

Unser Kundenmagazin für Gesundheit und Wohlbefinden

VITAMIN

NEWS



A+ **TÄUERN**
APOTHEKE

Raus aus dem Wintermodus
Zeit, die Stresskilos loszuwerden

**Allergie-
beschwerden lindern**
Natürliche Helfer

Fit & Fun
So unterstützen Sie Ihre Gelenksgesundheit

Kollagen —
Beauty-Geheimtipp für einen strahlenden Lifestyle

Coenzym Q10
Mehr Energie im Leben



KOLLAGEN

Beauty-Geheimtipp

Dein strahlender Lifestyle — Dein strahlendes Wohlbefinden

In der heutigen Welt, in der sich alles um Self-Care und das Streben nach Wohlbefinden dreht, spielt Kollagen eine zentrale Rolle in der Pflege von Körper und Geist. Es ist mehr als nur ein „Trend“ – es ist der Baustein, der für jugendliche Haut, glänzendes Haar und eine ausgeglichene Ausstrahlung sorgt. VERISOL® ist der perfekte Kollagenrohstoff, der deine Beauty-Routine auf das nächste Level hebt – von innen heraus.

Wer auf einen bewussten Lebensstil setzt, weiß, dass Selbstfürsorge und die richtige Ernährung entscheidend sind. KOLLAGEN+ mit VERISOL® passt perfekt in diesen Lifestyle, indem es den Körper von innen stärkt und gleichzeitig das äußere Erscheinungsbild optimiert.



Warum Kollagen?

Kollagen ist das natürliche Strukturprotein, das für die Elastizität und Festigkeit unserer Haut verantwortlich ist. Es hilft, den Verlust von Festigkeit und Volumen zu verhindern, der mit zunehmendem Alter eintritt. Doch Kollagen kann noch viel mehr als nur die Haut straffen – es beeinflusst auch das allgemeine Wohlbefinden und die Schönheit auf eine Weise, die dich rundum zum Strahlen bringt. **KOLLAGEN+ DRINK mit VERISOL®** bringt all diese Vorteile auf den Punkt und ist die perfekte Ergänzung für deinen aktiven Lifestyle.



Unsere Beauty-Helfer für ein strahlendes Leben

Wahre Schönheit kommt nicht nur von außen, sondern beginnt von innen. **KOLLAGEN+DRINK mit VERISOL®** ist der perfekte Verbündete, wenn es darum geht, die natürliche Schönheit zu bewahren und zu fördern. Es geht nicht nur darum, jugendlicher auszusehen – es geht darum, sich rundum gut zu fühlen und das Leben mit voller Energie und Ausstrahlung zu genießen. **VERISOL®** unterstützt deinen Körper dabei, sich zu regenerieren, zu stärken und in Bestform zu bleiben.

KOLLAGEN+ mit VERISOL® ist in verschiedenen Formen erhältlich – als Pulver in der Dose, in praktischen Sticks für unterwegs und neu auch in Form von leckeren Gummies. **KOLLAGEN+** lässt sich problemlos in deinen Alltag integrieren und unterstützt dich dabei, die beste Version von dir selbst zu leben. **KOLLAGEN+** ist der ideale Begleiter für alle, die ihre innere und äußere Schönheit auf natürliche Weise fördern möchten – für ein Leben voller Vitalität, Energie und Ausstrahlung.

Wissenschaftliche Ergebnisse: Kollagen für die sichtbare Schönheit

Die Wirkung von **VERISOL®** ist nicht nur eine leere Versprechung – sie ist durch fundierte wissenschaftliche Studien belegt. Personen, die **VERISOL®** regelmäßig in ihre Routine integrieren, berichten von sichtbaren Veränderungen. Hier ein Überblick über die Ergebnisse:

Faltenglättung und Hautstraffung

Studien haben gezeigt, dass die Einnahme von **VERISOL®** die Hautelastizität um bis zu 20% verbessern kann. Dies bedeutet weniger sichtbare Falten und eine spürbar straffere Haut. Der Effekt ist nicht nur oberflächlich – die Haut wird von innen heraus regeneriert und unterstützt, sodass du dich in deiner Haut wohler fühlst.

Glatte Haut und weniger Cellulite

Cellulite ist für viele eine Herausforderung, doch mit **VERISOL®** gehört dieses Thema der Vergangenheit an. Studien belegen, dass **VERISOL®** die Hautstruktur stärkt und das Erscheinungsbild von Cellulite sichtbar mindert – für eine glattere und festere Haut.

Kräftige Haare, starke Nägel

Schöne Haare und gesunde Nägel gehören zu den wichtigsten Beauty-Statements. Dank **VERISOL®** kann auch dieses Ziel erreicht werden. Mit Kollagen wird nicht nur das Haar kräftiger und dichter, sondern auch die Nägel wachsen schneller und werden weniger brüchig. Besonders bei Haarausfall zeigt sich die positive Wirkung von **VERISOL®**, da die Kollagenpeptide das Haarwachstum fördern und Haarausfall verringern können.



KOLLAGEN+ DRINK
mit Verisol®



MÖRE
ENERGY

In unserer hektischen, schnelllebigen Welt wünschen sich viele von uns eines: mehr Energie.

Ob es darum geht, den Arbeitsalltag kraftvoll zu meistern, sportliche Ziele zu erreichen oder sich einfach vitaler und ausgeglichener zu fühlen – unser Körper braucht Energie, um auf Hochtouren zu laufen.

Dabei spielt ein unscheinbarer, aber entscheidender Helfer eine zentrale Rolle:

Coenzym Q10

Die Energiequelle in unseren Zellen

Coenzym Q10, auch als Ubichinon bekannt, ist eine vitaminähnliche Substanz, die natürlicherweise in unserem Körper vorkommt. Es befindet sich in nahezu jeder Zelle und ist unerlässlich für die Energieproduktion. Genauer gesagt, hilft es dabei, in den sogenannten Mitochondrien – den „Kraftwerken“ unserer Zellen – Energie aus Nährstoffen zu gewinnen. Ohne ausreichend Q10 läuft dieser Prozess nur schleppend, was sich in Müdigkeit, Erschöpfung und verminderter Leistungsfähigkeit äußern kann. Gerade im Frühling, wenn viele Menschen unter der bekannten Frühjahrsmüdigkeit leiden, kann ein Energieschub durch Coenzym Q10 den Unterschied machen. Die Umstellung des Körpers auf längere Tage und wärmeres Wetter kostet Energie – und genau hier kann Q10 helfen, die Zellen wieder aufzuladen und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern.

Mehr Leistung, bessere Regeneration

Mit zunehmendem Alter oder bei hoher Belastung nimmt die körpereigene Produktion von Q10 jedoch ab. Auch Stress, intensive körperliche Aktivität oder bestimmte Medikamente können den Q10-Spiegel senken. Genau hier setzt die gezielte Zufuhr von Coenzym Q10 an: Studien zeigen, dass eine Ergänzung die Energieproduktion unterstützen und sogar die Zellgesundheit fördern kann. Doch die Wirkung geht über reine Energie hinaus. Coenzym Q10 ist auch ein starkes Antioxidans, das unsere Zellen vor schädlichen freien Radikalen schützt – ein entscheidender Faktor für die allgemeine Gesundheit und das Immunsystem.

Die spürbaren Vorteile

Menschen, die regelmäßig Coenzym Q10 einnehmen, berichten von einer gesteigerten körperlichen Ausdauer, schnellerer Regeneration nach dem Sport und einem allgemein verbesserten Wohlbefinden. Gerade bei sportlich aktiven Menschen oder solchen, die im Alltag viel leisten müssen, kann Coenzym Q10 dabei helfen, länger durchzuhalten und sich schneller von körperlicher Belastung zu erholen. Studien zeigen zudem positive Effekte bei Herz-Kreislauf-Beschwerden – insbesondere bei Menschen mit Bluthochdruck oder Herzschwäche.

Neue Vitalität für jeden Tag

Wer sich also mehr Energie, Vitalität und eine verbesserte Lebensqualität wünscht, sollte über die Einnahme von Coenzym Q10 nachdenken.

A+ TAUERN
APOTHEKE

Geben Sie Ihrem Körper, was er braucht:



Entdecken Sie unsere Energiebooster in unserer Apotheke. Wir beraten Sie gerne!

Spüren Sie, wie neue Energie Ihr Leben bereichert!



Raus aus dem Wintermodus

Okay, Hand aufs Herz – wer kennt's nicht? Der Winter war lang, die Couch zu gemütlich und die Lust auf Bewegung – naja, irgendwo zwischen Netflix und Naschlade verloren gegangen. Jetzt ist Frühling, die Sonne zwinkert einem zu – und plötzlich zwickt die Jeans ein bisschen mehr als einem lieb ist.

Und dann dieser Heißhunger! Du willst nur kurz entspannen und zack – schon hast du die Schokolade inhaliert, als gäbe es kein Morgen. Ganz zu schweigen von diesen fiesen Fressattacken, die genau dann zuschlagen, wenn der Stress gerade am höchsten ist. Total unkontrolliert, oder? Aber hey, du bist damit nicht allein.



Unterstützung, die wirkt:

Zur
Unterstützung
von Leber
und Galle.



Frühjahrsputz
für den
Körper!



Dein Körper in
Balance.



Ganz ohne Hokuspokus!



Bioaktive
Substanzen
können einen
Beitrag zur
Gewichts-
kontrolle
leisten.

Schluss mit dem „Ach, morgen fang ich an“-Gefühl

Klar, wir alle haben diese Momente. Aber ganz ehrlich? Es ist jetzt genau der richtige Zeitpunkt, um den Reset-Knopf zu drücken. Nicht mit irgendwelchen verrückten Diäten oder stundenlangem Fitness-Marathon – sondern einfach damit, sich wieder besser zu fühlen.

Es geht nicht darum, von 0 auf 100 durchzustarten, sondern einfach den ersten Schritt zu machen. Raus aus dem „Ich fühl mich träge“-Modus und rein in ein Lebensgefühl, bei dem du wieder Bock auf Bewegung hast – ohne Druck, ohne schlechtes Gewissen.

Manchmal braucht der Körper einfach ein bisschen extra Support, und genau dafür gibt es clevere Helfer, die dich auf deinem Weg begleiten können. Keine Zauberei – nur natürliche Inhaltsstoffe, die dein Wohlbefinden von innen heraus pushen.

Wenn es um die Figur geht, sind die **Fatburner Kapseln** genau das Richtige. Mit Chitosan – einem natürlichen Fettbinder – und wertvollen Pflanzenextrakten unterstützen sie die Fettverbrennung effektiv. Sie sind wie ein kleiner Turbo für deinen Stoffwechsel, der deinem Körper dabei hilft, die Balance wiederzufinden – ohne Crash-Diäten oder Hungern.

Für alle, die ihrem Körper richtig etwas Gutes tun wollen: Die **Stoffwechsel Kapseln** mit Chlorella helfen dabei, Giftstoffe auszuleiten und den Körper zu entlasten. Dazu gibt's eine Extra-Portion probiotische Darmbakterien, die die Darmflora stärken und die Verdauung wieder ins Gleichgewicht bringen – perfekt, um sich rundum wohlfühlen.

Und für den letzten Feinschliff: Ein **hochwertiges Basenpulver** kann den Körper zusätzlich dabei unterstützen, zu entschlacken, zu entgiften und den Säure-Basen-Haushalt wieder ins Lot zu bringen – ideal für den Frischekick von innen.

Dein Körper ist bereit – bist du es auch?

Dein Körper ist schlauer, als du denkst – er will sich gut fühlen, er will Energie, er will Leichtigkeit. Und mit ein bisschen Unterstützung fällt es gleich viel leichter, wieder in die Spur zu kommen.

Es wird Tage geben, an denen alles nervt. Aber stell dir mal vor, wie gut es sich anfühlt, wenn du dich wieder richtig wohl in deiner Haut fühlst. Wenn die Klamotten sitzen, du wieder Power hast und dieser blöde Heißhunger keine Chance mehr hat.

Der Frühling ist da. Mach's nicht perfekt, mach's einfach. Du hast es verdient, dich gut zu fühlen.



Unsere Tipps



Probiotika - Für ein gutes Bauchgefühl

Eine gesunde Darmflora ist essenziell für unser Wohlbefinden. Probiotika in Kapseln, Pulver oder Tropfen unterstützen das natürliche Gleichgewicht im Darm und fördern eine gesunde Verdauung. Speziell abgestimmte Bakterienstämme helfen, das Immunsystem zu unterstützen. Besonders in Phasen wie Antibiotika-Einnahme oder Ernährungsumstellungen können Probiotika die Darmgesundheit sanft unterstützen.

Schönheit von innen

Für strahlende Haut, kräftiges Haar und feste Nägel: Kapseln mit Biotin, Zink, L-Cystein und Bambussprossenextrakt unterstützen das natürliche Wachstum und stärken von innen. Silizium trägt zur Widerstandskraft bei und hilft, Brüchigkeit vorzubeugen - die ideale Ergänzung für eine ganzheitliche Schönheitspflege.



Sonnenvitamin D3

Vitamin D3, auch als „Sonnenvitamin“ bekannt, unterstützt Knochen, Muskeln und das Immunsystem. Es wird durch Sonnenlicht in der Haut gebildet oder über die Nahrung aufgenommen. Ein ausgewogener Vitamin D-Spiegel trägt zur allgemeinen Gesundheit bei, stärkt die Abwehrkräfte und fördert das Wohlbefinden im Alltag.



für Ihr Wohlbefinden



B-Vitamine - natürliche Unterstützung für Nerven und mentale Fitness

B-Vitamine sind essentielle Begleiter in stressigen Zeiten und für die tägliche mentale Fitness. Sie spielen eine zentrale Rolle im Energiestoffwechsel und unterstützen dabei, die Funktion der Nerven zu optimieren. In stressreichen Situationen helfen sie, das Nervensystem zu stabilisieren und die psychische Belastbarkeit zu erhöhen.

Insbesondere Vitamin B1, B6 und B12 wirken sich positiv auf die Stimmung und die kognitive Leistungsfähigkeit aus. Sie tragen dazu bei, die Übertragung von Nervenimpulsen zu verbessern und die mentale Klarheit zu fördern. Wer unter Stress, Erschöpfung oder anhaltender nervlicher Anspannung leidet, kann von einer gezielten B-Vitamin-Versorgung profitieren.

Neben der Funktion als Energiequelle für den Körper unterstützen diese Vitamine auch die psychische Gesundheit und helfen, Stress abzubauen.



Fit durchstarten: Bewegung, Energie und starke Muskeln mit Magnesium

Mit dem Frühling erwacht nicht nur die Natur, sondern auch unsere Lust auf Bewegung. Spaziergänge, Radfahren oder Sport - körperliche Aktivität gibt Energie und stärkt Muskeln und Wohlbefinden. Doch wer aktiv ist, kennt es: Muskelverspannungen, Müdigkeit oder Krämpfe können die Freude schnell trüben.

Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion, fördert die Regeneration und trägt zur Reduzierung von Erschöpfung bei. Besonders nach längerer Winterpause oder einem aktiveren Lebensstil ist eine ausreichende Magnesiumversorgung wichtig.

Wer sich regelmäßig bewegt, profitiert von einer optimalen Nährstoffbalance. Magnesium hilft den Muskeln, sich nach Belastung besser zu entspannen und steigert die allgemeine Leistungsfähigkeit. So können wir voller Schwung in den Frühling starten - mit mehr Energie und einem starken Körpergefühl.



Allergiebeschwerden

lindern - natürliche Helfer für ein starkes Immunsystem

Die **Tragantwurzel** wird in der traditionellen chinesischen Medizin seit Jahrhunderten genutzt. Sie kann das Immunsystem stärken und entzündungshemmend wirken. Studien zeigen, dass sie allergische Reaktionen abschwächen kann, indem sie die Histaminfreisetzung reguliert. Dadurch können Symptome wie Niesen, juckende Augen und eine laufende Nase gelindert werden.

Auch **Omega-3-Fettsäuren**, die beispielsweise in Fisch- oder Algenöl enthalten sind, haben entzündungshemmende Eigenschaften. Sie können dazu beitragen, übermäßige Immunreaktionen abzuschwächen. Besonders die Fettsäuren EPA und DHA wirken regulierend auf das Immunsystem.

Ein weiteres bewährtes Naturmittel ist **Schwarzkümmelöl** in Kapseln. Es enthält sehr wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe und Linolsäure, die eine ausgleichende Wirkung auf das Immunsystem haben können. Viele Allergiker berichten von einer spürbaren Linderung ihrer Beschwerden durch die regelmäßige Einnahme.

Mit dem Frühling beginnt für viele Allergiker die herausfordernde Zeit des Jahres. Pollen, Staub und andere Allergene belasten das Immunsystem. Doch die Natur hält wertvolle Helfer bereit - darunter die Tragantwurzel, Omega-3-Fettsäuren und Schwarzkümmelöl.

Sprechen Sie mit uns über geeignete Präparate und Möglichkeiten, Ihre Abwehrkräfte gezielt zu stärken - für eine entspannte Allergiesaison.



So unterstützen Sie Ihre Gelenksgesundheit:

Eine Kombination dieser Nährstoffe kann dazu beitragen, den Knorpelabbau zu verlangsamen und die Gelenkfunktion zu unterstützen.



Gesunde Gelenke sind essenziell für Mobilität und Lebensqualität. Mit zunehmendem Alter oder hoher körperlicher Belastung kann es zu Verschleißerscheinungen kommen. Bewegung, kombiniert mit gezielter Nährstoffversorgung, spielt eine entscheidende Rolle für die Gelenksgesundheit.

Regelmäßige Bewegung hilft, die Muskulatur um die Gelenke zu stärken, die Durchblutung zu fördern und den Gelenkknorpel mit Nährstoffen ausreichend zu versorgen.

Zusätzlich zur Bewegung können Glucosamin, Chondroitin, MSM, Weihrauch und Hyaluronsäure einen positiven Einfluss auf die Gelenke haben.

Glucosamin ist ein wichtiger Baustein für Knorpel und unterstützt dessen Regeneration. **Chondroitin** sorgt für Elastizität und Widerstandskraft.

MSM (Methylsulfonylmethan) ist eine organische Schwefelverbindung, die das Bindegewebe stärkt und entzündungshemmende Eigenschaften haben kann.

Weihrauch (Boswellia serrata) wird traditionell zur Unterstützung der Gelenke eingesetzt.

Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil der Gelenkflüssigkeit und fördert die Schmierung sowie die Stoßdämpfung der Gelenke.

Rabatt-Aktion

*Gültig bis 30.06.2025

Einfach Coupon ausschneiden und einlösen!

10%
sparen!*



10%
sparen!*



Keine Barablöse möglich.

Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

10%
sparen!*

Tauern Apotheke
Mag. pharm. Barbara Christen KG
Villacher Straße 136
9800 Spittal an der Drau
Tel. +43 4762 36188