	7	2	9	8
1	7	6	9	4	3	8	5	2
3	5	9	8	6	2	4	7	1
2	4	8	7	5	1	3	6	9
4	3	5	1	9	8	7	2	6
6	8	1	2	7	5	9	3	4
9	2	7	4	3	6	1	8	5

Lösung der letzten Woche

Ergänzen Sie die Zahlenlücken.
Viel Spass - Ihr Nidwaldner Blitz

BLITZ
Das Nidwaldner Original