

# Meine GESUND ZEIT

## EXTRA



Entgiften & Detox

20% sparen

Jänner  
Februar  
2026

EXKLUSIV FÜR VORTEILSCLUBMITGLIEDER



# ENTGIFTEN

## Ein Neustart für Körper und Wohlbefinden

Unser Körper leistet täglich Erstaunliches – er filtert, schützt und regeneriert sich selbst. Doch in unserer schnelllebigen Zeit mit Umweltbelastungen, Stress und unausgewogener Ernährung kann dieses natürliche Gleichgewicht aus dem Takt geraten. Viele Menschen spüren dann den Wunsch nach einem inneren und äußeren Neustart – nach Entlastung, Klarheit und neuer Energie.

**Detox** oder **Entgiften** bedeutet dabei nicht nur, Schadstoffe auszuleiten, sondern bewusst Raum für Regeneration zu schaffen. Ob durch eine ausgewogene Ernährung, ausreichende Flüssigkeitszufuhr, Bewegung oder unterstützende Pflegeprodukte – kleine Veränderungen können Großes bewirken.

In diesem Heft möchten wir Ihnen zeigen, wie Sie Ihren Körper auf natürliche Weise unterstützen, die Haut von innen und außen beleben und Ihr Wohlbefinden stärken können. Finden Sie Inspiration für mehr Leichtigkeit, Energie und Balance – Schritt für Schritt zu einem gesünderen Ich.



# WURZELSEPP

Aktion

01.01. - 31.01.

## Mit Pflanzenkraft sanft entgiften

Nach den Feiertagen möchten viele den Körper entlasten, neue Energie tanken und überschüssige Pfunde loswerden. Die Natur bietet hierfür sanfte Unterstützung.

## Grüner „Frühjahrsputz“ für den Körper

Kräuter wie Löwenzahn, Birkenblätter und Brennnessel fördern die Entgiftung, regen den Stoffwechsel an und steigern das Wohlbefinden. Chlorophyllreiches Gemüse wie Spinat, Grünkohl oder Brokkoli unterstützt den Stoffwechsel. Spirulina bindet Giftstoffe und liefert wertvolle Nährstoffe, während Gerstengras basisch wirkt und die Verdauung anregt.

## Entwässern und Bindegewebe stärken

Brennnessel fördert die Entwässerung und Entschlackung. Zinnkraut stärkt mit seinem hohen Kieselsäuregehalt das Bindegewebe, verbessert die Durchblutung und unterstützt eine straffe Haut.

## WURZELSEPP ECHT BITTER KRÄUTERSPRAY

Erzeugt ein schnelles Sättigungsgefühl und senkt das Verlangen nach Zucker.

30  
ML

€ 13,52  
€ 16,90



FRÜHLINGS-  
TEE

Zusammensetzung: Schafgarbe, Zierkraut, Pfefferminze, Salbei, Rosmarin, Bittertee, Kamille, Komplett-Anis-Fenchel, Kämmel, Wacholderbeere, Blütenhonig, Brennnessel

Zubereitung: Pro Tasse 1 gestrichenes TL mit kochendem Wasser übergießen, 5-10 Minuten ziehen lassen. Nach Bedarf süßen - evtl. mit Honig.

bio-gesund

www.wurzelsepp.de

© 2018 Wurzelsepp

Alle Rechte vorbehalten

WURZELSEPP

FRÜHLINGSTEE

Detox Tee für den Stoffwechsel.  
Reinigt den Körper und unter-  
stützt beim Fasten.

120 g

€ 7,12 | € 8,90

-20%

FRÜHLINGS

Kräuterkonzentrat



Zur Unterstützung der  
Entgiftungsorgane

Wurzelsepp

350 ml

WURZELSEPP  
FRÜHLINGS KRÄUTERKONZENTRAT

Wirkt sanft bei Entgiftungs- und Reduktionskuren um schneller und effizienter das Wunschgewicht zu erreichen.

350  
ML

€ 15,12 | € 18,90



# ADLER APOTHEKE

## Aktion

01.02. - 28.02.

### Warum Detox gut tut

Detox bedeutet, den Körper zu entlasten und ihm die Chance zu geben, sich zu regenerieren. Nach Phasen des Genusses hilft eine bewusste Detox-Zeit, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Dabei geht es nicht ums Hungern, sondern um die Qualität der Nahrungsmittel:

Unverarbeitete, natürliche Lebensmittel versorgen uns mit wichtigen Nährstoffen und fördern ein gesundes Darmmikrobiom – die Basis für Energie, Wohlbefinden und innere Balance. Gemüse, frische Kräuter und pflanzliche Produkte unterstützen die Entgiftung und Entsäuerung, während Zucker, Fleisch und stark verarbeitete Produkte möglichst reduziert werden sollten.

### Vorteile von Detox:



Mehr **Energie** und  
**Vitalität**



Klarere **Haut**



Bessere **Verdauung** und  
**Gewichtsregulierung**



Stärkeres  
**Immunsystem**



Inneres **Gleichgewicht**

-20%





**GRAZER ENTSLACKUNGSTROPFEN**  
Unterstützen beim Abnehmen. Als Ergänzung zu Diäten und Schlankheitskuren.

50 ML € 10,40  
100 ML € 16,00  
13,00 € 20,00



**GRAZER SCHLANKHEITS-KAPSELN**  
Nahrungsergänzung zu kalorienreduzierten Diäten. Inhaltsstoffe leisten einen Beitrag zu einem normalen Energiestoffwechsel und unterstützen den normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen.

60 Stück  
€ 25,60 | € 32,00

### GRAZER BASENPULVER + ZINK

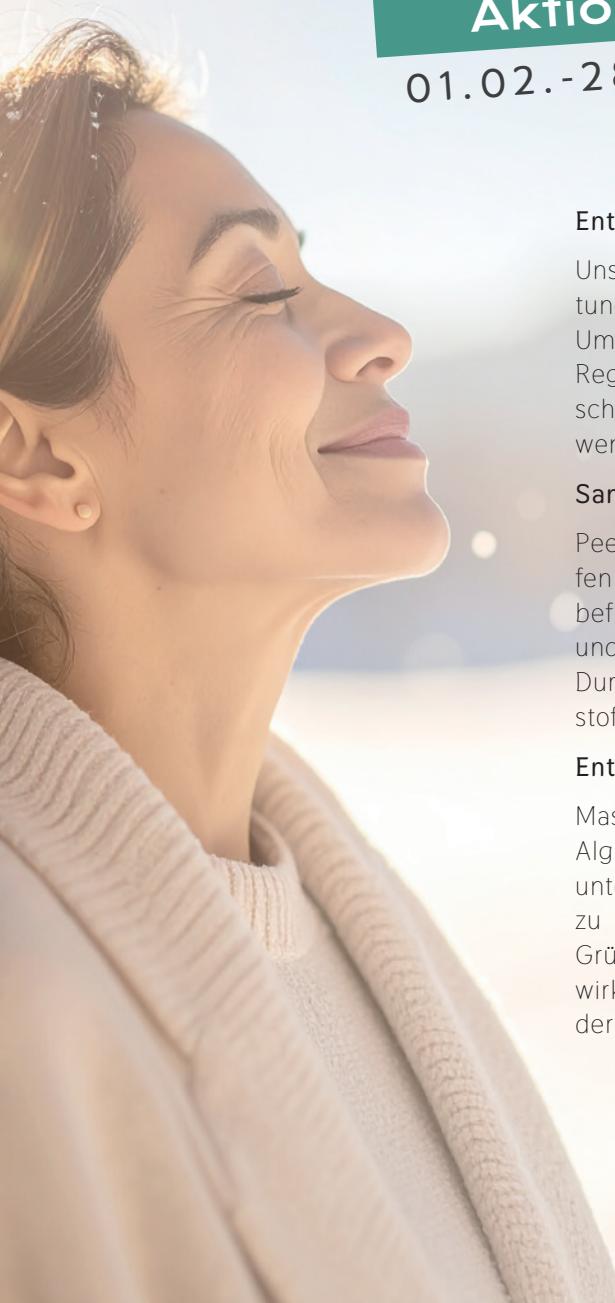
Das Grazer Basenpulver besteht aus einer ausgewogenen Kombination basischer Mineralstoffe. Kalzium und Magnesium tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel und zu einer normalen Muskelfunktion bei.



# KOSMETIK

## Aktion

01.02.-28.02.



### Entschlacken und Entgiften der Haut

Unsere Haut ist täglich Umweltbelastungen und Schadstoffen ausgesetzt. Um sie zu entlasten und ihre natürliche Regeneration zu fördern, helfen entschlackende und entgiftende Pflegeanwendungen.

### Sanfte Reinigung

Peelings mit natürlichen Inhaltsstoffen wie Meersalz, Zucker oder Heilerde befreien die Haut von Ablagerungen und abgestorbenen Zellen. So wird die Durchblutung angeregt und der Hautoftwechsel aktiviert.

### Entgiftende Pflege

Masken mit Tonerde, Aktivkohle oder Algenextrakten binden Schadstoffe und unterstützen die Haut dabei, sich selbst zu reinigen. Pflanzliche Wirkstoffe wie Grüner Tee oder Brennessselextrakt wirken zusätzlich antioxidativ und fördern ein frisches, klares Hautbild.

alle Hydrafacial-Behandlungen um -20%

### HYDRAFACIAL®

- Die Revolution für Ihre Haut!

- ✓ Porentiefe Reinigung & sanftes Peeling
- ✓ Intensive Feuchtigkeitsversorgung mit ausgewählten Seren
- ✓ Reduziert feine Linien & Fältchen
- ✓ Sofort sichtbare Ergebnisse – für alle Hauttypen geeignet



Zur Terminbuchung

-20%



200  
ML

€ 13,60 | € 17,00



### NFK STRAFFENDE KÖRPERCREME

Kann straffend wirken und unterstützt die Elastizität der Haut, insbesondere bei Neigung zu Dehnungsstreifen.

€ 25,60 | € 32,00

# REZEPT

## Basen-Fastensuppe

### ZUTATEN FÜR CA. 4 PERSONEN

2 Liter Wasser oder basische Gemüsebrühe  
(ohne Hefe & Salz)

2 Karotten

1 kleines Stück Sellerieknolle

1 Zucchini

1 Fenchelknolle

1 Lauchstange

1 kleines Stück Brokkoli  
oder Blumenkohl

1 Handvoll Petersilie (frisch)

1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)

1-2 EL Olivenöl

1 - 1 1/2 EL Fastengewürz



Aktion gültig bis 31.01.2026  
**-20%**

### WURZELSEPP FASTENGEWÜRZ

Passt gut zu Gemüse-, Reis-, Currygerichten und Hühnchen. Regt die Fettverdauung und den Stoffwechsel an und hilft gegen Blähbauch.

### ZUTÄTEN:

Zimt, Kurkuma, Gewürznelken, Kreuzkümmel, Koriander, Ingwer, Pfeffer schwarz

50g

€ 4,96 | € 6,20

### ZUBEREITUNGSZEIT

CA. 1 STD.

### ZUBEREITUNG

Das Gemüse gründlich waschen und in grobe Stücke schneiden. Wer ein intensiveres Aroma bevorzugt, kann das Gemüse in einem großen Topf mit etwas Olivenöl kurz anbraten. Anschließend alles mit Wasser oder einer basischen Gemüsebrühe aufgießen. Ingwer hinzugeben und die Suppe bei mittlerer Hitze etwa 30 bis 40 Minuten sanft köcheln, bis das Gemüse weich ist. Je nach gewünschter Konsistenz die Suppe entweder durch ein feines Sieb gießen, sodass nur die klare Brühe bleibt, oder mit einem Pürierstab cremig mixen, damit die Ballaststoffe erhalten bleiben. Zum Schluss mit dem Fastengewürz verfeinern.

# UNSER RADBOTE

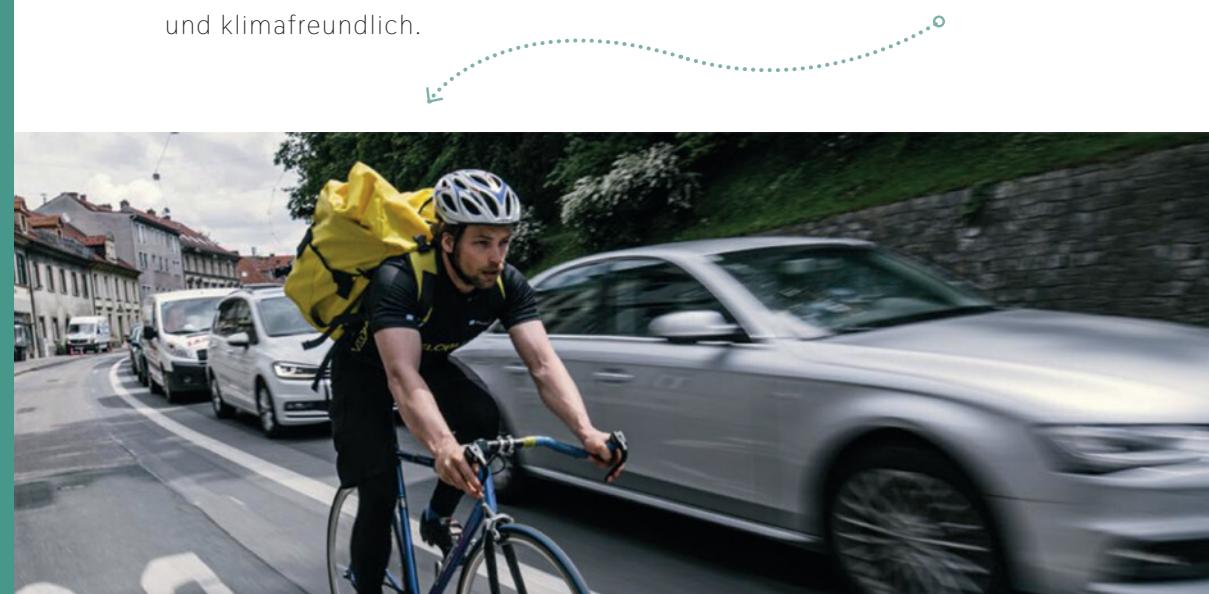
bringt Gesundheit  
auf zwei Rädern

Was viele Kundinnen und Kunden nicht wissen: Ein Teil unserer Arbeit endet nicht an der Tara. Wenn Medikamente dringend benötigt werden oder Sie einmal nicht persönlich vorbeikommen können, übernehmen unsere Partner vom Radboten Veloblitz den letzten wichtigen Schritt – die Zustellung direkt zu Ihnen nach Hause.

Die Fahrradboten liefern Ihre Arzneien zuverlässig in ganz Graz aus. Sobald Ihre Bestellung bei uns verpackt ist, macht sich der Radbote auf den Weg – schnell, flexibel und umweltfreundlich. So sorgen wir gemeinsam dafür, dass wichtige Medikamente zeitgerecht ankommen, auch wenn es einmal eilt.

Die Zustellung ist innerhalb von Graz möglich und ab einem Einkauf von über € 70,- kostenlos. Bei Bestellungen bis € 70,- beträgt die Zustellgebühr € 7,- für Vorteilsclub-Mitglieder und € 8,50 für Nicht-Mitglieder.

Ob akute Medikamente, Pflegeprodukte oder besondere Rezepturen: Dank unseres Radbotenservices kommen wir direkt zu Ihnen nach Hause – sicher und klimafreundlich.



# UNSERE AKTIONEN

## ISLA® HALSPASTILLEN

Ganz gleich ob Mundtrockenheit, Heiserkeit, Reizhusten oder Halskratzen: isla® bietet für verschiedene Formen von Hals- und Stimmbeschwerden die passende Unterstützung. Das Lutschen von isla® Halspastillen mit dem Spezialextrakt aus Isländisch Moos pflegt trockene und angegriffene Mund- und Rachen schleimhäute und sorgt für eine nachhaltige Befeuchtung. So werden Beschwerden effektiv und spürbar gelindert.



## LOCERYL®

### Antimykotischer Nagellack gegen Nagelpilz

Wirkt aktiv gegen den Pilzerreger, der Nagelpilz\* verursacht. Er bildet einen wasserunlöslichen, beständigen Film auf der Nageloberfläche. Der enthaltene Wirkstoff Amorolfin dringt in den Nagel ein und bekämpft den Fußnagelpilz\* bis tief in das Nagelbett.

Arzneimittel  
\*ohne Befall der Nagelmatrix

## ANTHOGENOL®

### - Gut für Venen, Herz-Kreislauf, Augen und Haut.

MASQUELIER's® botanischer Extrakt aus Kernen der Vitis vinifera unterstützt einen gesunden Blutkreislauf, die Struktur, Funktion und das Erscheinungsbild der Haut sowie eine gesunde Augenfunktion. Vitamin C unterstützt den Energiestoffwechsel, die Verringerung von Müdigkeit, die normale Funktion des Immun- und Nervensystems, den Schutz der Zellen vor oxidativem Stress sowie die normale Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße und der Haut.

30

Kapseln

€ 35,90 | € 43,90

50

Kapseln

€ 61,90 | € 69,90

Aktion gültig bis 31.01.2026  
-8€

## GESAMTES EUCERIN SORTIMENT\*

Pflege, die selbst empfindliche Haut wirksam schützt und stärkt.

\*ausgenommen Sonnenprodukte

# UNSERE AKTIONEN

## LEATON® COMPLETE

Für das Immunsystem, Vitalität & Leistungskraft

Versorgt Sie mit 10 lebenswichtigen Vitaminen, Koffein, Wermut und 5 zusätzlichen Vitalstoffen – ganz ohne Gluten. Ideal für alle, die bei körperlicher oder geistiger Belastung mehr Energie benötigen.

€ 23,95 | € 25,95

500  
ML



-2€  
Aktion gültig bis 31.01.2026



## IMODIUM AKUT 2MG SCHMELZTABLETTEN

Bei akutem Durchfall eine praktische und diskrete Lösung für unterwegs. Es lässt sich ohne Wasser einnehmen und überzeugt zudem mit einem angenehmen Minzgeschmack.

20  
Stück

€ 15,65 | € 17,65



## HUSTEN ACC HEXAL® AKUT

Zur Schleimlösung und zum erleichterten Abhusten

Acetylcystein wirkt spezifisch auf jene Bestandteile des Schleims ein, die ihn dickflüssig machen. Husten ACC Hexal akut verflüssigt zähe Lungen- und Nasensekrete. Dadurch wird deren Auswurf gefördert, der Hustenreiz gemildert und die Atmung erleichtert.

20  
Stück

€ 13,95  
€ 14,95

Aktion gültig bis 28.02.2026  
-1€



## OMNI-BIOTIC® 6

Trägt mit sechs ausgewählten Bakterienstämmen zur täglichen Stärkung des Darmgleichgewichts bei.

60g

€ 40,50 | € 44,50

Aktion gültig bis 31.03.2026  
-4€

## OMNI-BIOTIC® 10 AAD

Zehn sorgfältig abgestimmte Bakterienstämme, die den Darm genau dann unterstützen, wenn er besonders belastet ist.

30  
Sachets

€ 43,50 | € 46,50



Aktion gültig bis 31.03.2026  
-3€



**ADLER  
APOTHEKE**

**Adler Apotheke**  
Hauptplatz 4, 8010 Graz  
0316 830 342  
[office@adlerapotheke-graz.at](mailto:office@adlerapotheke-graz.at)  
[adlerapotheke-graz.at](http://adlerapotheke-graz.at)  
[grazer-aposhop.at](http://grazer-aposhop.at)

#### **Öffnungszeiten**

Mo. – Fr. 8.00 – 18.00  
Sa. 8.00 – 12.30

**ADLER  
KOSMETIK**

**Adler Kosmetik**  
Hauptplatz 4, 8010 Graz  
0316 830 342-11  
[dialog@adlerkosmetik.at](mailto:dialog@adlerkosmetik.at)  
[adlerapotheke-graz.at/kosmetik](http://adlerapotheke-graz.at/kosmetik)  
[grazer-aposhop.at](http://grazer-aposhop.at)

#### **Öffnungszeiten**

Mo. – Fr. 8.00 – 18.00  
Sa. 8.00 – 12.30



**WurzelSepp**  
Hauptplatz 5, 8010 Graz  
0316 835 240  
[office@wurzelsepp.at](mailto:office@wurzelsepp.at)  
[shop.wurzelsepp.at](http://shop.wurzelsepp.at)

#### **Öffnungszeiten**

Mo. – Fr. 8.00 – 18.00  
Sa. 8.00 – 12.30

Alle Aktionen gelten nur für Natürlich Fühlen Vorteilsclubmitglieder. Aktionseinkäufe werden nicht bei Ihrem jährlichen Geburtstagsbonus berücksichtigt. Aktionsartikel sind vom Umtausch ausgenommen. Aktionen sind nicht mit anderen Aktionen, Gutscheinen, Rabatten kombinierbar.  
Aktionen gelten nur für lagernde Artikel und solange der Vorrat reicht.

Arzneimittel: Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren  
Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker

## **IMPRESSIONUM**

---

**HERAUSGEBER & EIGENTÜMER:** Natürlich Fühlen Gruppe, Hauptplatz 4, 8010 Graz / T: 0316 830 342 E: [office@adlerapotheke-graz.at](mailto:office@adlerapotheke-graz.at)  
**DRUCKEREI:** Offsetdruck Bernd Dorrong **FOTOS:** Pexels / Pixabay / Adobe Firefly. Druckfehler vorbehalten, Meinung des Verfassers