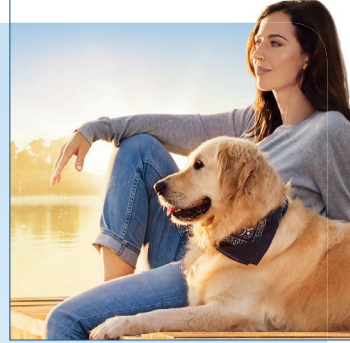


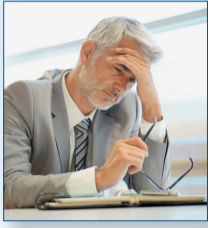
Liebe Anwender von

## CALMVALERA TABLETTE

Mit Calmvalera Tabletten haben Sie ein bewährtes naturheilkundliches Arzneimittel gewählt. Die gut verträglichen Wirkstoffe helfen Ihnen auf natürliche Weise bei Anspannung und innerer Unruhe – Tag und Nacht.



### Wie entstehen Unruhezustände und Schlafstörungen



Das Zusammenspiel von Gefühlswelt und Körper des Menschen ist komplex. Reizüberflutung, Stress, Hektik und Leistungsdruck können dieses System auf die Dauer aus dem

Gleichgewicht bringen. Der Körper reagiert darauf mit Symptomen wie innerer Unruhe, Anspannung, Nervosität und Schlafstörungen.

Auch Niedergeschlagenheit und Resignation sind mögliche Auswirkungen einer ständigen nervlichen Überlastung. Häufig werden sogar körperliche Symptome wie Muskelverspannungen, Herz- oder Magen-Darm-Beschwerden beobachtet. Medizinisch spricht man von vegetativer Dystonie. Das vegetative Nervensystem, das alle unbewussten Lebensvorgänge wie die Atmung, den Herzschlag oder den Schlaf-Wach-Rhythmus steuert, gerät aus dem Gleichgewicht.

### Wie helfen Ihnen Calmvalera Tabletten

- Calmvalera Tabletten enthalten eine Kombination von neun sorgfältig ausgesuchten Wirkstoffen, die **auf natürliche Weise zur Entspannung beitragen**.
- Innere Ruhe, Ausgeglichenheit und Leistungsfähigkeit kehren zurück, **nervös bedingte Schlafstörungen werden überwunden**.
- Die naturheilkundlichen Wirkstoffe in Calmvalera Tabletten sind **gut verträglich**; es treten **keine Gewöhnungseffekte** oder Entzugerscheinungen auf.
- Calmvalera Tabletten **machen nicht schläfriger**, eignen sich somit für Autofahrer und können auch mit chemischen Präparaten gemeinsam eingenommen werden.

### Die Wirkstoffe in Calmvalera Tabletten

**Passiflora incarnata** (Passionsblume) wirkt bei Schlaflosigkeit durch Erschöpfung, Nervosität und Überanstrengung.

**Valeriana** (echter Baldrian) hilft bei Nervosität, Unruhe und Überempfindlichkeit.

**Platinum metallicum** (Platin) lindert Verstimmungszustände sowie rasche Stimmungsschwankungen.

**Zincum valerianicum** (Zinkisovalerianat) wirkt bei nervöser Schlaflosigkeit und Ruhelosigkeit.

**Lilium tigrinum** (Tigerlilie) beruhigt bei innerer Unruhe, Reizbarkeit und Wut.

**Ignatia** (Ignatiusbohne) ist ein bewährtes Mittel bei Trauer und Kummer.



**Cypripedium pubescens** (Frauenschuh) hilft besonders Frauen bei nervöser Schlaflosigkeit.

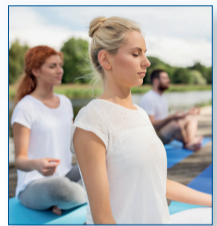
**Cocculus** (Kockelskörner) wird eingesetzt bei Erschöpfungszuständen nach geistiger Überanstrengung.

**Cimicifuga** (Traubensilberkerze) wirkt krampflösend, auch bei nervösen Störungen und Verstimmungszuständen.

### Was können Sie sonst noch für Ihre Gesundheit tun

Die Einnahme von Calmvalera Tabletten stellt eine wirksame und gut verträgliche Therapie bei Unruhezuständen, nervösen Schlafstörungen und anderen Belastungsreaktionen dar. Mit der regelmäßigen Anwendung haben Sie einen wichtigen Schritt für Ihre Gesundheit getan. Unterstützend können Ihnen folgende Maßnahmen helfen:

Entspannungstechniken wie autogenes Training oder Yoga bringen das vegetative Nervensystem wieder ins Gleichgewicht. Ausdauersport (Schwimmen, Joggen, Radfahren) sowie Spaziergänge im Grünen fördern das Wohlbefinden. Gesunde Ernährung (vollwertig, vitaminreich, regelmäßig und in Ruhe genossen) bildet die Grundlage Ihrer Gesundheit.



Bleiben Sie optimistisch, auch wenn es manchmal schwerfällt. Beruflich und privat sind Positiv-Denker meist sehr erfolgreich. Positiv eingestellte und damit ausgeglichene Menschen haben eine bessere Merkfähigkeit, sind deutlich belastbarer und kreativer.

Gönnen Sie sich etwas und versuchen Sie im Tagesgeschäft verlorene Energie wieder aufzutanken, zum Beispiel durch Kino- und Theaterbesuche oder Sport. Legen Sie regelmäßig kleinere Pausen ein; das entspannt Körper und Geist und Sie können wieder effektiver arbeiten. Oftmals hilft es, sich Teilziele zu setzen und sich am kleinen Erfolg zu freuen.

### Alles Gute für Ihre Gesundheit wünscht Ihnen Ihr Hevert-Team!

Weitere Tipps rund um Calmvalera Tabletten finden Sie im Internet unter

[www.calmvalera-tabletten.de](http://www.calmvalera-tabletten.de)

Mehr erfahren



DE 601/2402

