REISEMARKT

REISEMARKT DEUTSCHLAND

OSTSEE

Urlaub in Boltenhagen, FeWo, 5 min zum Strand, ganzjährig, Hund erlaubt! 0177-2766877,erikaloerzer@t-online.de

Hotel Kiebitz a. d. Ostsee zw. Heiligendamm u. Warnemünde, Parkplatz, WLAN, super Preis – direkt bei UNS auf www.hotel-kiebitz.de ☎ 038203/8600

Seebad Warnemünde, Zi. mit Terrasse dir. a. Strand, Blick auf Meer & Leuchtturm. ☎ 0172-7957991, Nov./Dez. frei!

Weihnachtsmarkt 2026 in Rostock FeWo's & Fe.Zimmer Tel.: 0381-6691587, info@forstfuhrmannshof.de

HARZ

Harz/ Braunlage Fewo´s ab 35€ Tel.: 05583/ 9392373 www.panoramic.de

MOSEL

Ferienweingut Kreuz-Bauer Minheim, Ferienwohnungen & Gästezimmer mit Moselblick, Frühstück, E-Bike Ladeplätze, Fahrradgarage, Autoparkplätze im Hof, www.weingut-kreuz-bauer.de ☎ 06507-6422

ERZGEBIRGE

Die Oberlochmühle PENSION*S** FeWo/DZ mit Fr., großer Garten, Grillplatz, Teich, waldreiche Gegend, Hunde erlaubt, Nähe Seiffen und Tschechien. 09548 Deutschneudorf, ☎ 037368-12730 www.oberlochmuehle.de

USEDOM

Hotel am Gothensee
***
INSEL USEDOM

SILVESTER-ARRANGEMENT
28.12.2026 – 02.01.2027
mit HP im DZ p. P. 725 €
Genießen Sie einen festlichen Jahreswechsel mit Glühwein, Grillbuffet, Silvesterbuffet, Musik, Tanz und Feuerwerk!
OSTSEEBAD HERINGSDORF · INSEL USEDOM
T: 03 83 78 - 3 36 80 · M: gothensee@web.de

SPREEWALD

Adventszeit im Spreewald 18.-20.12. inkl. Begr.-Getr., 2xÜ/F, 1xAbendbuffet, 1x Abendessen m. Gänsebraten, Tanzabend, Livemusik, Adventsüberraschg., Kaffeegedeck,Glühwein am Lagerfeuer, tägl. Saunanutzg. Hotel Zum Goldenen Löwen***S, Inh. Andreas Roschke, Markt 10, 03185 Peitz, 035601-80940 ab 219€ p. P. oder www.Hotel-Peitz.de

Schlachtefest im Spreewald 15.-17.1./ 22.-24.1.27 inkl. 1x Begrüß.likör, 2x ÜF, Abendbuffet, Schlachtebuffet, Stadtführung, Tanzabend, Livemusik, Schlachtepaket. Hotel Zum Goldenen Löwen***S, Inh. Andreas Roschke, Markt 10, 03185 Peitz 035601-80940 o. unter Hotel-Peitz.de ab 169 €/P. im DZ

Weihnachten im Spreewald 25.-28.12. inkl. Begrüß.-likör, 3x Ü/HP, Tanzabend, tägl. Saunanutzung, 1x Livemusik zum Abendessen, Weihnachtsüberr., 1,5 h Glühweinkahnfahrt. Hotel Zum Goldenen Löwen***S, Inh. Andreas Roschke, Markt 10, 03185 Peitz, Hotel-Peitz.de ab 289,- € p. P. oder Tel. 035601-80940

ZITTAUER GEBIRGE



HOTEL WALDHÜTTE ab 11.11.
Nähe Spreewald & Lausitzer Seenland, an Talsperre Spremberg, idyllische Lage
4 x Ü/HP inkl. Massage ab 275 €/P/DZ
Wellnessbereich mit Schwimmhalle
☎ 035608/40033 • www.hotel-waldhuette.de
Sebastian Löbelt-Friedrich, Alte Poststr. 1, 03058 Klein Döbbern

OSTSEE



URLAUB im Ostseebad Warnemünde
FERIENWOHNUNGEN * FERIENHÄUSER
2-6 Pers., tlw. mit herrlichem Meerblick
Einfach kostenfreien Katalog anfordern!
www.die-warnemuender.de * Tel. 0381-492 57 30
ferien@die-warnemuender.de

BAYERISCHER WALD

Herbst im Bayerischen Wald! Hotel "Ferien - vom - Ich", 94362 Neukirchen, Biergarten, Hallenbad, Sauna. ☎09961-9500, www.hfvi.de, info@hfvi.de

Sachsen Medien
MEHR SICHTBARKEIT, MEHR REICHWEITE, MEHR ERFOLG!
www.sachsen-medien.de

Sachsen Medien
Verpassen Sie nicht die besten Angebote.
sachsen-medien.de



Kostenlos in den Briefkasten?
SachsenSonntag.

Entdecken Sie die Vielfalt im Anzeigenmarkt vom SachsenSonntag.

ANZEIGE

Cholesterinsenker

Warum machen sie uns MÜDE und ERSCHÖPFT?



Sie nehmen cholesterinsenkende Medikamente ein und fühlen sich oft müde und erschöpft oder haben Muskelbeschwerden? Das steckt dahinter ...

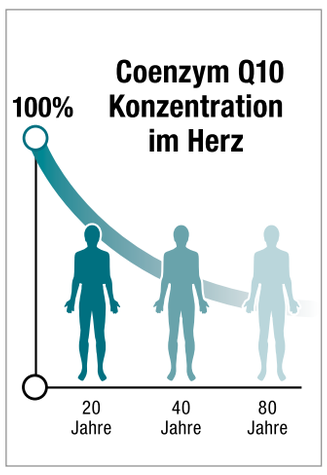
Fast acht Million Deutsche nehmen aufgrund eines zu hohen Cholesterinspiegels Statine (cholesterinsenkende Medikamente) ein. Diese reduzieren das Risiko zahlreicher Herzkreislauf-Erkrankungen. Wie bei fast allen Arzneimitteln kann es aber auch bei Statinen – neben deren positiver Wirkung – zu unerwünschten Begleiterscheinungen kommen. So kann eine Statintherapie etwa von anhaltender Erschöpfung, dem Gefühl ständiger Müdigkeit oder auch muskulären Problemen begleitet sein. Aber woran liegt das?

ZU WENIG COENZYM Q10!

Statine reduzieren nicht nur die Bildung von Cholesterin, sondern ungewollt auch die körpereigene Produktion von Coenzym Q10. Im Gegensatz zu dem überschüssigen Cholesterin ist dieser Stoff lebenswichtig für unseren Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – besonders von Herz und Muskulatur. Ist zu wenig davon vorhanden, kann es zu den oben genannten Begleiterscheinungen kommen.

ZUSÄTZLICHER ABBAU

Die Grundproblematik: Auch mit zunehmendem Alter nimmt der körpereigene Coenzym Q10 Spiegel ab.



Bereits mit 40 Jahren reduziert er sich bei Männern wie Frauen um rund ein Drittel. Patienten, die Cholesterinsenker verschrieben bekommen, trifft es also gleich doppelt. Immer mehr Kardiologen empfehlen daher, neben den Cholesterinsenkern zusätzlich Coenzym Q10 einzunehmen.

In den USA ist diese Kombination längst gängige Praxis. Nicht zuletzt deshalb ist Coenzym Q10 eines der meistgekauften Nahrungsergänzungsmittel überhaupt.

SINNVOLLE ERGÄNZUNG

Kunden der Apotheke vor Ort vertrauen hier vor allem auf das meistverkaufte Produkt Dr. Böhm Coenzym Q10.* Nur eine Kapsel davon liefert die empfohlene Tagesdosis von 100 mg. Es ist in seiner Zusammensetzung einzigartig und überzeugt Ärzte wie auch Apotheker unter anderem durch folgende Punkte:

• **Bioverfügbarkeit**
Da Coenzym Q10 fettlöslich ist, wurde der Nährstoff in den Kapseln von Dr. Böhm® in Öl gelöst. Nur so kann es vom Körper gut aufgenommen werden. Man kennt dies auch vom Karottensaft, den man immer mit ein paar Tropfen Öl verfeinern sollte, um das enthaltene Vitamin A besser aufnehmen zu können.

• **Höchste Qualität nach Arzneimittelstandards**
Wie alle anderen Dr. Böhm®-Produkte werden auch die Coenzym-Q10-Kapseln nach höchsten Arzneimittelstandards produziert – keine Selbstverständlichkeit. So können Sie auf die Sicherheit und Qualität des Produktes vertrauen.

Gestalten Sie Ihre Statin-Therapie sinnvoll mit der Ergänzung Dr. Böhm® Coenzym Q10.

*Absatz stationäre Apotheke Coenzym Q10; Insight Health DE seit 06/2026

FRAGE an den Experten



Dr. Christine Kiesel
Allgemeinmedizinerin

Ubichinon oder Ubichinol?

Coenzym Q10 ist in zwei Formen verfügbar: Ubichinon und Ubichinol. Obwohl beide im Körper vorkommen, unterscheiden sie sich in ihrer physiologischen Rolle. Für die Energieproduktion von Herz und Muskeln liegt die überzeugendste Studienlage eindeutig für Ubichinon vor.

Achten Sie beim Produktvergleich auf diesen wichtigen Unterschied.

PRODUKT-TIPP
DIE ERGÄNZUNG ZU CHOLESTERINSENKERN



Dr. Böhm® Coenzym Q10

- Nur 1x täglich – 100 mg Ubichinon
- Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- Sehr gute Bioverfügbarkeit – in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 gerne für Sie unter:
PZN: 20398051 (30 Stk) UVP: 19,90 €