

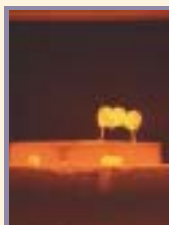


AKTUELL

ZAHNWEIßNESS®

HERAUSGEBER: Fachklinik für Zahnheilkunde und Implantologie

AUSGABE: 02/2003



**WEISS, WEISSER,
VOLLKERAMIK**
Weiße Kunstwerke

SEITE 2



**BISS MIT
FOLGEN**
Zahnschäden durch
Rohkost

SEITE 3



**SCHNEESPASS
MAL ANDERSWO**
Skifahren in Kanada

SEITE 4

WEITERE THEMEN

KOMMENTAR

Die Gesundheitsreform im
Fokus

SEITE 2

CHRISTSTOLLEN HAUSGEMACHT

Großmutter's Hausrezept

SEITE 3

ZENTRUM FÜR ZAHNÄSTHETIK WIESBADEN GMBH

DIE NEUE KLINIK



Liebe Leserin,
lieber Leser!
Auf die erste Ausgabe unserer „Zahnwellness® Aktuell“ hatten wir viel positive Resonanz. Wir freuen uns deshalb, Ihnen heute die zweite Ausgabe unserer Hauszeitschrift überreichen zu dürfen. Eine Menge hat sich getan bei uns. So werden wir die ersten Kunden im neuen Zentrum für Zahnästhetik Wiesbaden GmbH beraten. Nach einer langen Planungsphase ist dies der erste Schritt, unser in Ostrhauderfehn erprobtes und bewährtes Konzept auf weitere geplante Standorte zu übertragen. Gespannt blicken wir auf das kommende Jahr. Wir, das Team vom Zentrum für Zahnästhetik, wünschen Ihnen eine besinnliche Vorweihnachtszeit, ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Start in ein erfolgreiches neues Jahr 2004.

Das Klinikteam

Der Startschuss fällt

Endlich ist es soweit! Das neue Zentrum für Zahnästhetik Wiesbaden GmbH steht in den Startlöchern. Leberberg 25 - das ist die neue feine Adresse für Zahnmedizin auf modernstem und allerhöchstem Niveau. Es hat einige Zeit und Anstrengungen gekostet, ein geeignetes Gebäude für die neue Klinik zu finden, denn mit halben Sachen geben wir uns nicht zufrieden. Die Mühe hat sich gelohnt, so meinen wir.

1400 qm Zahnwellness® pur

Natürlich sind die Erfahrungen aus dem bewährten Klinikbetrieb in Ostrhauderfehn in die Umbau- und Renovierungsarbeiten der neuen Klinik mit eingeflossen. Und so präsentieren sich auf ca. 1400 qm, neben einem komplett ausgestatteten Meisterlabor, zwei modernst ausgestattete Operationsräume, 3 Behandlungszimmer, 2 Prophylaxeräume und 4 Übernachtungszimmer für unsere Kunden.

Großzügige Räumlichkeiten und eine ausgeklügelte Anordnung der Zimmer sorgen für einen reibungslosen Klinikbetrieb im Sinne unserer Kundschaft. Sie sollen sich wohl fühlen bei uns - dies ist die Devise in Ostrhauderfehn, und sie wird es zukünftig auch in Wiesbaden sein.

Alles unter einem Dach

„Alles unter einem Dach“ heißt der Grundsatz, der auch in der neuen Klinik in Wiesbaden Anwendung findet. So versorgt das direkt der Klinik angegliederte Meisterlabor unsere Kunden mit „Kunstwerken“ aus Metall und Keramik. Der Vorteil liegt auf der Hand: Der versierte Zahntechniker kann auf diese Weise sehr viel besser und flexibler auf die persönlichen Erfordernisse und Wünsche des Kunden eingehen. Individuelle optische und funktionale Anpassungen des Zahnersatzes sind auf diese Art ohne Zeitverzögerung möglich.

Die Integration des Zahnlabors in das Klinik-Konzept ist ein Vorteil, den die „herkömmliche“ Zahnarztpraxis in den meisten Fällen nicht bieten kann.

Service

Wie auch schon am Standort in Ostrhauderfehn bieten wir unseren Kunden eine Rundum-Versorgung während des Klinikaufenthaltes an. Unser Klinikpersonal ist darauf eingestellt und geschult, unseren Kunden beste Servicequalität in Sinne eines „Wohlfühl-Aufenthaltes“ zu offerieren.

Zentrale Lage

Das neue Zentrum für Zahnästhetik Wiesbaden GmbH liegt idealerweise nur ca. 10 Minuten von der Wiesbadener Innenstadt entfernt, so dass man bequem einen Besuch in der Zahnklinik mit einem Spaziergang oder einem Einkaufsbummel verbinden kann.

Verbessertes Zeitmanagement-Konzept

Die Wahl des Standortes Wiesbaden für die neue Klinik hängt eng mit dem Verkehrsknotenpunkt „Frankfurt“ zusammen, der eine Drehscheibe des internationalen Flugverkehrs in Deutschland und Europa bildet.

Ostrhauderfehn ist zwar inzwischen quasi das Synonym für Zahnmedizin auf höchstem Niveau geworden und bei Eingeweihten bestens bekannt. Eine bessere Anbindung an die nationalen bzw. internationalen Verkehrsadern kommt unserem Zeitmanagement-Konzept im Interesse unserer Kundschaft jedoch sehr entgegen.

In Wiesbaden als Standort der neuen Klinik können wir dieses Prinzip umso schlüssiger umsetzen. Somit sind wir zum Beispiel auch für unsere Kunden aus der Schweiz schneller und besser zu erreichen.

Fachklinik für Zahnheilkunde und Implantologie
Zentrum für Zahnästhetik Wiesbaden GmbH
Leberberg 25
65193 Wiesbaden
Tel.: 0 18 05 95 15 00

GEWUSST?

Archäologen haben in Minden eine mindestens 250 Jahre alte Zahnbürste entdeckt. Das aus einem Tierknochen hergestellte Hygiene-Instrument ist neben einer ähnlichen Bürste, die in Sachsen-Anhalt gefunden wurde, die älteste bekannt gewordene Zahnbürste Europas. Bei genauerer Analyse der Bürste entpuppt sich dieses als ein wahrer Alleskönner. An dem ca 10 cm langen Stiel befindet sich auf der einen Seite der Bürstenkopf, dessen Borsten zwischenzeitlich dem Zahn der Zeit zum Opfer gefallen sind. Das andere Ende des Stiels verjüngt sich und läuft in einem kleinen Löffelchen aus. Der Zweck dieses Löffelchens, so vermutet man, war die Reinigung der Ohren. Eine gleichartige Bürste, datiert um 1750, fand man in Quedlinburg. Die beiden Mehrzweckinstrumente sind so ähnlich, dass man eine gemeinsame Herkunftsquelle vermutet. Zahnbürsten kamen so richtig erst im 18. Jahrhundert zur Verwendung. Nach der Entdeckung der Zuckerrübe stieg der Konsum von kariesverursachendem Zucker nämlich stetig an und damit auch der "Hygienebedarf".

KOMMENTAR

Die Gesundheitsreform im Fokus



Herr Seehofer und Frau Schmidt sparten nicht mit Eigenlob, als sie im Sommer die Gesundheitsreform 2003 als das größte Reformwerk der jüngeren Sozialgeschichte gepriesen haben. „Bescheiden“ gab man jedoch ein paar Tage später zu, dass die nächste Reform wohl spätestens 2010, wenn nicht gar früher folgen werde.

Dauerhafte Lösungen sind rar

Eine dauerhafte Lösung liefert sie wohl nicht, die Reform. Gleichwohl aber eine Verschnaufpause. Und zwar für die Regierung. Also stellt die Jahrhundertreform mal wieder nur eine Übergangslösung dar, in der das eigentliche Problem, nämlich die steigende Lastenverteilung auf immer weniger Beitragszahler, außer Acht gelassen wird. Die Scheinwahrheit, die Ausgestaltung des Gesundheitssystems hänge mehr vom Goodwill der Politik als von der finanziellen Lage ab, musste wohl im Sinne eines positiven Politik-Images gewahrt bleiben. Und so müssen die Bürger ab 2004 etwas mehr für das wichtigste Gut, die Gesundheit, zahlen.

Verursachungsprinzip kontra Solidarität

Fernab vom Verursachungsprinzip fehlt für den Einzelnen jeder finanzielle Anreiz, die eigene Lebensführung und Vorsorge zu optimieren und damit die Kosten zu minimieren. Man lebt nach dem "Bierdeckelprinzip", nach dessen Maßgabe die Lasten auf die Solidargemeinschaft verteilt werden. Für einen gesetzlich Versicherten macht es nach wie vor keinen Unterschied ob er mit 20 kg Übergewicht „cocoont“, Kette raucht, alkoholischen Ekzessen frönt oder aber gesundheitsbewusst lebt.

Vom System profitieren jedoch nicht nur die Patienten, die ungesund leben, sondern auch ein aufgeblähter Verwaltungsapparat, der Jahr für Jahr Summen in Milliardenhöhe verschlingt.

Also ist das größte Reformwerk der deutschen Geschichte wohl doch nicht mehr als nur eine Not-OP.

WEISS, WEISSER, VOLLKERAMIK

WEISSE KUNSTWERKE

Weißer Ästhetik

Schöne, weiße Zähne möchte jeder gern besitzen. Sie sind ein Zeichen für Vitalität, Jugendlichkeit und Erfolg.

Die herkömmliche Amalgam-Füllung ist seit der Debatte über gesundheitliche Folgen der Amalgam-Verwendung absolut „out“. Gold als Material der Wahl ist zwar haltbar, nicht aber unbedingt schön anzusehen.

Wir geben einen kleinen Überblick über die Möglichkeiten der modernen Zahntechnik. Dabei erheben wir nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Zahnmedizinisch und -technisch Machbares ist immer determiniert von der individuellen Situation, die der Zahnmediziner beim Patienten antrifft.

Kronen

Kronen werden als Ersatz für einzelne Zähne im Front- oder Seitenzahnbereich angefertigt. Hier unterscheidet man im wesentlichen zwischen der „normalen“ Krone, die einen metallenen Unterbau hat und der Vollkeramik-Krone, die, wie der Name schon sagt, zur Gänze aus Keramik besteht. Die Vollkeramik-Krone besticht durch eine optimale Transparenz, die dem natürlichen Zahn in nichts nachsteht.



Brücken

Als Brücke bezeichnet man festsitzenden Zahnersatz, der mehrere fehlende Zähne „überbrückt“. Als

Befestigungspfeiler werden dabei die benachbarten Zähne verwendet. Auch hier stehen zwei Techniken im Vordergrund.

Herkömmliche Brücken bestehen aus einem stabilen Metallgerüst, welches mit zahnfarbenem Material, sei es Kunststoff oder Keramik, verblendet wird.

Die hochwertigere Variante heißt auch hier „Vollkeramik“.

Als absolute Neuheit wird derzeit in diesem Zusammenhang der Keramik-Werkstoff „Zirkonoxid“ gehandelt. Wirklich neu



ist dieser Werkstoff allerdings nicht. Unser hauseigenes Zahnlabor arbeitet nun schon seit 1998 erfolgreich damit.

Brücken müssen sehr hohen Belastungen standhalten und konnten somit auf einen metallenen Unterbau bis dato nicht verzichten. Zirkonoxid ermöglicht aufgrund sehr hoher Festigkeitswerte nun jedoch auch die Anfertigung ganzer Brücken ohne metallenen Unterbau. Vorteile liegen u. a. in der optimalen Ästhetik, da kein Metallrand an der Brücke vorhanden ist. Neben höheren Festigkeitswerten bringt Zirkonoxid, wie alle keramischen Werkstoffe, eine sehr hohe Bioverträglichkeit mit.



Inlays

Als Inlay bezeichnet man eine Einlagenfüllung.

Gold als Material der Wahl ist nach wie vor im Seitenzahnbereich angesagt. Hohe Haltbarkeit spricht hier für sich. Der Nachteil liegt ganz klar in der Optik. Hier springt das Inlay aus Keramik ein. Hohe Festigkeit und optimale Ästhetik stehen hier im Vordergrund.



Veneers

Veneers sind hauchdünne Keramikscheiben, mit denen man z.B. schiefe oder dunkel verfärbte Zähne verschönern kann. Hierbei werden die Zähne sehr dünn abgeschliffen und dann mit der Keramikscheibe verklebt. Das Ergebnis ist von einem originalen Zahn nicht zu unterscheiden.



Fazit:

Demjenigen, der seine Zähne ästhetisch und funktionell verbessern lassen möchte, stehen in der heutigen Zeit viele Möglichkeiten offen. Bei der Materialwahl muss man mittlerweile nicht mehr auf die Vorzüge einer vollkeramischen Versorgung verzichten.

Vollkeramischer Zahnersatz bietet unter allen Materialien, die in der Zahntechnik eingesetzt werden, das höchste Mass an Transparenz und Lichtechtheit, um das natürliche Farbenspiel echter Zähne nachzuempfinden. Vollkeramik bietet neben einer hohen Stabilität und Ästhetik die beste Bioverträglichkeit.

Die Qualität einer vollkeramischen Versorgung hat ihren Preis, der nicht durch Materialkosten verursacht wird sondern aus einem hohen handwerklichen Aufwand resultiert.

BISS MIT FOLGEN

ZAHNSCHÄDEN DURCH ROHKOST?

Rohkost ist schlecht für die Zähne? Das kann nicht sein! Nachdem schon vor Jahren die Nachricht die Runde machte, dass eine Spaghetti al dente serviert werden und noch „Biss“ haben müsse, wenn sie auf den Tisch kommt, ist dies zunehmend auch für Gemüse im Trend. Je mehr Biss und je knackiger, desto besser. Erbspüree ist out. Rohkost heißt die Devise und ist der Inbegriff für gesunde Ernährung. Bei näherer Betrachtung stellt sich das jedoch als

ziemlich einseitige Weisheit dar. Es ist richtig, dass beim Kochen ein Drittel des Vitamin C verloren geht und auch die hitzeempfindliche Folsäure leidet. Einige Inhaltsstoffe gewinnen jedoch durch die Hitzebehandlung im Kochtopf. Beta Carotin, die entzündungs- und krebshemmende Vorstufe des Vitamin A, wird z. B. erst durch Erhitzen aus seiner chemischen Verbindung gelöst und für den Körper verfügbar gemacht. Ähnliches gilt für Vitamin E. Gekochter Brokkoli

beispielsweise hat einen viermal so hohen Anteil an verfügbarem Vitamin E wie roher Brokkoli. Die konsequente Vermeidung von verschiedenen Garverfahren kann darüber hinaus durchaus auch für die Zähne problematisch werden. Nach einer an der Giessener Universität durchgeführten Studie unter Rohköstlern stellte man eine deutliche Unterversorgung an Vitamin D fest. Defizite gab es weiterhin in der Versorgung mit den Vitaminen B1, B12 und Niacin sowie

bei Kalzium und Zink. Überdurchschnittlich hoch war der Anteil der Gebiss-Erosionen in der Testgruppe. Vermuteter Auslöser dieser verstärkten Zahn-Erosion ist der hohe Säureanteil in roh verzehrtem Obst und Gemüse.

Quelle: DZW, Ausgabe 37/03



CHRISTSTOLLEN HAUSGEMACHT

GROSSMUTTERS HAUSREZEPT



Fertig-Produkte sind auf dem Vormarsch. Christstollen gibt es von -zig Herstellern in den

unterschiedlichsten Varianten. Umso mehr werden von Kennern die hausgemachten Kleinigkeiten geschätzt, die mit viel Mühe und Engagement in der heimischen Küche hergestellt werden und die Tafel bereichern. Als Weihnachtsgeschenk machen sich diese leckeren Kostbarkeiten übrigens auch sehr gut! Für einen großen oder zwei kleine Stollen benötigen Sie:

1 kg Mehl
250 g Zucker
400 gr Fett (Butter u. Schmalz)

200 gr geriebene Mandeln
120 gr Hefe
500 gr Sultaninen
100 g gehacktes Zitronat
100 g gehacktes Orangeat
etw. Rum, Vanillezucker
1/2 l Milch
15g Salz
Saft u. Schale v. 1 Zitrone
Und so wird's gemacht:
Am Vortag die Sultaninen, Orangeat u. Zitronat mit etwas Rum begießen. Hefe in lauwarmer Milch auflösen und mit einem Teil des Mehls verrühren. Mollig warm stellen und warten, bis

die Hefe ihren Job macht und geht. Diesen Vorteig mit dem restlichen Mehl, Zucker, Salz, den Mandeln, der Zitrone und dem Fett verkneten. Wieder gehen lassen. Am Schluss die Rosinen, das Orangeat und das Zitronat unterkneten. Die Masse ergibt einen großen Stollen oder zwei kleine. Um die typische Stollenform zu modellieren, rollen Sie den Teig zu einer Wurst und drücken diese dann etwas platt. Drücken Sie mit dem Nudelholz eine Rille in den Teig und klappen Sie dann eine

Seite hoch. Nachdem die Stollen gegangen sind, bei 180°C 45 - 60 Minuten ausbacken. Die Stollen nach dem Erkalten mit einem Gemisch aus Butter, Puder- und Vanillezucker bestreichen und ein paar Tage durchziehen lassen.

Anm. des Verf. Jedes Jahr um Weihnachten schickte uns unsere "Oma-Osten" aus Thüringen eines dieser Prachtexemplare nach ihrem alten Originalrezept.

LESETIPP

MADELEINE K. ALBRIGHT DIE AUTOBIOGRAFIE

Madeleine K, Albright ging als die mächtigste Politikerin in die amerikanische Geschichte ein, als sie Anfang 2001 ihr Amt als Außenministerin in die Hände von Colin Powell gab. Als Tochter eines tschechischen Diplomaten ist ein politischer Werdegang von Marie Jana Körbel nahezu vorgezeichnet. Die Familie flieht während des 2. Weltkrieges nach Großbritannien, und nachdem die Tschechei dem Ostblock einverleibt wird, nach Amerika. Auf das Studium der Rechtswissenschaften folgt eine Bilderbuchkarriere. 1993 bekleidet Sie unter Präsident Clinton eines der höchsten Ämter der Vereinigten Staaten.

Ein Buch, welches von einer Frau geschrieben wurde, die das Bild des 20. Jahrhunderts geprägt hat und die als Botschafterin für den Weltfrieden geradezu prädestiniert ist.

Als Lektüre während der Weihnachtsfeiertage zu empfehlen!

GEFLÜGELT

«GEHE NICHT NUR AUF
GLATTEN STRASSEN,
GEHE WEGE, DIE NOCH
NIEMAND GING, DAMIT
DU SPUREN HINTERLÄSST
UND NICHT NUR STAUB.»

Antoine de Saint Exupéry

WOHER KOMMT...

"Leg mal einen Zahn zu!"?

Früher hing über der Feuerstelle, die gleichzeitig Herd war, ein Topf an einer Kette, die an einer Metallkonstruktion mit Zähnen, der so genannten Kaminsäge, befestigt war. Schritt der Kochvorgang zu langsam voran, wurde ein "Zahn zugelegt", d.h. die Kette um einen Zahnabstand verlängert, so dass der Kochvorgang beschleunigt wurde.

ZITAT

"Es gibt kaum etwas auf dieser Welt, das nicht irgend jemand ein wenig schlechter machen und etwas billiger verkaufen könnte, und die Menschen, die sich nur am Preis orientieren, werden die gerechte Beute solcher Machenschaften.

Es ist unklug, zu viel zu bezahlen, aber es ist noch schlechter, zu wenig zu bezahlen. Wenn Sie zu viel bezahlen, verlieren Sie etwas Geld, das ist alles. Wenn Sie dagegen zu wenig bezahlen, verlieren Sie manchmal alles, da der gekaufte Gegenstand die ihm zugedachte Aufgabe nicht erfüllen kann.

Das Gesetz der Wirtschaft verbietet es, für wenig Geld viel Wert zu erhalten. Nehmen Sie das niedrigste Angebot an, müssen Sie für das Risiko, das Sie eingehen, etwas hinzurechnen. Und wenn Sie das tun, dann haben Sie auch genug Geld, um für etwas besseres zu bezahlen.

John Ruskin
Englischer Sozialreformer
(1819 - 1900)

SCHNEESPASS MAL ANDERSWO

SKIFAHREN IN KANADA



Kanada hautnah erleben

Wildlachse, Einsamkeit, Bäume und viel, viel Schnee, das sind die Begriffe, mit denen man Kanada meist verbindet. Was liegt also für einen ambitionierten Skifahrer näher, als der Wunsch, dort einmal Skiurlaub zu machen und zwar fernab von den belebten Pisten touristischer Ski-Orte? Das Gebiet

„Red“ in British Columbia, ist in Europa so gut wie noch überhaupt nicht bekannt. Hier führt uns die Reise hin. Es geht nach Rossland, gelegen in den West-Kootenays. 2 km von dem malerischen Goldrausch-Städtchen entfernt, befindet sich das Skigebiet um den Red Mountain, der dem Areal den Namen gab. Der Red Mountain mit 1590 m Höhe, verblasst ein wenig neben seinem Nachbarn, dem 2040 m hohen Granite Mountain, der auch zum Skigebiet gehört.

Skifahren pur: Powder...

Hervorragende Schneeverhältnisse, gepaart mit außergewöhnlich abwechslungsreichem Gelände, erwarten den Skifahrer hier. Mehr als 7 m Schnee fallen durchschnittlich im Jahr. Der sagenhaft leichte Schnee, auch Fluffy- oder "Champagne-Powder" genannt, verspricht einen



unvergleichlichen Skispass Hier ist das so genannte "Tree-Skiing" zuhause, welches dem Europäer wohl etwas befremdlich erscheinen mag. Auf der Suche nach dem ultimativen "Powder-Kick" tummeln sich die Freaks auf 320 ha zwischen den schneebedeckten Bäumen und suchen immer neue, unberührte Tiefschnee-Abfahrten, die auf allen Seiten des Granite-Mountain ins Tal führen. So ist es auch nicht verwunderlich, dass Red als das Mekka für Tiefschneefahrten abseits der Pisten berühmt ist. Neben diesen „Baumabfahrten“ bietet Red 160 ha baumfreie Pisten. Man sollte schon etwas Übung für die Hänge in Red mitbringen. Nur 10% der Gesamtfläche ist für Anfänger geeignet. Die restliche Fläche teilen sich Fortgeschrittene und „Experten“.

Sicherheit und Service

Die Lifтанlagen sind im Vergleich zu den super modernen Anlagen, die man aus Europa teilweise

kennt, etwas „old-fashioned“ und gemütlich. Entschädigt wird man durch das immer freundliche Lift-Personal, von dem man auch schon mal ein Papiertuch für die Versorgung der tropfenden Nase gereicht bekommt. „How are you doin' today“ werden wir am zweiten Tag unseren Aufenthaltes begrüßt. Eine neue Erfahrung. Auch die Remperei und Drängelei, die in Europa in so manchem Ski-Zirkus gang und gäbe ist, gibt es hier nicht. Alkoholisierter Zeitgenossen auf der Piste wird man hier ebenso wenig finden. Sicherheit ist erste Pflicht und nicht nur Kinder befahren die Pisten in Red mit einem schützenden Helm. Positiv überrascht werden wir von dem Angebot, welches uns im örtlichen Skiverleih unterbreitet wird: Zum Service gehört die Möglichkeit, das Skigebiet einen Tag lang in erfahrener Begleitung zu entdecken. Ein kostenloser Dienst, den wir nur zu gerne annehmen.

Charmant: Rossland

Ca. 10 Meilen nördlich der US-Grenze gelegen, hat Red Mountain eine lange Geschichte, die in Zeiten des Goldrausches zurück reicht. So überrascht es nicht, dass Rossland die anheimelnde Atmosphäre eines Städtchens besitzt, in dem die Zeit stehen geblieben zu sein scheint. Wer hier nach belagerten Après-Ski-Buden mit Glühwein und Obstler Ausschau hält, kann lange suchen. Ein Nachtleben in Rossland gibt nur vereinzelt und wenn man den Skitag „ernst“ genommen hat, so ist man wirklich froh, wenn man sich im „Hot-Tub“ entspannen kann.

Familiäre Atmosphäre

Wir sind untergebracht im Rams Head Inn, welches direkt am Skigebiet liegt. Das Inn bietet übersichtliche und gemütliche Wohnmöglichkeiten, quasi mit Familienanschluss. Inbegriffen ist ein Frühstück, welches dem Energiebedarf am Berg durchaus angemessen ist. Sauna und Hot-Tub sorgen für die nötige Entspannung nach dem Skitag.

Anreise

Mit dem Flieger nach Calgary und von dort mit einer abenteuerlichen Propellermaschine nach Spokane, Washington. Ca. 225 km mit dem Mietwagen nach Rossland. Es gibt noch die Möglichkeit, den näher gelegenen Flughafen Castlegar anzufliegen. In Anbetracht des dort meist herrschenden Nebels heißt dieser Flughafen im Volksmund allerdings „Cancelgar“...

Mehr unter:

www.ski-red.com

www.goski.com/resorts/rcan/red.htm

www.skicanadamag.com/SkiCanadaDec00/redzone.html

<http://www.ramshead.bc.ca/>

Infos über Heliski hier:

<http://www.snoh2o.com/>



ONLINE SHOPPING

Einkaufstipp

Was rundet ein gutes Essen am meisten ab? Richtig! Der passende Wein dazu. Aber, woher bekommen? In Zeiten der Großflächenmärkte, deren Konzept eine fundierte Beratung ausschließt ist das manchmal ganz schön schwierig.

Chateauonline.de präsentiert auf sehr übersichtlichen Internet-Seiten ein riesiges Angebot von französischen Weinen und Weinen aus aller Welt. Der Clou: Alle Weine sind verkostet und werden verständlich beschrieben. Eine Empfehlung, zu welchem Gericht der jeweilige Wein passt, rundet die Produktbeschreibung ab. Sehr empfehlenswert!!

www.chateauonline.de

IMPRESSUM

ZAHNWELLNESS® AKTUELL.

Herausgeber: Fachklinik für Zahnheilkunde und Implantologie Zentrum für Zahnästhetik GmbH

Hauptstraße 71,
26842 Ostrhauderfehn
Telefon: 0 49 52 - 95 15 40
Telefax: 0 49 52 - 95 15 23
Mail: info@zfz.de
www.zfz.de

Zahnwellness Aktuell erscheint in unregelmäßigen Abständen. Haben Sie Anregungen, Ideen, Lob oder Kritik würden wir uns über einen Hinweis sehr freuen.

Ihr Zahnklinik-Team