

GENUSS

Frank Lebkuchen
Bio-Elisen Lebkuchen

GESUNDHEIT

KGV
Roter Ginseng

SCHÖNHEIT

L'Erbolario
Pistacchio

10%
Rabatt*

AUF DAS GESAMTE
SORTIMENT
VON L'ERBOLARIO



Unser **Angebot**
des **Monats**

„Alles, was Sie für ein gelungenes **Fest** brauchen – Produkte, die **ganzheitlich** gut tun“



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

herzlich willkommen zur Dezemberausgabe unseres Liwell Magazins! Als beinahe-Christkind ist der Dezember für mich eine der schönsten Zeiten des Jahres. Um die festliche Stimmung in vollen Zügen genießen zu können, kümmere ich mich rechtzeitig um Geschenke und plane das Festessen früh im Voraus. So bleibt mehr Raum für das, was mir wirklich am Herzen liegt: Zeit mit meiner Familie, gutes Essen und gemütliche Spaziergänge durch festlich geschmückte Städte.

Im Dezember gibt es bei uns gleich zwei besondere Anlässe zu feiern: Die Reformhaus Herrmann GmbH & Co. KG und ich feiern unseren 40. Geburtstag! 1984 eröffnete mein Vater, Reiner Herrmann, sein erstes Reformhaus® und damit bin ich ein echtes Reformhaus®-Kind. Es erfüllt mich mit großer Freude und Dankbarkeit, in einer Branche zu arbeiten, die von Werten wie Respekt, Menschlichkeit und Empathie geprägt ist. Jeden Tag begegne ich inspirierenden Menschen und bin von Produkten umgeben, die nicht nur mir, sondern auch vielen anderen ganzheitlich gut tun.

Von meinem Vater habe ich gelernt, jeden Tag mit Lebensfreude anzugehen und das Leben bewusst zu genießen. Diese Lebensfreude möchten wir an Sie weitergeben! Wir freuen uns, Sie in unseren Reformhäusern zu begleiten und Ihnen mit Rat und Tat zur Seite zu stehen – für ein natürlich gesundes Leben.

Übrigens: Alles, was Sie für ein gelungenes Festessen brauchen, passende Geschenke für Ihre Liebsten und Ihr persönliches Wohlbefinden finden Sie bei uns. So können auch Sie die wunderbare Vorweihnachtszeit ganz entspannt genießen.

Herzlichst, Ihre Stefanie Neining (Kommanditistin Liwell Reformhaus Herrmann)

DR. WOLZ
ZELL OXYGEN® GELÉE ROYALE

Kraftlos? Erschöpft?
Gesundheit schenken



Mit Bienenkraft
fit durch den Winter!

280 ml (99,96 € / 1 L)

¹ Die Vitamine B1, B2, B6, B12, Pantothenäure und Biotin tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

² Die Vitamine B2 und B6 tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.

LIEBHART'S GESUNDKOST GEWÜRZKUCHEN-SPEZIALITÄTEN

- vegan
- ohne künstliche Farb- und Aromastoffe
- nur mit Roggenmehl nach traditioneller Rezeptur gebacken

Liebhart's – saftige Gewürzkuchen Spezialitäten



465 g (8,58 € / 1 kg)

450 g (8,87 € / 1 kg)

SCHÄR BACKMISCHUNGEN

Mix it! Universal

Ob Nudeln, Pizza oder Brot – das vegane Schär Mix it! Universal ist für jedes Rezept geeignet.



Mix C – Kuchen und Kekse

ist die Basis für allerlei leckere und glutenfreie Kekse und Gebäck.



Unser Aktionspreis
3.99*
je 1 kg

Glutenfreie Weihnachtsbäckerei

FRANK LEBKUCHEN BIO-ELISEN LEBKUCHEN

Unser Aktionspreis

1.99*

50 g
(39,80 € / 1 kg)



Lebkuchen aus Leidenschaft

Dinkel

Glutenfrei



Unser Aktionspreis
5.99*
je 175 g

175 g (34,23 € / 1 kg)

Nur beste Zutaten garantieren beste Produkte. Daran hat sich bis heute nichts geändert und auch die mittlerweile fünfte Generation verfolgt dieses Qualitäts-Prinzip konsequent und mit Erfolg.

BRECHT ZIMT UND VANILLE

Backen im Advent mit Zimt & Vanille

Bio Zimt Ceylon, gemahlen

- echter Ceylon-Zimt hat den niedrigsten Cumarin-Gehalt aller Zimtarten
- Ceylon-Zimt ist milder im Geschmack als Cassia-Zimt

Unser Aktionspreis
3.29*
27 g

27 g (121,85 € / 1 kg)



Unser Aktionspreis
3.99*
45 g
(88,67 € / 1 kg)



Bio Bourbon-Vanille

- Vanille aus Madagaskar zählen zu den besten der Welt
- intensives, süßes Aroma und hoher Gehalt an Vanillin

Unser Aktionspreis
8.99*
2 Stück

Unser Aktionspreis
15.99*
15 g

15 g (1066,00 € / 1 kg)

BAUCK PORRIDGE

Unser Aktionspreis

3.49*
400 g
(8,73 € / 1 kg)



Hot Hafer Wunder

Unser Aktionspreis

4.49*
400 g
(11,23 € / 1 kg)



Hot Hirse YogiFit

Unser Aktionspreis

4.49*
375 g
(11,97 € / 1 kg)



Hot Hafer Protein

- das Beste aus der Haferflocke
- proteinreich – mit mehr als 20% pflanzlichem Protein aus Hafer

Unser Aktionspreis

3.49*
400 g
(8,73 € / 1 kg)



Hot Hafer Golden Milk

- Hafer plus Superfoods der ayurvedischen Lehre
- indische Gewürzmischung aus Ingwer, Kurkuma, Dattel, Zimt und Kardamom

SOMMER BROT CHIPS

Was wäre ein gemütlicher Kinoabend ohne den passenden Snack? Beste Bio-Qualität, knusprig und schön würzig soll es sein. Da kommen unsere Brot Chips genau richtig! Mit delikatem Knoblauch, aromatischen Kräutern, oder pikanter Paprika, gebacken statt frittiert und extra dünn für ein knuspriges Geschmackserlebnis.

Knoblauch
& Kräuter

Salz & Pfeffer

Unser Aktionspreis
1.69*
je 100 g

100 g (16,90 € / 1 kg)



Paprika

BARNHOUSE KRUNCHY CHRISTMAS

Barnhouse Krunchy Christmas

Weihnachtlicher Knusper-Genuss mit feiner Zartbitterschokolade und bestem Fairtrade-zertifiziertem Kakao, Nüsse, Äpfel, Orangen und dazu die typischen Lebkuchen-Gewürze.



375 g (10,64 € / 1 kg)

Freue dich auf dein
Weihnachtskrunchy!

Unser Aktionspreis
3.99*
375 g

P. JENTSCHURA MORGENSTUND'

Nur das Beste aus der Natur

MorgenStund' ist das perfekte, vollwertige Frühstückserlebnis für die ganze Familie. Der basische Brei liefert Ihnen wertvolle Nährstoffe und Vitamine, punktet durch hochwertiges, pflanzliches Eiweiß aus Buchweizen und hält mit komplexen Kohlenhydraten trotz weniger Kalorien lange satt. Kurzum – die ideale Basis für körperliche und geistige Leistungsfähigkeit.



Packungen à
500g, 1000g + 2000g

DR. NIEDERMAIER REGULATPRO® COMPLETE

Regulatpro® Complete enthält über 100 ausgewählte Zutaten mit Regulatessenz®, Kräuter- und Superfoods.

Natürliche Vorsorge
für Jung und Alt

350 ml (114,26 € / 1 L)



Complete your Life

- Auffüllen der Mikronährstoffspeicher
- Rundum Versorgung und Prävention Erhöhung der Resilienz/Ausgeglichenheit**
- Wohlbefinden

Unser Aktionspreis
39.99*
350 ml



**Magnesium, Vitamin B1, B3, B6, B12, Biotin, Folsäure und Vitamin C tragen zu einer normalen psychischen Funktion bei.



Unser Aktionspreis
26.99*
60 Tabletten

Unser Aktionspreis
16.99*
330 ml

Lieber pflanzlich,
statt synthetisch

100% pflanzliches Eisen

Die hochwertigen GSE-Produkte enthalten pflanzliches Bio-Eisen aus dem Curryblatt, statt synthetischem Eisengluconat. Eisen Vital und Eisen & Vitamin C sind beide eine sehr gut verträgliche Nahrungsergänzung für den täglichen Bedarf.

ganz natürlich bio

Eisen & Vitamin C Complex (Bio) und Eisen Vital Complex (Bio):
Eisen trägt zur normalen Bildung von roten Blutzellen und Hämoglobin bei¹. Eisen trägt zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper bei². Eisen trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei³

GSE
organic supplements

Grass
& Co.

VITALPILZE MIT DER
EINZIGARTIGEN **3-in-1** KOMBINATION



HIER SCANNEN,
UM MEHR ZU
ERFAHREN.



M. REICH
BITTERPRODUKTE

15%
Rabatt*

AUF DAS GESAMTE
SORTIMENT

Winterzeit ist Bitterstoffzeit

Warum Bitterstoffe im Winter so wichtig sind

Bitterstoffe spielen besonders in der Winterzeit eine essentielle Rolle in unserer Ernährung. In den kälteren Monaten neigen wir dazu, schwerere, sättigende Speisen zu genießen, die oft viele Fette und Kohlenhydrate enthalten. Man denke nur an all die Eintöpfe oder auch den Besuch auf einem Weihnachtsmarkt, was mitunter eher eine fett- und alkohollastige Herausforderung für unsere Organe sein kann. Hier setzen Bitterstoffe an, fördern sie doch die Verdauung, indem sie die Produktion von Verdauungssäften anregen. Zugleich können sie unseren Organen wie Leber, Galle und Magen Gutes tun. Bitterstoffe helfen zudem, das Gleichgewicht zu halten, indem sie die Aufnahme von Nährstoffen unterstützen und ein Völlegefühl verhindern.



Besonders wertvolle Quellen für Bitterstoffe sind Enzian, Wermut, Tausendgüldenkraut oder auch Blattgemüse wie Radicchio, Endivien oder Löwenzahn. Diese Zutaten können einfach in Eintöpfe integriert werden und bringen nicht nur gesundheitliche Vorteile, sondern auch einen harmonischen, komplexen Geschmack. Bitterstoffe wirken zudem

anregend auf die Leber, die für die Entgiftung des Körpers verantwortlich ist, was in der Winterzeit von besonderer Bedeutung ist, wenn das Immunsystem gefordert wird.

Darüber hinaus tragen Bitterstoffe zur Stabilisierung des Blutzuckerspiegels bei, was wichtig ist, um den Heißhunger auf Süßes zu vermeiden, der in der kalten Jahreszeit häufiger auftritt. Bitterstoffe sind daher die ultimative Ergänzung für eine ausgewogene Ernährung in der Winterzeit.



ENTDECKE DIE KRAFT DER BITTERSTOFFE!
Diese natürlichen Pflanzenstoffe unterstützen die Verdauung, fördern ein angenehmes Sättigungsgefühl und steigern dein Wohlbefinden. Ideal für winterliche Eintöpfe!

Bitterstoffe, die
das Leben versüßen



KGV ROTER GINSENG

Das Geheimnis unseres Wohlbefindens liegt im harmonischen Dreiklang von Körper, Geist und Seele. In der traditionellen chinesischen Medizin wird die Ginsengwurzel seit Jahrhunderten wegen ihrer vielseitigen Eigenschaften geschätzt. Ihre wertvollen Ginsenoside unterstützen den Körper bei der Erhaltung seines natürlichen Gleichgewichts.

60 Tabletten¹ à 300 mg Wurzelpulver
Inhalt 18 g (1666,11 €/1 kg)



Leben in Balance

- Hochwertige Ginsengwurzel-Qualität
- Ausgewogenes Ginsenosid-Spektrum

Unser Aktionspreis
29.99*
je



Instant Tee²
Inhalt 50 g
(599,80 €/1 kg)

¹ Koreanischer Reiner Roter Ginseng Tabletten (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 Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.
² Nahrungsergänzungsmittel mit Ginsenosiden.

RAAB VITALFOOD BIO HAGEBUTTEN PULVER

- 100% Hagebuttenpulver aus kontrolliert biologischem Anbau
- hochwertige Sorte AP-4 Hagebutte aus Chile
- Verwendung der gesamten Frucht (Fruchtfleisch, Fruchtschale und Kerne)

Unser Aktionspreis
15.99*
150 g
(106,60 €/1 kg)



Unser Aktionspreis
21.99*
250 g
(87,96 €/1 kg)



Unser Aktionspreis
39.99*
500 g
(79,96 €/1 kg)



Das Beste aus Frucht und Kernen

LOGONA NATURKOSMETIK PFLEGE SHAMPOO BIO-BRENNNESSEL

- sanfte Reinigung und Pflege für jeden Haartyp in zertifizierter Bio-Qualität
- mit dem hauseigenen Bio-Brennnesselextrakt und milden Tensiden
- unser Tipp für gestärktes Haar von der Wurzel an: Kopfhaut Tonikum Bio-Brennnessel & Bio-Birke



Erleben Sie die Kraft der Bio-Brennnessel

Starkes & gepflegtes
Haar, sanft zur Kopfhaut

Unser Aktionspreis
11.99*
250 ml

250 ml (23,98 €/1 L)

ALSIROYAL

Mehr Mobilität im Alltag

GELENK-KNORPEL AKTIV



Unser Aktionspreis
23.99*
250 g

250 g (95,96 €/1 kg)

Aktivierend:
Stark für gesunde Knorpel mit Hagebutte und Glucosamin

CURCUMIN SPEZIAL GELENKE



Unser Aktionspreis
29.99*
45 Kapseln

Von innen:
Unterstützend mit Curcumin-Spezial-Extrakt

ARTHRITIS SCHMERZGEL 800



Unser Aktionspreis
29.99*
100 ml

100 ml (299,90 €/1 L)

Von außen:
Schnelle Schmerzlinderung Schmerzgel mit CBD

PRIMAVERA

Purer Duftgenuss



Unser Aktionspreis
5.49*
5 ml

5 ml (1098,00 €/1 L)

ORANGE BIO
Stimmungshebend, ausgleichend
• fruchtig, süßer Duft
• beliebt bei Kindern
• gemischt in Mandelöl für selbstgemachte Kosmetik als Körper- oder Gesichtöl, zur Massage



Unser Aktionspreis
6.99*
5 ml

5 ml (1398,00 €/1 L)

ZITRONE BIO
Erfrischend, klärend
• fruchtig, spritziger Duft
• schenkt Leichtigkeit
• gemischt in Mandelöl für selbstgemachte Kosmetik als Körper- oder Gesichtöl, zur Massage



Unser Aktionspreis
6.99*
5 ml

5 ml (1398,00 €/1 L)

BENZOE SIAM BIO
Einhüllend, beruhigend
• süßer Vanilleduft
• Seelentröster
• gemischt in Mandelöl für selbstgemachte Kosmetik als Körper- oder Gesichtöl, zur Massage

Tipp: Für ein Körperöl Kuschelzauber je 5 Tropfen Benzoe Siam bio und Orange bio in 50 ml Mandelöl bio mischen.

L'ERBOLARIO
PISTACCHIO

10%
Rabatt*

AUF DAS GESAMTE
SORTIMENT

Pistacchio

aus sizilianischen Bio-Pistazien

DER DUFT SIZILIENS

Hauptbestandteil dieser Linie sind Pistazien. Das fantastische Aroma der grünen Fruchtkerne verleiht den Kosmetikprodukten dieser Linie ihren unverwechselbaren Duft: sanft-cremig, sonnig, einhüllend, fruchtig-süß mit einem Hauch Salz. **Ein Fest für alle Sinne!** Die Erinnerung an die Landschaften Siziliens, herrliche Leckereien, italienische Lebensfreude und ganz viel Sonne! **All das ist Pistacchio!**

FRISCH VON DEN HÄNGEN DES ÄTNAS IN UNSER LABOR

„Frastuca“... das grüne Gold, sind Pistazien aus Bronte, die an den Hängen des majestätischen Ätna in Sizilien wachsen. Dort sorgen die einzigartigen Eigenschaften des Lavabodens in Verbindung mit dem besonderen Mikroklima des Gebiets für die unverwechselbare Geschmacksintensität und die außerordentliche Qualität der Früchte. Die gesamte **Kultivierung und Ernte erfolgt dort ausschließlich von Hand**. Geerntet werden die Bäume nur alle 2 Jahre um eine höhere Qualität zu erzielen.

Als kosmetischer Wirkstoff sind Pistazien besonders reich an:

- nährenden, ungesättigten Fettsäuren
- festigenden Proteinen
- feuchtigkeitsspendenden Zuckern
- anti-oxidativen Mineralstoffen und Vitaminen



Natürliche Entspannung und Atmosphäre

- handgeschlagenes Kristallsalz aus dem Himalaya**
- natürliche Lichtfarbe
- verbessert die Luftqualität durch natürliche Ionenfreisetzung
- jedes Stück ein Unikat – stilvoll und einzigartig
- besonders geeignet für Räume mit elektronischen Geräten zur Harmonisierung des Raumklimas

NATURGUT
KRISTALLSALZ-LAMPEN

Unser Aktionspreis
22.99*

Unser Aktionspreis
4.99*

Unser Aktionspreis
15.99*

Unser Aktionspreis
je **27.99***

10%
Rabatt*

BERK
RÄUCHERSTÄBCHEN

AUF UNSERE
RÄUCHERSTÄBCHEN



10g pro Packung
(etwa 10 Stäbchen)

Der Weg nach Innen

Unsere Räucherstäbchen werden aus naturreinen Hölzern, Harzen und Kräutern von Hand auf ein Bambusstäbchen aufgebracht. Zur Reinigung und Energetisierung der Atmosphäre. Ein wahres Dufterlebnis!

Trendige, kuschelige Schafwoll-Socken

- schöne Muster in verschiedenen Farben
- hoher Tragekomfort, gut wärmend
- 75% Schurwollanteil

Unser Aktionspreis
9.99*
je Paar

Wie
selbstgestrickt!



DR. GRANDEL
SMART NATURE



Nach COSMOS
zertifiziert mit
veganen Rezepturen



Zertifizierte **Naturkosmetik** mit der natürlichen **Kraft des Hafers**

- Cleansing Gel – reinigt und entfernt Make-up
- Eye cream – mindert Augenfältchen
- Cream – glättende, Fältchen reduzierende 24-h-Pflegecreme
- Day Serum – glättendes Wirkstoffserum mit einer leichten Textur
- Night Serum – glättendes Öl-Serum für die Nacht

10%
Rabatt*

AUF DIE SMART
NATURE SERIE



* Die Angebote gelten vom 01.12. bis zum 31.12.2024



Liwell
natürlich gesund leben
Reformhaus



Hier finden Sie Ihr Liwell Reformhaus:

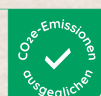
Aschaffenburg, City Galerie, Tel. 06021/200901
Aschaffenburg, Sandgasse 54, Tel. 06021/27027
Bad Hersfeld, Klausstraße 32, Tel. 06621/15401
Bad Homburg, Louisenstraße 89, Tel. 06172/928603
Bad Homburg, Louisenstraße 39, Tel. 06172/928643
Bad Kreuznach, Kreuzstraße 59, Tel. 0671/32102
Bad Nauheim, Karlstraße 11, Tel. 06032/921056
Bad Soden, Königsteiner Str. 39, Tel. 06196/29520
Bad Vilbel, Frankfurter Straße 26-28, Tel. 06101/88480
Büdingen, Bahnhofstraße 21, Tel. 06042/953262
Darmstadt, Darmstadt Carré, Tel. 06151/21215
Erfurt, Neuwerkstraße 8, Tel. 0361/5621628
Erfurt, Nordhäuser Str. 73 t, Tel. 0361/7462079
Erfurt, Schlösserstraße 34, Tel. 0361/6464783
Frankfurt, Berger Straße 59, Tel. 069/490397
Frankfurt, Hessen Center, Tel. 06109/508461
Frankfurt, Fressgasse, Tel. 069/13389220
Frankfurt, Dornbusch, Tel. 069/29721952
Frankfurt, Leipziger Straße 30, Tel. 069/70791686
Frankfurt, Oederweg 52-54, Tel. 069/95524918

Frankfurt, Schillerstraße 30-40, Tel. 069/20121
Frankfurt, Textorstraße 10, Tel. 069/629145
Friedberg, Kaiserstraße 94, Tel. 06031/770125
Fulda, Vor dem Peterstor 2, Tel. 0661/73536
Giessen, Kreuzplatz 3, Tel. 0641/9727610
Hanau, Nürnberger Str. 37, Tel. 06181/21775
Kelkheim, Frankenallee 10, Tel. 06195/8611
Königstein, Frankfurter Str. 6, Tel. 06174/7316
Lauterbach, Marktplatz 15, Tel. 06641/2573
Marburg, Liebigstraße 28, Tel. 06421/92031
Neu-Isenburg, Isenburg Zentrum, Tel. 06102/377552
Oberursel, Holzweg 14, Tel. 06171/4311 oder 59695
Offenbach, Frankfurter Straße 67, Tel. 069/884245
Rüsselsheim, Bahnhofstraße 38, Tel. 06142/13343
Sulzbach, Main-Taunus-Zentrum, Tel. 069/313883
Weinheim, Luisenstr. 3, Tel. 06201/61241
Wiesbaden, Neugasse 3, Tel. 0611/372323
Wiesbaden, Moritzstraße 18, Tel. 0611/377687
Wiesbaden-Bierstadt, Limesstr. 29, Tel. 0611/5000960

IMPRESSUM

Herausgeber:
Reformhaus Herrmann GmbH & Co. KG
Dornbachstraße 30
61440 Oberursel
Tel. 06171/88300
www.reformhaus-herrmann.de

Layout/Gestaltung: STADTLANDFLUSS, Frankfurt
Druck: Druck- und Verlagshaus Zarbock GmbH & Co. KG



Für die Texte und Aussagen zu den Produkten
sind ausschließlich die Hersteller verantwortlich.

