

Meine GESUND ZEIT

EXTRA



**Mit Kraft und Balance
in den Herbst**

Bis zu 20% sparen

September
Oktober
2026

EXKLUSIV FÜR VORTEILSCLUBMITGLIEDER

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

der Herbst ist da – eine Zeit des Wandels, die von uns körperlich wie mental Flexibilität fordert. Um die bunte Jahreszeit im September und Oktober in vollen Zügen zu genießen, braucht es für ein rundum gutes Lebensgefühl jetzt zwei Dinge ganz besonders: einen starken, beweglichen Körper und eine stabile innere Mitte.

Wenn unsere Muskeln und Gelenke durch die richtige Pflege geschmeidig bleiben, macht die Bewegung an der frischen, kühlen Herbstluft erst richtig Freude. Gleichzeitig unterstützen uns wertvolle pflanzliche Begleiter dabei, die täglichen emotionalen Turbulenzen gelassen zu meistern, unsere mentale Stärke zu bewahren und die innere Balance zu finden.

Blättern Sie durch unser Vorteilsheft, sichern Sie sich Ihre Exklusiv-Angebote und finden Sie Ihre persönlichen Begleiter für einen rundum gestärkten Herbst.

Sichern Sie sich Ihre Vorteile direkt vor Ort oder bestellen Sie bequem in unserem Online-Shop – wir freuen uns auf Sie!

FREUEN SIE SICH auf unsere herbstlichen Highlights:

Im September

Praktische Alltagstipps & Angebote zur Unterstützung von Muskeln & Gelenken mit ausgewählten Produkten aus der Adler Apotheke und vom Wurzelsepp.

NFK

Entdecken Sie unsere pflegenden Highlights für Haut und Sinne, die Sie strahlend und geschützt durch den beginnenden Herbst bringen..

Im Oktober

Wertvolle pflanzliche Begleiter für Ihre innere Balance & mentale Stärke mit den besten Naturschätzen aus der Adler Apotheke und vom Wurzelsepp.

**SAVE
THE
DATE**

Tag der Schönheit

am Donnerstag,
08. Oktober 2026,

-20%

auf ausgewählte
Produkte

NEU in der Adler Kosmetik

Microneedling – für Haut, die neue Energie braucht

Entdecken Sie Microneedling Basic & Microneedling Booster – im Oktober -20 % zum Kennenlernen.

ONLINE SHOP



Aktion September

PRAKTISCHE ALLTAGSTIPPS

Sichern Sie sich jetzt
-20%
Rabatt auf unsere September-Highlights

zur Unterstützung von Muskeln & Gelenken

Pflanzenbasierte Salben mit Weihrauch, Arnika und Beinwell unterstützen nach körperlicher Belastung oder bei verspannten Muskeln. Ihre entzündungshemmenden, schmerzlindernden und antioxidativen Eigenschaften machen sie zur bewährten Pflege bei Muskelkater, Zerrungen, Prellungen, stumpfen Verletzungen und Gelenkschmerzen (z. B. bei Arthrose). Sanft einmassiert, fördern sie das lokale Wohlbefinden.

Tipps, die Sie dabei unterstützen können, Gelenke fit zu halten.

✓ **BEWEGUNG:** Spazierengehen, Radfahren, Schwimmen, Aquajogging, oder Pilates fördern die Durchblutung und unterstützen die Muskelfunktion.

EXTRA-TIPP
unserer
Pharmazeutin
Mag. Leodolter

Bewegung ist die beste Medizin. Wer seinen Körper in Schwung hält, bringt auch den Geist in Bewegung.

✓ **ERNÄHRUNG:** Eine vitalstoffreiche, überwiegend pflanzenbasierte Ernährung mit Omega-3-Fettsäuren kann Entzündungen hemmen und den Knorpel unterstützen.

✓ **AUSREICHEND TRINKEN:** Eine gute Flüssigkeitszufuhr unterstützt Muskeln, Stoffwechsel und Gelenkstrukturen und kann Steifheit lindern.

✓ **WÄRME ODER KÄLTE:** Wärme beruhigt verspannte Muskeln. Bei aktivierter Arthrose mit Entzündung sind kühlende Gele oder Kältepackungen besser geeignet.

GRAZER MUSKELCREME WÄRMEND

Durchblutungsfördernde Creme

Creme bei überbeanspruchten Muskeln und Gelenken nach dem Sport, entspannend für die Muskulatur. Die Creme hat eine thermoaktive Wirkung, wobei vorübergehende Rötungen auftreten können, mit Teufelskrallen und Arnika.

100 g

€ 18,40
€ 23,00

WURZELSEPP BEINWELL-CREME

Unterstützend bei Rücken, Knie- und Gelenksbeschwerden. Bewährt auch bei Zerrungen, Prellungen, Schwellung und Verstauchungen.

200 g

€ 15,36 | € 19,20



60
Stück



GRAZER WEIHRAUCH KOMPLEX KAPSELN

Nahrungsergänzung mit Pflanzenextrakten

Grazer Weihrauch Komplex Kapseln enthalten ein Weihrauchextrakt mit einem besonders hohen Anteil an Boswelliasäuren. MSM (Methylsulfonylmethan) ist eine organische Schwefelverbindung, die von Natur aus in pflanzlichen, tierischen und menschlichen Organismen vorkommt. Rosmarin, Ingwer und Curcuma sind reich an antioxidativen Inhaltsstoffen, die dazu beitragen, Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Hilft bei Gelenkschmerzen und Entzündungen.

€ 20,00 | € 25,00

WURZELSEPP WEIHRAUCH-GELENSCREME

Wohltuend bei Gliederschmerzen

Zur unterstützenden Behandlung bei Problemen des Bewegungsapparates. Mit Weihrauch Öl und Arnika. Äußerlich angewandt wird der Weihrauch zur unterstützenden Behandlung bei Problemen des Bewegungsapparates verwendet.

€ 15,12 | € 18,90

100
ML



Aktion Oktober

PFLANZLICHE BEGLEITER

für innere Balance & mentale Stärke

Pflanzliche Präparate können eine wertvolle Ergänzung im hektischen Alltag sein, wenn innere Balance und mentale Belastbarkeit gefragt sind. Traditionell verwendete Kräuter begleiten das Nervensystem und fördern das allgemeine Wohlbefinden. Ausgewählte Rezepturen mit pflanzlichen Extrakten können dabei helfen, innere Ruhe zu unterstützen, Stressphasen besser zu meistern und die mentale Ausgeglichenheit zu stärken. Ob zur Förderung der Konzentration, zur Entspannung oder als Begleitung in fordernden Lebensphasen – sie können einen wertvollen Beitrag zu mehr Wohlbefinden und innerer Stabilität leisten.

Sichern Sie sich jetzt
-20%
Rabatt auf unsere Oktober-Highlights



GRAZER BALSAM FÜR DIE SEELE DRAGEES

Nahrungsergänzung mit entspannender und beruhigender Wirkung

Baldrian, Hopfen und Hafer reduzieren Stress, fördern einen gesunden Schlaf und unterstützen einen ausgeglichenen Gemütszustand. Melisse und Passionsblume wirken allgemein entspannend, vor allem auch auf den Magen- und Darmtrakt.

€ 10,80
€ 13,50



WURZELSEPP NERVEN KRÄUTERTONIKUM

Für mehr Gelassenheit

Sie fühlen sich gestresst und genervt? Unser Kräuter Elixier unterstützt die Nerven, einen gesunden Schlaf und schenkt innere Ruhe. Stärkt die Stressresistenz, fördert einen gesunden Schlaf und sorgt für mehr Gelassenheit.

€ 21,52 | € 26,90



WURZELSEPP HANF KRÄUTERKONZENTRAT

Unterstützt bei Stress und Anspannung

Konzentrat mit Hanfblättern, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Orangenblüte, Waldmeister und Taigawurzel. Wird für Entspannung und Ausgleich verwendet und kann in Phasen von Anspannung oder erhöhter Belastung unterstützen. **Ohne Alkohol!**

350
ML

€ 15,12
€ 18,90



GRAZER MENTALFIT KAPSELN

**Nahrungsergänzung
mit Ginkgo**

Die Vitamine B1, B6, B12 und Pantothersäure tragen zu einer normalen geistigen Leistung bei. Ginkgo biloba kann die Durchblutung und Sauerstoffversorgung des Gehirns positiv beeinflussen. CDP-Cholin ist Ausgangsstoff für die Bildung von Phosphatidylcholin, einem wichtigen Bestandteil der Nervenzellenmembran.

€ 35,20 | € 44,00

**NFK Kosmetik
September**

Sichern Sie sich jetzt
-20%
Rabatt auf unsere September-Highlights



NFK NÄHRENDE DUSCHBADEMILCH

Ideal für die tägliche Reinigung des Körpers. Die Rezeptur mit Waschsubstanzen auf Zuckerbasis reinigt die Haut sanft, aber gründlich und pflegt mit feuchtigkeitsspendenden und schützenden Aktivstoffen. Der zarte, süße Duft und die pflegende Formel verwöhnen die Haut und schenken ein angenehmes Duserlebnis.

300
ML

€ 11,12
€ 13,90

NFK PROKOLLAGEN LIFTING CREME REICHHALTIGE TEXTUR

COLLRENEW® und AKEBIA

Die Lifting-Creme glättet und strafft die Haut und sorgt für einen ebenmäßigen Teint. Herzstück der Formel ist der exklusive Aktivstoffkomplex Prokollagen CollRenew®, der die natürliche Kollagenproduktion erhöht, das vorhandene Kollagen schützt und der Hautalterung vorbeugt.



€ 23,92
€ 29,90

50
ML



€ 18,32 | € 22,90

NFK ANTI-RÖTUNGEN TAGESCREME LSF 15

- ✓ Beruhigt empfindliche Haut und reduziert Rötungen sichtbar
- ✓ Schützt vor UV-Strahlen und lichtbedingter Hautalterung
- ✓ Stärkt die Hautschutzbarriere und spendet Feuchtigkeit
- ✓ Ideal für empfindliche, zu Couperose neigende Haut
- ✓ Für die tägliche Anwendung geeignet

ADLER KOSMETIK

**NEU Aktion Oktober
MICRONEEDLING**

Für einen Teint, der neue Frische ausstrahlt

Ihre Haut verdient besondere Aufmerksamkeit. Mit Microneedling setzen wir gezielte kosmetische Impulse und verbinden moderne Behandlungstechnologie mit individuell abgestimmter Wirkstoffpflege.

Feinste Nadeln stimulieren die Haut und unterstützen ihre natürlichen Erneuerungsprozesse. Das Hautbild kann dadurch glatter, ebenmäßiger und frischer wirken – für einen gepflegten Teint mit natürlicher Ausstrahlung.

Die Behandlung eignet sich hervorragend bei:

- ✓ ersten Fältchen und Linien
- ✓ Elastizitätsverlust
- ✓ fahler, müder Haut
- ✓ vergrößerten Poren
- ✓ unebenem Hautbild
- ✓ sonnengeschädigter Haut
- ✓ Aknenarben und anderen oberflächlichen Narben
- ✓ Pigmentunregelmäßigkeiten
- ✓ trockener und feuchtigkeitsarmer Haut
- ✓ Raucherhaut

-20%
Kennenlern-
angebot



MICRONEEDLING BASIC

Der intensive Pflegeimpuls für Ihre Haut

Eine umfassende Microneedling-Behandlung, abgestimmt auf Ihre individuellen Hautbedürfnisse. Ideal, um das Hautbild zu verfeinern und die Haut gepflegter, glatter und frischer erscheinen zu lassen.

ca. 1 Std. 15 Min. € 152,- | € 190,-

MICRONEEDLING BOOSTER

Mehr Wirkstoff. Mehr Pflege. Mehr für Ihre Haut.

Für eine besonders intensive Behandlung wird zusätzlich eine hochwertige Kollagen- oder Hyaluron-Ampulle eingesetzt – individuell ausgewählt nach den Bedürfnissen Ihrer Haut

ca. 1 Std. 30 Min. € 172,- | € 210,-

Jetzt Online-
Termin sichern



Tel: 0316 830 342-11

REZEPTE

VEGETARISCHE PFANNENPIZZA

-20%

SEPTEMBER



ZUBEREITUNGSZEIT

CA. 45 MIN.

ZUTATEN (FÜR 2 PORTIONEN)

Für den Teig

- ✓ 120 g Dinkelmehl
- ✓ 120 g Magerquark
- ✓ 10 g Backpulver
- ✓ 1 Prise Salz

Für die Tomatensauce

- ✓ 100 g passierte Tomaten
- ✓ 1 TL **Wurzelepp**
- **Pizza und Pasta Gewürz**
- ✓ Salz und Pfeffer

Für den Belag

- ✓ 80 g geriebener Mozzarella
- ✓ 1 kleine Paprika
- ✓ ½ rote Zwiebel
- ✓ 4-5 Champignons
- ✓ 40 g Mais (Dose)
- ✓ Cherrytomaten
- ✓ frischer Rucola zum Garnieren

40g

€ 4,24
€ 5,30

WURZELSEPP PIZZA UND PASTA GEWÜRZ

Zum Würzen von Pizza, Teigwaren, Aufläufen und Schafskäse geeignet.

ZUTATEN:

Basilikum, Oregano, Paprika, Lauch, Bohnenkraut, Tomaten, Rosmarin, Thymian

ZUBEREITUNG

- ✓ Mehl, Topfen, Backpulver und Salz zu einem glatten Teig verkneten.
- ✓ Paprika, Zwiebel, Champignons und Cherrytomaten klein schneiden.
- ✓ Die passierten Tomaten mit Kräutern, Salz und Pfeffer würzen.
- ✓ Den Teig zu einem runden Fladen ausrollen.
- ✓ Eine große beschichtete Pfanne leicht einfetten und den Teig hineinlegen.
- ✓ Den Teig bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten vorbacken.
- ✓ Mit Tomatensauce bestreichen und mit Mozzarella sowie dem Gemüse belegen.
- ✓ Die Pfanne mit einem Deckel verschließen und die Pizza 10-15 Minuten bei mittlerer Hitze backen, bis der Boden knusprig und der Käse geschmolzen ist.
- ✓ Mit frischem Rucola garnieren und servieren.

KLASSISCHES HABERMUS MIT GALGANT

inspiriert durch Hildegard von Bingen

OKTOBER

-20%



ZUBEREITUNGSZEIT

CA. 30 MIN.

ZUTATEN (FÜR 2 PORTIONEN)

- ✓ 200 g Dinkelflocken oder feiner Dinkelschrot
- ✓ 450-500 ml Milch oder Mandelmilch
- ✓ 1 Apfel (gerieben oder gewürfelt)
- ✓ 1 EL Butter
- ✓ 1-2 EL Rosinen
- ✓ 1-2 EL gehackte Mandeln oder Walnüsse
- ✓ 1 TL Zimt
- ✓ 2 Msp. **Wurzelepp Galgant**
- ✓ Prise Salz
- ✓ optional: 1-2 TL Honig oder Ahornsirup
- ✓ optional: **Wurzelepp Bertram**



€ 12,15

ZUBEREITUNG

Dinkelflocken mit Milch oder Mandelmilch in einen Topf geben und langsam erhitzen. 15-20 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen bis eine cremige Konsistenz entsteht. Apfel, Zimt, Salz und Galgant einrühren. Butter, Rosinen und Nüsse unterheben.

Vom Herd nehmen und mit Honig oder Ahornsirup süßen. Warm servieren.

Ein mildes, warmes Frühstück

WURZELSEPP GALGANT

Das scharfe Galgantpulver würzt anstelle Pfeffer Ihre Speisen.

ZUTATEN:

Galgantwurzel gemahlen

40g

€ 6,00
€ 7,50

UNSERE AKTIONEN

Aktion September

KIJIMEA REIZDARM PRO

Kijimea Reizdarm PRO ist ein Medizinprodukt zur Behandlung eines Reizdarmsyndroms mit den typischen Symptomen Verstopfung, Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen und Blähbauch.

28	84
Stück	Stück
€ 31,92	€ 71,92
€ 39,90	€ 89,90

-20%

EXKLUSIV
in der Adler
Apotheke



ORTHOMOL BEAUTY

Orthomol Beauty, der Schönheitsdrink mit ausgewählten Inhaltsstoffen wie Kollagen, Hyaluronsäure und dem Phytamin-Q10-Komplex, unterstützt die Schönheit der Haut von innen, sodass sie nach außen strahlen kann.

7
Stück

€ 25,20 | € 31,50

-20%

EXKLUSIV
in der Adler
Apotheke



-20%

EXKLUSIV
in der Adler
Apotheke

ARTHROBENE® PLUS GELENKSKAPSELN

Für bewegliche Gelenke jeden Tag: Glucosamin, Chondroitin, MSM sowie Vitamin C, D, Kalzium und Mangan unterstützen Knorpel, Gelenke und Knochen – für mehr Mobilität und Lebensqualität.

120
Stück

€ 41,52 | € 51,90



-20%

DR. BÖHM® MARIENDISTEL

Natürlich Leber entgiften:

- ✓ Verbesserung der Leberwerte
- ✓ Regeneriert geschädigte Leberzellen
- ✓ Hilft auch bei Fettleber



30

Stück

€ 15,12

€ 18,90

60

Stück

€ 23,92

€ 29,90

UNSERE AKTIONEN

Aktion September-Oktober

STILAXX® HUSTENSTILLER

Stilaxx® Hustenstiller die Nr. 1 bei Reizhusten*, stillt den Hustenreiz – entspannt den Rachen.

*IQVIA MAT 08/2025, 01A3 Produkte bei trockenem Husten

STILAXX® DROPS

Stilaxx® Drops sind die perfekte Ergänzung für unterwegs und zuhause. Gerade nach der ersten Akutphase des Reizhustens ist es wichtig den trockenen Rachen zu beruhigen und das Immunsystem weiter zu unterstützen.

Rechtlicher Hinweis: Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen dieses Medizinproduktes informieren Gebrauchsanweisung, Arzt oder Apotheker. Solange der Vorrat reicht.

Stilaxx® Duo-Aktion

Bei Kauf von
**Stilaxx®
Hustenstiller**
€ 18,90

**Stilaxx®
Drops**
GRATIS
im Wert von
€ 15,90



Medizinprodukt

Nahrungsergänzungsmittel

€ 10,95

TANTUM VERDE® PROTECT SPRAY

Die Nummer 1 in Österreich gegen Halsschmerzen

Im Frühstadium bei leichten Symptomen die Beschwerden in den Griff bekommen:

- ✓ lindert Schmerzen (anästhetisch)
- ✓ reduziert Entzündung
- ✓ bekämpft Keime (antiseptisch, bakterizid und antiviral*)

* In-vitro-Testung
Arzneimittel; Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



Aktion Oktober



120
Stück

VERTEBENE® BANDSCHEIBEN COMPLEX

Weil Ihr Rücken Sie durchs Leben trägt: Klinische Studien zeigen: Kollagen, N-Acetyl-Glucosamin und Bambusextrakt unterstützen Bandscheiben, Beweglichkeit und Regeneration – für einen starken Rücken.

€ 43,92 | € 54,90

-20%

EXKLUSIV
in der Adler
Apotheke

TUSSAFORTE

Quick Relief Night

Österreichs Nr. 1 pflanzlicher Nacht-Hustensaft**!

- Pflanzlicher Phyto Plus Komplex beruhigt effektiv und schnell
- Unterstützt einen ruhigen und erholsamen Schlaf
- Lindert rasch nächtlichen Hustenreiz*

*Erkältungshusten.

**IQVIA 01A Hustenmittelmarkt in Österreich, MAT 06/2026

Über Wirkung und unerwünschte Wirkungen dieses Medizinproduktes informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

120
ML

€ 12,72 | € 15,90



-20%

EXKLUSIV
in der Adler
Apotheke



Adler Apotheke

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

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



ONLINE SHOP

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 Dorrang

FOTOS: Adler Apotheke / Pexels / Pixabay / Adobe Firefly (KI).
Druckfehler vorbehalten, Meinung des Verfassers