

Nyhet

2018-02-16

## Ljusterapiskyltfönstret ska pigga upp februaritrötta

*I februari har D-vitaminsnivåer ofta nått botten och många som bor i Sverige känner sig trötta. En orsak till vintertröttheten kan vara brist på solljus. Därför lanserar nu Apotek Hjärtat ett särskilt ljusterapiskyltfönster. Utanför Apotek Hjärtat på Mäster Samuelsgatan i Stockholm kan förbipasserande ladda ny energi bara genom att titta in i skyltfönstret.*

Med hjälp av speciellt anpassade lysrör där färg, temperatur och ljusstyrka efterliknar ett naturligt dagsljus har Apotek Hjärtat skapat ett skyltfönster som utstrålar ljusterapi. Ljusterapi används redan av många människor som en metod för att minska trötthet.

– På våra apotek hjälper vi dagligen människor som känner sig trötta och orkeslösa. Under slutet av vintern upplever vi att extra många vill ha hjälp att fylla på energinivåerna där kosttillskott som till exempel D-vitamin kan vara till hjälp, säger Annika Svedberg, chefsapotekare på Apotek Hjärtat.

Utanför Apotek Hjärtat på Mäster Samuelsgatan i centrala Stockholm kan nu förbipasserande stanna till en stund för att ladda energi. Ljusterapiskyltfönstret finns tillgängligt fram till den 22 februari. Mer information om installationen finns [här](#).

– D-vitamin bildas i kroppen när solen lyser på huden och till vintertrötta rekommenderar vi att vistas så mycket som det går utomhus i dagsljus. Men vi vet samtidigt att det kan vara svårt att hinna ut i solen de få stunder den väl visar sig i februari. För att göra ljuset mer tillgängligt, även när solen har gått ner, har vi skapat vårt ljusterapiskyltfönster. Förhoppningsvis kan det bidra med lite energi och påminna om att vi äntligen går mot ljusare tider, säger Annika Svedberg.

Inom kort lanserar Apotek Hjärtat även en ny vitaminserie. I serien finns kosttillskott som kan bidra till minskad trötthet och till att bibehålla ett normalt immunsystem, däribland multivitaminer för olika livssituationer och D-vitamin.

### För mer information

ICAs presstjänst, telefon: 010 422 52 52

*Med cirka 390 apotek runt om i landet och en omsättning på cirka 12 miljarder kronor är Apotek Hjärtat Sveriges största privata apoteksaktör. Visionen är att ge varje kund bättre hälsa och välbefinnande genom ett personligt bemötande, ett brett sortiment och utökade tjänster. Apotek Hjärtat är en del av ICA Gruppen. För mer information se [icagruppen.se](http://icagruppen.se) och [apotekhjartat.se](http://apotekhjartat.se)*