

APO MED



Zu viele Süßigkeiten machen Kinder zu Gewalttätern

Kinder, die jeden Tag Schokolade und andere Süßigkeiten essen, werden als Erwachsene eher gewalttätig. Eine von der Cardiff University durchgeführte Untersuchung hat jetzt erstmals die Auswirkungen der Ernährung in der Kindheit auf die Gewalttätigkeit bei Erwachsenen untersucht. Zehnjährige, die jeden Tag Süßigkeiten aßen, verfügten im Alter von 34 Jahren deutlich wahrscheinlicher über eine entsprechende Verurteilung. Die Wissenschaftler analysierten die Daten von rund 17.500 Menschen. 69 Prozent der Teilnehmer, die mit 34 Jahren gewalttätig waren, hatten während der Kindheit fast jeden Tag Süßigkeiten gegessen. Bei den nicht gewalttätigen Teilnehmern waren es nur 43 Prozent. Der Zusammenhang blieb auch bestehen als andere Faktoren wie das Verhalten der Eltern, der Ort, an dem sie aufgewachsen waren, eine mangelnde schulische Ausbildung nach dem 16. Lebensjahr oder der Besitz eines Autos als Erwachsener berücksichtigt wurden.

Quelle: Internet

APO FEEL

Natürliche Schönheit und Lebenskraft von innen

NEU – RAUSCH bietet ergänzend zu den hochwertigen Haar- und Körperpflegeprodukten jetzt auch seine erste Nahrungsergänzung für schöne Haare, Haut und Nägel an.



Die RAUSCH Schweizer Kräuter Vital Kapseln beinhalten **23 hochwertige Wirkstoffe** als Quelle für kräftiges, fülliges Haar - geschmeidige, straffe Haut - gesunde, starke Nägel. Das einzigartige 2-fach Wirkprinzip „DUO active“, die Kombination von Öl-Kapsel und Kräuter Nährstoff-Kapsel, fördert eine sehr gute Resorption durch eine optimale Bioverfügbarkeit der natürlichen Wirkstoffe.

Die einzigartige Kombination:

Die Öl-Kapsel enthält drei hochwertige Öle, die Kräuter-Nährstoff Kapsel enthält reinsten Grüntee-Extrakt sowie eine spezielle Schweizer Kräutermischung als natürlichen Radikalfänger. Zudem unterstützt der Vitamin B-Komplex, Biotin, Pantothenensäure sowie Zink das Wachstum gesunder, kräftiger Haare und Nägel.

Ohne tierische Bestandteile und ohne Lactose, Soja, Gluten und Hefe sowie zucker- und GMO-frei (genetisch modifizierte Organismen).

Ab sofort um EUR 24,90 in allen Apotheken Österreichs.

Nähere Infos unter www.rausch.ch

APO GO

Flow Tonic® Zwei Scheibe, die Lust auf's Gleiten machen!

Flow Tonic® nennt sich ein neues, innovatives Übungsinstrument, 2 flache Kissen aus Nylon, ähnlich einer Frisbeescheibe, aber gut gepolstert.

Entwickelt wurde das simpel wirkende Trainingsgerät von Lucia Schmidt. Als Pionierin von Body&Mind Fitness entwickelt sie ihre Übungen stetig weiter und bereichert mit der neuen Art zu trainieren sämtliche Trainingsstunden von Pilates über Rücken- und Muskeltraining bis hin zu Yoga.

Die Pads werden ganz einfach auf den Boden gelegt, Arme, Beine, Ellbogen oder Knie werden auf die Pads gestellt. Durch die gleitende Unterstützung der Bewegung entstehen geschmeidige, elegante Übergänge bis in die Dehnungsposition, die Übungen bleiben lange nicht so statisch wie ohne Flow Tonic®.

Auch muss die Tiefenmuskulatur durch das Gleiten viel mehr arbeiten um den Körper zu stabilisieren. Die sichtbare Bewegung machen zusätzlich die Muskeln an der Oberfläche, so Lucia Schmidt. Die Tiefenmuskulatur sorgt im Alltag für eine vernünftige Haltung, die oberflächliche Muskulatur lässt den Körper straff erscheinen. Flow Tonic® kann also Rückenschmerzen vorbeugen und gleichzeitig eine gut Figur machen!



APO SENSE

„Iss dich jung“ Schritt für Schritt zu mehr Gesundheit

Autor: Eva Derndorfer, Markus Minoggio, Petra Rust

Verlag: Goldegg

ISBN: 978-3-901880-05-6



In einzigartigem Ansatz zeigt dieses Buch was sie tun können um hohe Ansprüche von Gesundheit, Vitalität, Attraktivität und geistiger Fitness bis ins hohe Alter hinein zu wahren.

Zusammenhänge zwischen Nahrung und Krankheiten, faszinierende Erkenntnisse über das Essverhalten sowie Tipps für sinnvolle Ernährungsumstellung werden genau erklärt. Für ein vitaleres, kraftvolleres Leben!