

Unser Kundenmagazin für Gesundheit und Wohlbefinden

Vitamin News

Q1/2026

Immunsystem für Kinder

Stark durch den Alltag

Detox & Balance

Sanft entgiften, neu starten

Darmgesundheit

Der Schlüssel zu Wohlbefinden

Abnehmen ohne Stress

Schritt für Schritt zum Wohlfühlgewicht

Immun SOS

Wenn die Erkältung zuschlägt

*Gratis
Kollagen-Stick zum
Testen im Heft*

APOTHEKE
BÜRMOOS

Immunsystem & innere Ruhe für Kinder

Stark durch den Alltag

Vorwort

Liebe Kundinnen und Kunden,

endlich werden die Tage wieder länger und die ersten Sonnenstrahlen kitzeln auf der Haut. Bald ist der „Winter-Blues“ vergessen und wir freuen uns auf den Frühling.

Dies ist genau die richtige Zeit für Neues! Mit unserem druckfrischen Magazin möchten wir Sie in der Welt unserer hauseigenen Produkte willkommen heißen und Sie über neueste Trends informieren.

Mit jedem Sonnenstrahl drängt es uns förmlich in die Natur hinaus, Bewegung macht wieder Spaß und erste Frühlingsboten sorgen für neue Motivation.

Dies ist die perfekte Zeit, um den Körper frühlingsfit zu machen. Bei uns finden Sie nicht nur den passenden Entschlackungstee, den wir gerne auch ganz individuell für Sie mischen, sondern auch hochwertige Kollagen Produkte mit Verisol®. Diese unterstützen auf ganz natürliche Weise das Bindegewebe und fördern die Elastizität Ihrer Haut.

Ganz nebenbei freuen sich auch Ihre Gelenke, Sehnen und Bänder über die Versorgung mit hochwertigem Kollagen.

Mit diesem Heft erhalten Sie eine wertvolle Kostprobe unseres Kollagens. Entdecken Sie damit selbst, wie wohlschmeckend Gesundheit sein kann.

Die Aktionen zu den aktuellen Produkten finden Sie auf der letzten Seite des Magazins. So macht Gesundheit und Vorsorge noch mehr Spaß!

Wir wünschen Ihnen viel Freude und gute Unterhaltung beim Lesen, Schmökern und Rätseln!

Herzlichst,
Ihre Andrea Huber & Team

Übrigens, die Sommerausgabe unseres neuen Gesundheitsmagazins erscheint im April 2026!



Zwischen Schule, Hobbys, Lernen und Bildschirmzeit ist der Alltag von Kindern heute oft ganz schön fordernd. Damit Energie, Konzentration und Abwehrkräfte im Gleichgewicht bleiben, braucht es eine gute Basis: ausgewogene Ernährung, ausreichend Schlaf und viel Bewegung. Klare Tagesstrukturen mit festen Schlafenszeiten und regelmäßigen Mahlzeiten geben zusätzlich Sicherheit und fördern das Wohlbefinden.

Für die tägliche Unterstützung bietet sich ein **Multivitamin-Saft mit Cistus** an. Die enthaltenen Vitamine **A, C, D, B6, B12** sowie **Folsäure, Zink, Selen** und **Eisen** tragen zu einer **normalen Funktion des Immunsystems** bei. **Vitamin D** unterstützt die **Abwehrkräfte** – besonders wichtig in den Wintermonaten, wenn die Sonne Pause macht. Cistus wird in der traditionellen Pflanzekunde für seine wertvollen Polyphenole geschätzt.

Und wenn der Alltag einmal besonders aufregend ist, kann **Zitronenmelisse** helfen, Ruhe und innere Balance zu bewahren. **So bleiben Kinder stark, fröhlich – und bereit für alle Abenteuer des Tages.**

Apotheken-Tipp

Der Saft schmeckt leicht fruchtig und lässt sich einfach in die Trinkflasche geben – mit Wasser aufgefüllt ein idealer Begleiter für Schule oder Kindergarten.

Oder wie wäre es mit bunten JellyBeans mit Vitaminen? Sie sind ein süßer Snack mit dem gesunden Plus für die Jausenbox – kindgerecht, lecker und praktisch.

Tipp

Der Jahresbeginn ist der perfekte Moment, um Körper und Geist etwas Gutes zu tun. Nach den genussreichen Feiertagen fühlt man sich oft etwas schwer, müde oder unkonzentriert. Unser Körper hat in dieser Zeit viel gearbeitet – insbesondere Leber, Nieren und Verdauungssystem leisten täglich Großes, um Stoffwechselprodukte zu verarbeiten und auszuscheiden. Doch manchmal ist die Belastung einfach zu hoch. Stress, zu wenig Bewegung, zu wenig Schlaf oder säurebildende Ernährung können dazu führen, dass das innere Gleichgewicht ins Wanken gerät. Ein sanfter Detox-Start hilft, das natürliche Gleichgewicht wiederzufinden – ohne radikale Kuren, sondern mit kleinen, wirkungsvollen Schritten und der Kraft ausgewählter Pflanzenstoffe.

Säure-Basen-Haushalt in Balance bringen

Ein ausgewogener Säure-Basen-Haushalt ist entscheidend für unser Wohlbefinden. Durch Stress, zu viel Kaffee, Zucker, Fleisch oder Fertigprodukte kann der Körper jedoch ins Ungleichgewicht geraten. Diese sogenannte „Übersäuerung“ zeigt sich oft in unspezifischen Symptomen wie:

- anhaltender Müdigkeit
- Muskelverspannungen
- Hautunreinheiten
- brüchigen Nägeln
- Verdauungsbeschwerden

Ein hochwertiges Basenpulver (Ideal mit Zink für eine normale Säure-Basen-Balance) kann helfen, den Säureüberschuss auszugleichen und das natürliche Gleichgewicht wiederherzustellen. Gleichzeitig unterstützt eine basenreiche Ernährung – mit frischem Gemüse, Kräutern, Obst und ausreichend Wasser – diesen Prozess auf natürliche Weise.

Brennnessel & Chlorella – Reinigung und Vitalität

Die Brennnessel ist ein echter Klassiker für natürliche Entlastung. Ihre Inhaltsstoffe unterstützen die Nierenfunktion und fördern die Ausscheidung über die Harnwege. So trägt sie zur sanften Entlastung des Körpers bei und wirkt dabei vitalisierend. Die Mikroalge Chlorella ergänzt diese Wirkung ideal. Sie ist reich an pflanzlichem Eiweiß, wertvollen Mineralstoffen, Spurenelementen und Chlorophyll.



Detox &

Sanft entgiften, neu starten

Balance



Die sanften Helfer der Natur

Artischocke, Mariendistel und Löwenzahn sind die Klassiker, wenn es um die Unterstützung der Leber geht – unserem wichtigsten Entgiftungsorgan. Die Mariendistel mit ihrem Wirkstoff Silymarin schützt und regeneriert Leberzellen. Die Artischocke fördert den Fettstoffwechsel und hilft, Völlegefühl nach üppigen Mahlzeiten zu vermeiden. Löwenzahn regt durch seine Bitterstoffe Verdauung und Gallenfluss an – er gilt als natürlicher Antrieb für einen gesunden Stoffwechsel.

Vitamine & Pflanzenkraft für den Zellschutz

Besonders Johannisbeeren-Extrakt und Vitamin C aus der Hagebutte sind wertvolle Antioxidantien. Sie schützen die Zellen vor oxidativem Stress, unterstützen das Immunsystem und fördern die Kollagenbildung – ein Plus für Haut, Gefäße und Bindegewebe. In Kombination mit einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend Bewegung bilden sie das Fundament für spürbar mehr Energie und Ausstrahlung.

Detox als Lebensgefühl

Detox ist längst mehr als ein Trend. Es steht für einen bewussten Lebensstil – für Entlastung, Balance und das gute Gefühl, wieder bei sich selbst anzukommen. Es geht nicht darum, auf alles zu verzichten, sondern gezielt zu unterstützen: durch Bewegung, frische Luft, Schlaf, Wasser und die Kraft natürlicher Pflanzenstoffe. Schon wenige Tage reichen oft aus, um den Unterschied zu spüren: mehr Energie, klarere Haut, bessere Verdauung und ein leichteres Körpergefühl.

Mit natürlichen Helfern wie Artischocke, Mariendistel, Löwenzahn, Brennnessel, Chlorella, Basenpulver, Johannisbeeren-Extrakt und Vitamin C aus der Hagebutte geben Sie Ihrem Körper, was er braucht: Sanfte Unterstützung.

Lassen Sie sich von uns beraten, wie Sie Ihre Detox-Phase optimal unterstützen können.



*Unterstützt Stoffwechsel
& Verdauung*

*Zur Unterstützung
von Leber und Galle*

Wenn der Bauch grummelt, die Verdauung träge ist oder die Energie fehlt, steckt oft mehr dahinter als eine einfache Magenverstimmung. Der Darm ist weit mehr als ein Verdauungsorgan – er ist ein komplexes Ökosystem, das unser Wohlbefinden, unsere Abwehrkräfte und sogar unsere Stimmung beeinflusst. Etwa 70 % unseres Immunsystems sitzen im Darm. Ein ausgeglichenes Darmmilieu ist daher die Basis für Vitalität, starke Abwehr und ein gutes Bauchgefühl.

Darmgesundheit

Der Schlüssel zu Wohlbefinden & Immunsystem



1,

Ab 3
Jahren



2,

1, 2 in 1 Versorgung – mit probiotischen
Stämmen und Vitamin D3
2, Fruchtlige Nährstoffe
für einen gesunden Darm

Das Mikrobiom – Millionen kleine Helfer im Gleichgewicht

Im Darm leben Milliarden nützlicher Mikroorganismen – zusammen bilden sie das sogenannte Mikrobiom. Diese Bakteriengemeinschaft hilft, Nährstoffe aufzunehmen, Vitamine zu bilden und schädliche Erreger abzuwehren. Doch Stress, unregelmäßige Ernährung, Reisen, Medikamente oder Infekte können dieses sensible Gleichgewicht leicht stören. Dann kann es sinnvoll sein, den Darm gezielt mit probiotischen Bakterienstämmen zu unterstützen – abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse. Denn nicht jedes Mikrobiom ist gleich: Alter, Lebensstil und Ernährung beeinflussen, welche Bakterienstämme besonders hilfreich sind.

Probiotika – Vielfalt für alle Lebensphasen

Moderne Probiotika gibt es heute in unterschiedlichen Formen – ideal angepasst an den Alltag und die jeweiligen Anforderungen:

- Pulver zum Auflösen in Wasser mit 15 ausgewählten Bakterienstämmen – ideal zur täglichen Pflege der Darmflora
- Kapseln mit 13 Bakterienstämmen – praktisch für unterwegs, magensaftresistent und perfekt dosiert.
- Tropfen und Gummies für Kids&Family – mild im Geschmack, kindgerecht dosiert und sanft zur empfindlichen Verdauung.

Eine regelmäßige Einnahme hochwertiger Probiotika kann helfen, das Gleichgewicht der Darmflora zu stabilisieren, Blähungen und Völlegefühl zu lindern und die körpereigene Abwehr zu unterstützen.

Nährstoffe für Energie & Schutz

Für einen gesunden Darm spielt auch die richtige Nährstoffversorgung eine wichtige Rolle. L-Glutamin ist eine körpereigene Aminosäure, die in vielen Zellen vorkommt und insbesondere im Energiestoffwechsel und bei der Zellregeneration eine Rolle spielt.

Eine gute Versorgung unterstützt den Körper dabei, die Verdauungsfunktion auf natürliche Weise zu erhalten. Vitamin B2 (Riboflavin) trägt zum Erhalt gesunder Schleimhäute bei, während Vitamin B6 den Energiestoffwechsel unterstützt – besonders wichtig in Phasen erhöhter Belastung oder Erschöpfung.

Gemeinsam bilden diese Nährstoffe eine wertvolle Grundlage für Vitalität und innere Balance.

Natürliche Begleiter für eine gesunde Verdauung

Auch die Pflanzenwelt bietet zahlreiche sanfte Helfer, die den Verdauungstrakt unterstützen und das Wohlbefinden fördern:

- Flohsamen und Leinsamen – liefern lösliche Ballaststoffe, regen die Darmtätigkeit an und fördern eine natürliche Stuhlregulierung.
- Anis, Fenchel und Pfefferminze – wirken wohltuend bei Blähungen und unterstützen die entspannte Verdauung.
- Kamille und Eibisch – beruhigen empfindliche Schleimhäute und können Reizungen im Magen-Darm-Trakt mildern.
- Aloe Vera – trägt zur Regeneration der Darmschleimhaut bei und unterstützt eine gesunde Verdauungsfunktion.

Diese Pflanzenstoffe können die Wirkung von Probiotika wunderbar ergänzen – für eine ganzheitliche Balance von Innen.

Darmgesundheit als Lebensgefühl

Ein gesunder Darm wirkt sich auf das gesamte Wohlbefinden aus – von der Verdauung über das Immunsystem bis hin zur mentalen Ausgeglichenheit. Wer zusätzlich auf individuell abgestimmte Probiotika und natürliche Pflanzenstoffe setzt, unterstützt den Körper ganzheitlich.

Denn: Ein gesunder Darm bedeutet ein gesunder Mensch – innen wie außen.

Gesundes Abnehmen
braucht keinen Verzicht,
sondern Balance.

Schritt für Schritt zum Wohlfühlgewicht

Abnehmen ohne Stress

Es klingt so einfach: „Ich will ein paar Kilos loswerden.“ Aber kaum fängt man an, mischt sich der Appetit auf Schokolade ein, der innere Schweinehund meldet sich – und der Plan schmilzt dahin wie Eis im Sommer. Doch keine Sorge: Abnehmen kann auch freundlich funktionieren. Ganz ohne Diätstress, mit realistischen Zielen und einer Portion Humor.

Kleine Umstellungen – große Wirkung

Der Körper liebt Routine, aber er kann sich wunderbar anpassen. Wer kleine Dinge verändert, erreicht langfristig oft mehr als mit radikalen Diäten.

- Frühstück mit mehr Eiweiß statt Marmeladebrötchen.
- Mehr Wasser statt Saft.
- Abendspaziergang statt Sofa.

Und das Beste: Schon nach wenigen Tagen spürt man die Veränderung – nicht nur auf der Waage, sondern im Kopf. Leichter essen = leichter fühlen.

Bewegung – der Turbo fürs Wohlfühlgewicht

Keine Sorge: Niemand muss Marathon laufen. Wichtiger ist, dranzubleiben – und Bewegung zu finden, die Spaß macht. Tanzen, Walken, Yoga, Gartenarbeit – alles zählt! Regelmäßige Aktivität kurbelt den Stoffwechsel an, stärkt die Muskeln und bringt gute Laune. Muskelmasse erhöht den Grundumsatz – das heißt, man verbrennt auch in Ruhe mehr Kalorien. Klingt gut? Ist es auch.

Fact: Beim Lachen verbrennt man tatsächlich Kalorien – also darf Abnehmen ruhig Spaß machen!

Natürlich unterstützen – sanft und clever

Bestimmte Mikronährstoffe und Pflanzenstoffe können helfen, den Stoffwechsel im Gleichgewicht zu halten:

- Chrom trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei – das kann helfen, Heißhungerattacken zu vermeiden.
- Zink unterstützt den normalen Stoffwechsel von Kohlenhydraten, Fettsäuren und Eiweiß.
- B-Vitamine (besonders B6 und B12) tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei – ideal, wenn man sich oft müde fühlt.
- L-Carnitin transportiert Fettsäuren in die „Kraftwerke der Zellen“ – eine wichtige Rolle beim Energiestoffwechsel.
- Grüner Tee & Bitterstoffe regen den Stoffwechsel an und helfen, die Verdauung in Schwung zu bringen.

Fact: Bitterstoffe trainieren die Geschmacksknospen. Wer regelmäßig Bitteres isst, hat automatisch weniger Lust auf Süßes!



Tipp gegen Heißhungerfallen

Heißhunger auf Süßes? Willkommen im Club. Hier hilft oft schon ein Trick: Geschmack umleiten. Die Pflanze *Gymnema sylvestre* ist bekannt dafür, dass ihre Inhaltsstoffe den Süßgeschmack auf der Zunge kurzzeitig dämpfen können. Als Zuckerstop-Spray eingesetzt, kann sie so helfen, den spontanen Griff zur Schokolade zu bremsen – und den Moment der Versuchung einfach zu überstehen.

Abnehmen beginnt im Kopf

Es geht nicht darum, perfekt zu sein. Sondern darum, dran zu bleiben, sich gut zu fühlen – und das eigene Tempo zu finden. Wer jeden Tag kleine Dinge richtig macht, kommt ans Ziel. Und wenn es mal nicht klappt? Dann einfach lächeln, durchatmen und weitermachen. Denn das Wichtigste ist nicht das Gewicht auf der Waage, sondern das gute Gefühl, etwas für sich selbst zu tun.

„Der Weg zum Wohlfühlgewicht beginnt mit einem Schritt – und manchmal ist es der Schritt vom Sofa nach draußen.“

Protokoll eines ganz normalen Tages ...

Mein innerer Schweinehund und ich – eine toxische Beziehung

Ich: Heute ist der Tag. Ich mache Sport.

Schweinehund: Großartig! Ich hab schon mal die Jogginghose rausgelegt. Zum gemütlichen Liegen.

Ich: Nein, ich ziehe sie zum Training an.

Schweinehund: Training? Du meinst... schwitzen? Freiwillig? Du bist ja völlig außer Kontrolle!

Ich: Bewegung ist gesund.

Schweinehund: Ja, ja. Der Weg zum Kühlschrank zählt doch auch, oder? Ich hab das mal gegoogelt – ist fast Cardio.

Ich: Und heute gibt's keine Schokolade.

Schweinehund: Natürlich nicht. Nur ein kleines Stück. Für den Kreislauf. Und weil sie sonst schmilzt. Wäre ja Verschwendung!

Ich: Ich brauche Disziplin. Fokus. Durchhaltevermögen!

Schweinehund: Klingt anstrengend. Ich schlage vor: Wir meditieren über Motivation – mit einem Keks in der Hand.

Ich: Schluss jetzt. Ich geh laufen.

Schweinehund: Dann lauf du – ich bleib hier und halte die Couch warm. Man weiß ja nie, wann du reumütig zurückkommst.

Moral von der Geschichte: Der innere Schweinehund ist charmant, witzig – und unfassbar überzeugend. Aber er hat eine Schwäche: Konsequenz.

Also einfach loslegen, bevor er merkt, was passiert.



Immun SOS

*Wenn die Erkältung zuschlägt – was
unser Immunsystem jetzt braucht*

Sobald die Nase läuft und der Hals kratzt, ist sie wieder da: die berühmte **heiße Zitrone**.

Und ja – sie hat ihren guten Ruf verdient. Aber nicht, weil sie ein Wundermittel ist, sondern weil sie unserem Körper genau das schenkt, was er jetzt braucht: **Wärme, Flüssigkeit – und Vitamin C**. Wenn die Erkältung zuschlägt, ist auch unser **Immunsystem im Dauereinsatz**. Es kämpft, um Krankheitserreger abzuwehren – und verbraucht dabei jede Menge Energie und Nährstoffe.

Kein Wunder also, dass man sich müde, schlapp und irgendwie „neben der Spur“ fühlt. Jetzt helfen **Ruhe, Schlaf und eine Extra-Portion Unterstützung**:

Vitamin C und Zink tragen beide zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei und helfen, die Abwehrkräfte wieder in Schwung zu bringen.

Eine **Heiße Zitrone mit Vitamin C und Zink** liefert genau das – wohltuend warm, angenehm frisch und perfekt für die kalte Jahreszeit.

Die enthaltene **Dextrose** gibt dem Körper zudem **schnell verfügbare Energie**, wenn die Kräfte schwinden. So fühlt man sich Schritt für Schritt wieder besser – von innen gestärkt, warm umhüllt und bald wieder fit für den Alltag.



Für straffe & strahlende Haut

Schönheit zum Trinken

Schönheit kommt bekanntlich von innen – und das darf man heute wörtlich nehmen. Ein **Beauty Drink mit Kollagenpeptiden wie VERISOL®** unterstützt die Haut von innen heraus mit genau den Bausteinen, die sie braucht.

Kollagen ist ein natürlicher Bestandteil unseres Bindegewebes. Mit zunehmendem Alter nimmt die körpereigene Produktion ab – die Haut verliert an Spannkraft, erste Fältchen entstehen. Die speziell aufbereitete Form **VERISOL®** enthält bioaktive Kollagenpeptide, die der Körper besonders gut aufnehmen kann.

Regelmäßig eingenommen, unterstützt der Drink die **natürliche Hautelastizität**, fördert ein strafferes Hautbild und kann – laut Studien – das Erscheinungsbild von **Cellulite sichtbar verbessern**.

Ein Plus: Die Kombination mit **Vitamin C, Zink und Biotin** trägt zur normalen Kollagenbildung bei und hilft zusammen mit **Hyaluronsäure** die Haut mit Feuchtigkeit und Geschmeidigkeit zu versorgen..

Ein erfrischendes Ritual für alle, die ihre Schönheit von innen pflegen möchten – einfach, lecker und wissenschaftlich fundiert.

Tipp

Nicht mit kochendem Wasser zubereiten – lauwarm bleiben die Vitamine besser erhalten



Wenn die Tage kürzer werden und die Sonne sich seltener zeigt, fühlt sich der Körper oft antriebslos, müde und ausgelaugt. Das ist kein Zufall: In der dunklen Jahreszeit läuft unser Stoffwechsel auf Sparflamme, während Stress, Bewegungsmangel und unausgewogene Ernährung zusätzlich Energie rauben. Doch mit gezielten Mikronährstoffen lässt sich der Energiespeicher sanft wieder auffüllen – für mehr Kraft, Konzentration und Lebensfreude im Alltag.

Mehr Energie, mehr Lebensfreude

Coenzym Q10, Spermidin & Resveratrol

Zellenergie auf natürliche Weise

Auf zellulärer Ebene geht es um effiziente Energieproduktion und Schutz vor oxidativem Stress. Hier kommen Coenzym Q10, Spermidin und Resveratrol ins Spiel:

- Coenzym Q10 ist eine körpereigene Substanz, die in den Mitochondrien – den „Kraftwerken der Zellen“ – vorkommt und dort an Prozessen der Energiegewinnung beteiligt ist.
- Spermidin, ein natürlicher Stoff aus Sojabohnen, steht im Zusammenhang mit zellulären Regenerationsmechanismen und der sogenannten Autophagie – der „inneren Zellreinigung“.
- Resveratrol, bekannt aus der Haut der Weintraube, ist ein sekundärer Pflanzenstoff mit antioxidativen Eigenschaften.

Pyrolochinolinchinon (PQQ)

Energie aus der Forschung

PQQ ist ein natürlich vorkommender Mikronährstoff, der in Pflanzen, Obst und grünem Tee zu finden ist. Er spielt eine Rolle im Zellstoffwechsel und wird aktuell in der Wissenschaft im Zusammenhang mit Energieproduktion und antioxidativen Prozessen untersucht. In Kombination mit B-Vitaminen, Magnesium und Q10 ergibt sich ein ganzheitlicher Ansatz, um die Zellen optimal mit Energie zu versorgen – besonders in der dunklen Jahreszeit.



Mit den richtigen
Mikronährstoffen tanken
Sie Vitalität für den
Frühling – schon im Winter.

B-Vitamine

Das Powerteam für Nerven, Energie & Stoffwechsel

Die acht B-Vitamine sind echte Multitalente, wenn es um Leistungsfähigkeit geht:

- Vitamin B1 (Thiamin) trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel und einer normalen Herzfunktion bei.
- Vitamin B2 (Riboflavin) unterstützt den Energiestoffwechsel und hilft, Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.
- Vitamin B3 (Niacin) trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zur Verringerung von Müdigkeit bei.
- Vitamin B5 (Pantothensäure) unterstützt die geistige Leistungsfähigkeit.
- Vitamin B6 trägt zur normalen Bildung roter Blutkörperchen und zur Regulierung hormoneller Aktivitäten bei.
- Biotin (Vitamin B7) unterstützt den Stoffwechsel von Makronährstoffen sowie den Erhalt von Haut und Haaren.
- Folsäure (Vitamin B9) spielt eine wichtige Rolle bei der Zellteilung.
- Vitamin B12 trägt zur normalen Funktion des Nervensystems und zur Verringerung von Erschöpfung bei.

Gemeinsam fördern sie die Energieproduktion in den Zellen und sind unverzichtbar für Nerven, Konzentration und Ausdauer – besonders in den Wintermonaten.

Magnesium, Eisen & Vitamin C



Für Kraft und Konzentration

Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion, zur Verringerung von Müdigkeit und zu einem gesunden Energiestoffwechsel bei. Da Magnesium an über 300 enzymatischen Prozessen beteiligt ist, spielt es eine Schlüsselrolle für Leistungsfähigkeit und Stressresistenz. Besonders gut bioverfügbar sind Magnesiumverbindungen aus mehreren organischen und anorganischen Salzen – sogenannte 7-Salze-Magnesium-Komplexe. Diese Kombination sorgt für eine gleichmäßige Aufnahme und eine langfristige Versorgung des Körpers mit Magnesium.

Eisen ist wichtig für die Bildung roter Blutkörperchen und den Sauerstofftransport im Blut – ein unverzichtbarer Nährstoff für Energie und Konzentration. Gemeinsam mit Vitamin C, das die Eisenaufnahme verbessert, bildet es eine starke Grundlage gegen Erschöpfung und Wintermüdigkeit.

Vital durch den Winter – mit Mikronährstoffen aus der Apotheke

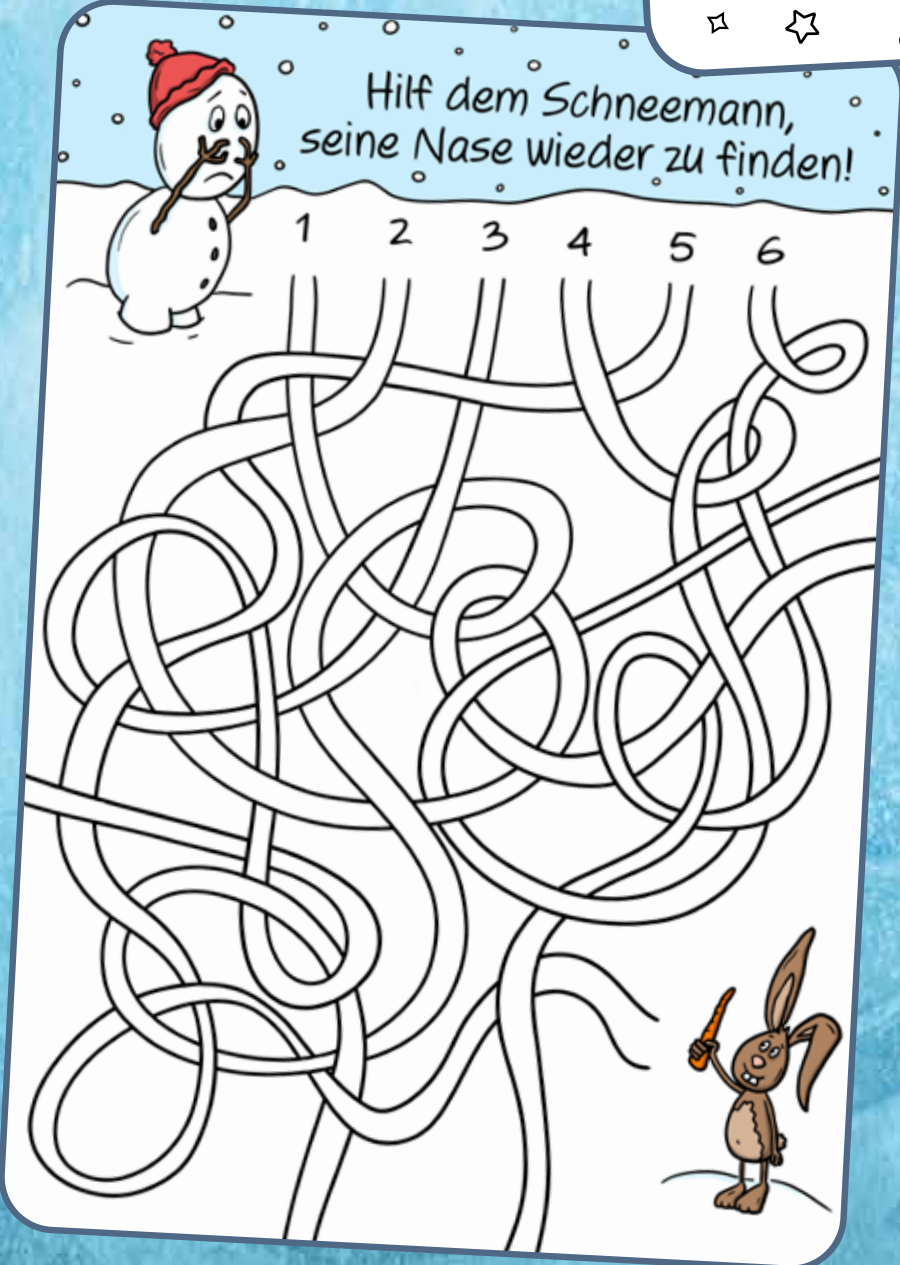
Schon wenige Wochen gezielte Mikronährstoffunterstützung können helfen, den Winterblues zu überwinden und fit in den Frühling zu starten. Für mehr Energie, klare Gedanken und neue Lebensfreude – natürlich unterstützt mit hochwertigen Mikronährstoffen.

Rätselspaß für Groß & Klein

Verwicklung, Schwierigkeit	alter Schlager (engl.)	Monatsname	als Gespenst umgehen	Fluss durch München	Kinder-tages-stätte (Kzw.)	Fleck; Zeichen	Koch-gefäß	Wüsten-insel	Schiffs-zubehör	Wert-papier	blühende Pflanze	Nerven-zentrum
mäßig warm			Getreide-speicher				vordring-lich		glocken-förmiges Trink-gefäß	Anstren-gung		Hülsen-frucht
Recht-schreib-übung		4			geküns-telte Haltung, Gebärde				ständig, stets		3	
dünn, zart	ein Marder		nach oben (ugs.)			6	aus-bessern, instand setzen					
			Zeitge-schmack					Entwick-lungs-ab-schnitt	erhöhen, aus-zeichnen			Auslese der Besten
U-Bahn (bes. in Paris, Moskau)	modi-scher Schick		scharfes Wurzel-gemüse					kostbar; mensch-lich vor-nehm				
								Blatt-gemüse	oberster Teil des Getreide-halms		Spion, Spitzel	
Gesangs-stück												
ein Balte												
Mutter Jesu	Gesichts-färbung		vermuten					Platz-mangel, Raumnot		5		
	2							starker innerer Antrieb			Grazie	Violine
zusätz-lich außer-dem												
eine gerade Zahl								Wasser-vogel				
langes, wallen-des Haar	lang-schwän-ziger Papagei	Kopf-be-deckung	nicht heiter; seriös	die Heimat ver-lassen		kleines Lasttier	entscheidend beein-flussen	Laub-baum	Kehr-besen; Kamin-kehrer	Offiziers-rang	Nuss-oder Mandel-konfekt	
				Gedan-kengang								
stehen bleiben (Fahr-zeug)	Aner-kennung	Biologie: Tier-unterart					poetisch: Leid, Schmerz	unecht wirken-des Ver-halten			8	
				wieso, warum		9			Abstell-raum für Fahr-zeuge		Verliere-rin im Wett-kampf	
Preis-nachlass	hawaila-nischer Gruß	Garten-blume	Ritze, Riss				Schiffs-steuer-anlage	Bücher-bord				
				jedoch, hingegen		persönl. Fürwort (zweite Person)		Miss-gunst	Teil-zahlung			
Ziel-objekt (Schie-ßen)	zu keiner Zeit	böse, schlimm	bibli-scher Stamm-vater			ein Europäer					aus-führen, verrich-ten	
						In-sekten-larve			Brust-stück an Hose, Kleid			
an dieser Stelle, an die-sem Ort			der Blaue Planet				unbe-stimmter Artikel			günstig, vorteil-haft		
boshaft necken		10				Himmels-richtung		Blut-gefäß				7



Verbinde die Punkte und male das Bild aus

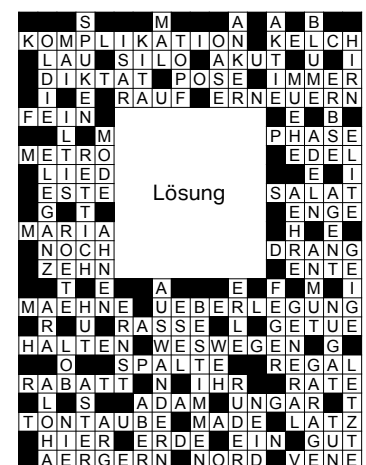


€ 2,- Rabatt

Gültig bis 31.3.2026



Keine Barablöse möglich | Änderungen und Druckfehler vorbehalten.



Einfach Coupon ausschneiden

und in Ihrer Apotheke einlösen

Apotheke Bürmoos KG

Ignaz-Glaser-Straße 48

A-5111 Bürmoos

Telefon 06274-7333

office@apobuermoos.at