ÜBER 80 % DER DEUTSCHEN LEIDEN UNTER STRESS*

Stehen Sie auch ständig unter Strom oder lässt der Stress Sie kalt?

Kennen Sie das? Stress in der Schule, im Studium, auf der Arbeit und nicht einmal in der Freizeit kommen wir zur Ruhe. Ein Termin jagt den anderen und ständig und überall müssen wir erreichbar sein. Insbesondere berufstätige Mütter sind durch die Doppelbelastung von Familie und Beruf stark gefordert. Und auch private und berufliche Veränderungen wie zum Beispiel Umzug, Jobwechsel oder der Verlust eines Menschen setzen uns zu und lassen den Stresspegel nach oben schnellen.

Einige Menschen können mit Stress besser umgehen als andere. Das liegt daran, dass sie über eine hohe innere Widerstandskraft gegen Stress (die sogenannte Stressresilienz) verfügen. Studien zeigen, dass Stressresilienz zum Teil genetisch bedingt ist. Aber auch das soziale Umfeld und die dadurch erfahrene Unterstützung spielen eine große Rolle beim Umgang mit Stress: Ein unterstützendes Netzwerk aus Nachbarn, Kollegen, Freunden und Familie sowie Achtsamkeit, Optimismus und Zuversicht stärken beispielsweise diese Widerstandskraft.

Auch wenn er uns oft zu schaffen macht – im Grunde genommen brauchen wir Stress, um Leistung zu bringen und motiviert zu sein. Stress sorgt dafür, dass Körper und Geist wach und leistungsfähig sind. Bei andauerndem Stress ohne Erholungsphasen stellt sich aber über kurz oder lang das Gefühl der Überforderung ein, das zu Leistungseinbußen, Ein- und Durchschlafstörungen und einer Vielzahl weiterer Beschwerden führen kann. Calmvalera und CalmNight Melatonin Spray können in solchen Situationen helfen.

DAS PERFEKTE DUO

FÜR DEN TAG ...

Zur Ruhe kommen

Calmvalera Tropfen und Tabletten enthalten neun effektive naturheilkundliche Wirkstoffe, die bei einer Vielzahl nervöser Beschwerden wie zum Beispiel Unruhe, Stress und Schlafstörungen helfen. Dieses breite Anwendungsspektrum verdankt Calmvalera dem einzigartigen CALM-9-Komplex aus Baldrian, Tigerlilie, Passionsblume, Traubensilberkerze, Frauenschuh, Ignatiusbohne, Kokkelskörnern, Platin und Zinkisovalerianat.

- **Beruhigt am Tag, entspannt in der Nacht**
- **Natürlich wirksam mit 9 Wirkstoffen**
- **Kein Gewöhnungseffekt**

& FÜR DIE NACHT

Einfach schneller einschlafen

CalmNight Melatonin Spray unterstützt mit Melatonin den natürlichen Schlaf-Wach-Rhythmus. Zu einer Störung des Schlaf-Wach-Rhythmus kann es zum Beispiel bei Schicht- bzw. Nachtarbeitenden und Vielreisenden kommen.

- **Bringt die innere Uhr wieder in Takt**
- **Verkürzt die Einschlafzeit**
- **Lindert Jetlag**

Für entspannte Tage und erholsame Nächte!

HEVERT ARZNEIMITTEL

WAS SIE SONST NOCH TUN KÖNNEN

Autogenes Training, Qigong, Tai Chi, Progressive Muskelentspannung, Yoga und Meditation … es gibt viele Möglichkeiten für Entspannung zu sorgen, sogar mit Apps. Die neue Calmvalera Relax App beispielsweise nutzt Klänge und Musik, um Gedanken und Gefühle zu beeinflussen und eine positive Veränderung der Stimmung und Einstellung herbeizuführen. Informieren Sie sich unter **www.calmvalera.de/app** oder laden Sie die App direkt in Ihrem Store herunter.

Zusatztipp für Eltern:
Trotz aller Fürsorge und Geborgenheit, die man seinem Kind zukommen lässt, wirken immer mehr Reize von außen oder dem familiären Umfeld auf unsere Kinder ein. Oft kann man sie nicht dauerhaft abschirmen. Darauf reagieren besonders Babys und kleine Kinder sehr sensibel, entwickeln eine innere Unruhe, wirken angespannt und nervös oder sind einfach „quengelig". Diese Nervosität kann sich dann auch auf die Eltern übertragen

Calmvalera Globuli sind für Kinder ab 6 Monaten geeignet. Sie lindern die Unruhe am Tag und fördern den Schlaf in der Nacht.

Wirkstoffe:
- Avena sativa
- Nux vomica
- Zincum valerianicum

Besuchen Sie uns unter
www.hevert.de

60000136 · ID: 5027641 · 05/2023 · Fotos: Adobe Stock, Hevert-Arzneimittel

* Quelle: Swiss Life Deutschland und YouGov Deutschland, Online-Umfrage, 2020

Calmvalera Globuli Die Anwendungsgebiete entsprechen den homöopathischen Arzneimittelbildern. Dazu gehören: Neurasthenie, nervöse Reizbarkeit. Enthält Sucrose (Zucker).

Calmvalera Tabletten Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Nervös bedingte Unruhezustände und Schlafstörungen.

Calmvalera Tropfen Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Nervöse Störungen wie Schlafstörungen und Unruhe, Verstimmungszustände. Enthält 48 Vol.-% Alkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

CalmNight Melatonin Spray – Nahrungsergänzungsmittel. Nicht empfohlen für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren. Nicht verzehren während der Schwangerschaft und Stillzeit. Einnahme nur vor dem Schlafengehen und nicht vor dem Bedienen von Maschinen oder dem Autofahren. Bei Einnahme von Medikamenten wird die Rücksprache mit dem Arzt empfohlen. Zutaten: Glycerin, Wasser, Aroma, Zitronensäure, Konservierungsstoff Kaliumsorbat, Natriumchlorid, Melatonin.

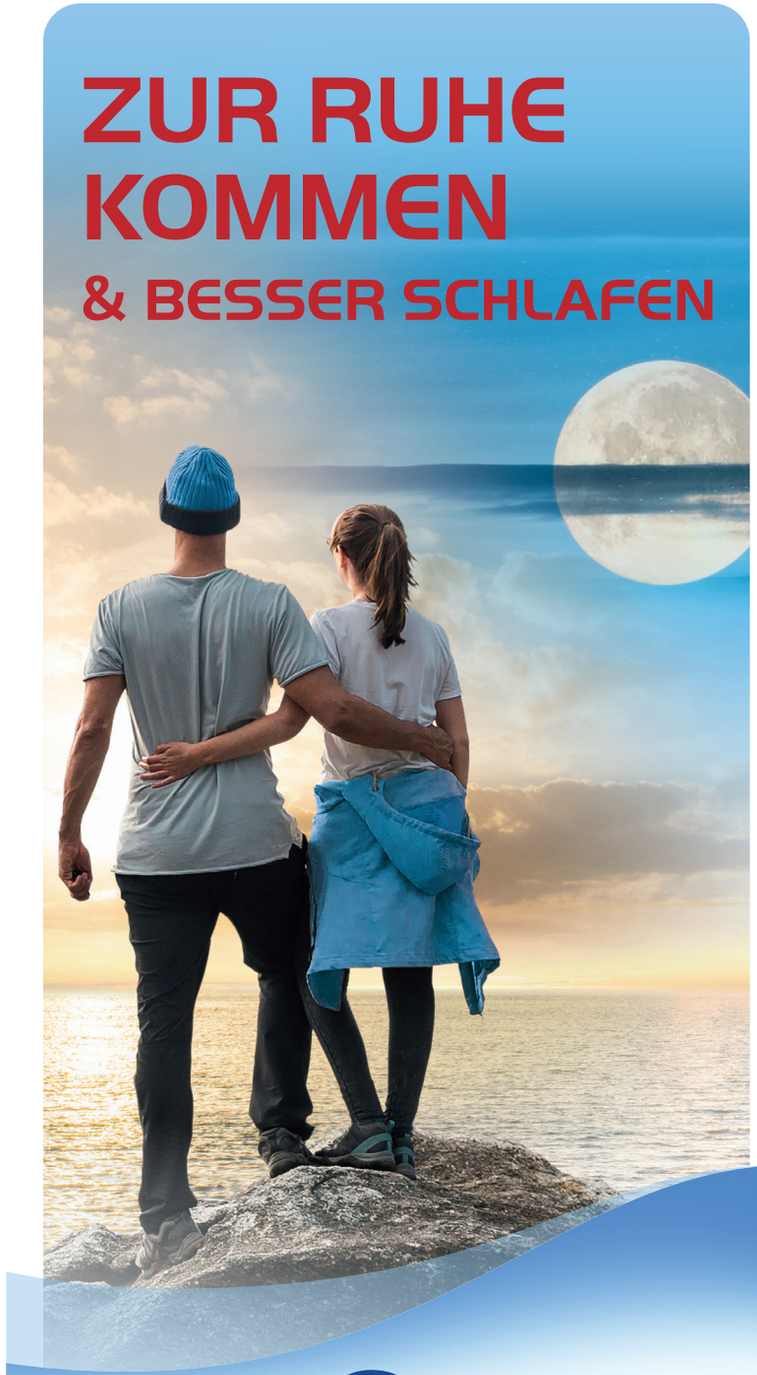
Hevert-Arzneimittel GmbH & Co. KG · In der Weiherwiese 1 · 55569 Nussbaum · info@hevert.de

Unternehmen
www.natureOffice.com/DE-077-490020
klimaneutral
durch CO2-Ausgleich

Hevert-Arzneimittel spendet jedes Jahr an die wohltätige Hevert-Foundation, welche sich für Gesundheit von Mensch und Natur einsetzt.
www.hevert-foundation.org

HEVERT ARZNEIMITTEL

ZUR RUHE KOMMEN
& BESSER SCHLAFEN



HEVERT ARZNEIMITTEL