

Meine GESUND ZEIT

EXTRA

**Frühlingserwachen
- Zeit für neue Energie**

Bis zu 20% sparen

**März
April
2026**

EXKLUSIV FÜR VORTEILSCLUBMITGLIEDER

FRÜHLINGSERWACHEN

**– frisch, leicht, aktiv in
die neue Jahreszeit**

Wenn die Tage länger werden und die Natur neu erwacht, ist es Zeit für einen bewussten Neustart. Der Frühling steht für neue Energie, mehr Leichtigkeit und aktive Lebensfreude – die ideale Gelegenheit, auch den eigenen Körper gezielt zu unterstützen.

Alte Lasten loslassen, neue Kraft tanken und bewusst auf das eigene Wohlbefinden achten – jetzt ist der richtige Moment dafür.

Nutzen Sie die frische Jahreszeit für Bewegung in der Natur: Schon kurze Spaziergänge im Grünen, sanftes Stretching im Park oder kleine Radtouren aktivieren Körper und Geist gleichermaßen. Diese Bewegungen, kombiniert mit bewussten Pausen und gesunder Ernährung, fördern die innere Balance und schenken ein Gefühl von Leichtigkeit und Vitalität.

Starten Sie frisch, leicht und gestärkt in den Frühling. Mit unseren sorgfältig ausgewählten Aktions-Produkten begleiten wir Sie sanft durch den Jahreszeitenwechsel.

INFOABEND



**Abnehmen in der
Menopause**

STOFFWECHSEL, HORMONE & ALLTAG

praxisnah · verständlich · alltagstauglich

Viele Frauen erleben in der Menopause Veränderungen, die das Abnehmen erschweren. In diesem kostenlosen Impulsvortrag erhalten Sie wertvolle Einblicke und praktische Tipps, wie Sie Ihren Körper in dieser Lebensphase besser verstehen und unterstützen können.

Das erwartet Sie:

- ✓ Kostenloser Impulsvortrag (20–30 Min.) mit Mag. Nina Milenkovics (Apothekerin & Expertin für Stoffwechsel und Longevity)
- ✓ 5 alltagstaugliche Tipps zum Abnehmen in der Menopause
- ✓ Verständliche Infos zu hormonellen Veränderungen & Stoffwechsel
- ✓ Offene Fragerunde und gemütlicher Austausch

Termin: Donnerstag, 12.03. / 18:30 Uhr

Ort: Adler Apotheke, Hauptplatz 4

Anmeldung: Direkt in der Adler Apotheke oder per Telefon 0316 830 342

WURZELSEPP

Aktion

01.03. – 31.03.

Entdecken Sie Ihre Aktions-Produkte im März

Bitter macht fitter

Bitterstoffe bieten sanfte Unterstützung für Stoffwechsel und Verdauung und helfen, sich leichter, energiegeladener und rundum wohlfühlen. Besonders im Frühling aktivieren sie den Körper sanft, fördern die innere Balance und schenken neue Energie – ideal, um frisch und vital in die neue Jahreszeit zu starten.

Mit unseren ausgewählten Produkten finden Sie die beste Unterstützung.

-20%



60

Stück

€ 15,92 | € 19,90

WURZELSEPP ARTISCHOCKE, LÖWENZAHN & MARIENDISTEL KRÄUTERKAPSELN

Die bitterstoffhaltigen Wirkstoffe der Artischocke, Löwenzahn & Mariendistel Kapseln können die Leber schützen und ihr bei der Entgiftungstätigkeit helfen.



WURZELSEPP LEBER-GALLE KRÄUTER TONIKUM

Bewährtes Hausmittel bei Leber und Gallenbeschwerden. Unterstützt die Verdauungsfunktion der Leber.

500
ML

€ 19,12 | € 23,90



WURZELSEPP HEIDELBERGER 7-KRÄUTERPULVER

Die Kräuter enthalten viele Bitterstoffe, welche den Stoffwechsel positiv beeinflussen. So werden Verdauungs- und Entgiftungsorgane angeregt. Diese Mischung kann auch eine gute Unterstützung bei Entschlackungskuren sein.

100 g

€ 8,72 | € 10,90



ADLER APOTHEKE

Aktion

01.04. – 30.04.

Raus aus dem Winterschlaf – der Frühling erwacht

Jetzt ist die ideale Zeit, um wieder in Bewegung zu kommen. Jeder Schritt zählt und schenkt neue Energie, mehr Wohlbefinden und einen aktiven Start in die warme Jahreszeit.

Unsere Produkte bringen Sie dabei Schritt für Schritt in Schwung.



GRAZER MAGNESIUM KAPSELN

Magnesium ist für eine ordnungsgemäße Funktion zahlreicher Stoffwechselvorgänge unseres Körpers notwendig. Es ist essentiell für die Aktivierung von etwa 300 Enzymen. Magnesium ist wichtig zur Unterstützung der Muskulatur und für ein gesundes Nervensystem.

€ 12,80 | €16,00

60
Stück



GRAZER COENZYM Q10/60MG

Nahrungsergänzung für den Zellstoffwechsel

Coenzym Q10 (Ubichinon) ist in allen Körperzellen vorhanden und hat eine zentrale Aufgabe bei der Umwandlung von Nahrungsenergie in Zellenergie.

€ 23,60 | €29,50

60
Stück

-20%



GRAZER GINSENG KAPSELN

Ginseng wird in der traditionellen chinesischen Medizin schon seit Jahrtausenden als Heilmittel verwendet. Ginseng unterstützt die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit und erhöht die Stressresistenz.

€ 15,60
€19,50

50
Stück

KOSMETIK

Aktion

01.03.-31.03.

Der Frühling erwacht – und mit ihm neue Frische, Ausstrahlung und Wohlbefinden. Gönnen Sie sich einen Moment für sich selbst und lassen Sie Ihre natürliche Schönheit neu erblühen.

Ein Extra nur für Sie

Zu jeder
Gesichtsbehandlung
schenken wir
Ihnen ein
Hyaluron-Gel
im Wert von
€ 34,90 dazu.



NFK SILHOUETTE GEL

Das Silhouette Gel bietet Ihnen Pflege mit Rosa Pfeffer und Troxerutin. Es sorgt für ein glattes Hautgefühl und eine frische Textur.

€ 19,12 | € 23,90

NFK AGE FORMULA AMPULLEN

Nahrungsergänzungsmittel

Hilfreich, um der Faltenbildung entgegenzuwirken und die Elastizität, die Dichte und die Strahlkraft der Haut zu fördern.

**20
Stück**

€ 35,92 | € 44,90



Aktion gültig 01.03.-31.03.2026
-20%



TAG DER SCHÖNHEIT

09. APRIL 2026

-20%

EAU THERMALE
Avène
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

**Louis
Widmer**
SWISS DERMATOLOGICA

DR.GRANDEL
KOSMETIK

RAUSCH

Swiss Herbal Cosmetics
since 1890

nfk

Eucerin®

REZEPT

Eieraufstrich

ZUTATEN 4 PERSONEN:

- 5 hart gekochte Eier
- 100 Gramm Mayonnaise
- 100 Gramm Sauerrahm
- ½ TL Zitronensaft
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 1 Bund frischer Schnittlauch
- 1 EL Wurzelsepp Ei Gewürz



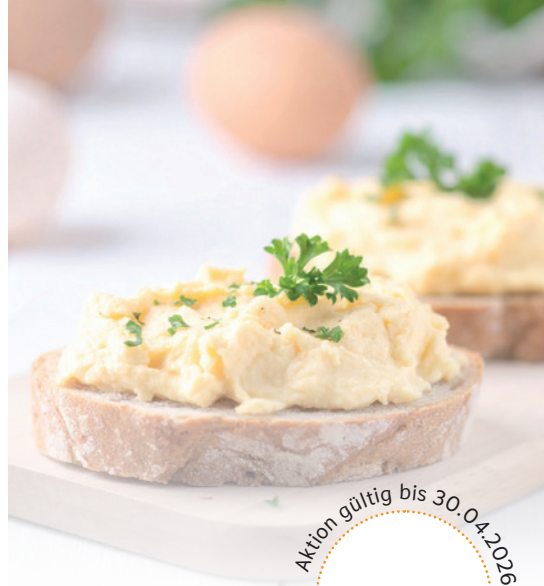
ZUBEREITUNG

Die hart gekochten Eier schälen und mit dem Messer grob hacken. Nicht zerdrücken, damit die Struktur erhalten bleibt.

Sauerrahm und Mayonnaise in einer Schüssel zu einer Sauce glatt verrühren.

Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Ei Gewürz abschmecken.

Die Sauce vorsichtig unter die gehackten Eier heben und alles miteinander vermengen. Am Ende den frischen und feingeschnitten Schnittlauch hinzufügen.



Aktion gültig bis 30.04.2026
-20%

WURZELSEPP EI GEWÜRZ

Für Eigerichte wie Omelette oder Eiersalat und für verschiedene Aufstriche geeignet.

ZUTATEN:

Paprika edelsüß, Petersilie, Kurkuma gemahlen, Estragon, Bärlauch, Majoran, Pfeffer schwarz gemahlen

40g

€ 5,20 | € 6,50

ZUBEREITUNGSZEIT

CA. 45 MIN.



ENTDECKEN SIE UNSERE HAUSSPEZIALITÄTEN

im neuen Katalog



Zum Heft



handgemacht, authentisch, unterstützend

Mit unseren Hausspezialitäten möchten wir Ihr Wohlbefinden auf besondere Weise unterstützen. Sie vereinen traditionelles Wissen aus Generationen mit modernster wissenschaftlicher Expertise und entstehen mit größter Sorgfalt in unseren eigenen Laboren – für authentische Qualität und beste Verträglichkeit.

Jedes Produkt ist das Ergebnis einer perfekten Verbindung aus Kräuterkunde, Apothekenkompetenz und überlieferten Rezepturen. So können Sie sich auf hochwertige Spezialitäten zu einem fairen Preis verlassen.

Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie in unserem Katalog die Hausspezialitäten von Adler Apotheke und Wurzelsepp, die Ihr Wohlbefinden auf natürliche Weise optimal unterstützen.

UNSERE AKTIONEN

PURE ENCAPSULATIONS MAGNESIUMCITRAT UND MAGNESIUMGLYCINAT

Magnesium unterstützt nicht nur die Muskelfunktion und den Energiestoffwechsel, es spielt auch für Nerven und Psyche eine wichtige Rolle. Zusätzlich trägt es zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.



90
Kapseln

Aktion gültig 01.03.-31.03.2026
- 3€

- 5€

180
Kapseln

SUPRADYN®

Nahrungsergänzungsmittel. Vitamin C trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel, einer normalen Funktion des Immunsystems sowie dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

30
Stück



Aktion gültig 01.03.-31.03.2026
- 4€
auf Brause-
tablets

60
Stück



Aktion gültig 01.03.-31.03.2026
- 6€
auf Filmtabletten
Großpackungen

90
Stück

MEXALEN RAPID

Weil jede Minute ohne Schmerz zählt

Zur symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen und/oder Fieber.

- ✓ Wirkstoffaufnahme schon nach 10 Minuten!
- ✓ Löst sich dank natürlichem Algin besonders schnell auf
- ✓ Filmtabletten

Aktion gültig 01.03.-31.03.2026
*€ 8,90



* Arzneimittel, bereits reduzierter Preis

20
Stück

Aktion gültig 01.03.-31.03.2026
- 4€



OMNI-BIOTIC® 6

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

€ 40,50 | € 44,50

60g

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 01.03.-31.03.2026
- 3€

UNSERE AKTIONEN

UroAkut®

UroAkut® ist ein diätetisches Lebensmittel (bilanzierte Diät) zur Unterstützung bei akuten und wiederkehrenden Harnwegsinfekten.

10
Sachets

€ 29,95
€ 32,95

Aktion gültig 01.04.-30.04.2026
-3€

20
Sachets

€ 48,95
€ 53,95

Aktion gültig 01.04.-30.04.2026
-5€



WELLION WAVE DESIGN

Das Wellion WAVE design Blutdruckmessgerät bietet ein gut ablesbares Display mit farbiger WHO-Blutdruckanzeige. Zusätzliche Funktionen erkennen Bewegungen, eine falsch angelegte Manschette sowie unregelmäßigen Herzschlag und sorgen für zuverlässige Messungen.

€ 47,96 | € 59,95

Aktion gültig 01.04.-30.04.2026
-20%



LA ROCHE POSAY SONNENSCHUTZ

Bereit für den Sommer – mit dem Sonnenschutz von La Roche-Posay für strahlend geschützte Haut.

Aktion gültig 01.03.-30.04.2026
-3€
Beim Kauf von 1
Sonnenschutz
Produkt

-10€
Beim Kauf von 2
Sonnenschutz
Produkten





Adler Apotheke

Hauptplatz 4, 8010 Graz
0316 830 342
office@adlerapotheke-graz.at
adlerapotheke-graz.at
grazer-aposhop.at

Öffnungszeiten

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



Adler Kosmetik

Hauptplatz 4, 8010 Graz
0316 830 342-11
dialog@adlerkosmetik.at
adlerapotheke-graz.at/kosmetik
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
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

IMPRESSUM

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