

Basischer Wohlfühltag

„starten Sie mit uns einen Basentag pro Woche“

Vorteile:

- Ein echter Jungbrunnen
- ist eine tolle Darmpflege
- bringt uns mehr Energie
- hilft der Entgiftung
- beste Gesundheitsvorsorge für uns



So **vielfältig** kann Ihr Tag aussehen:

Frühstück – Birnencreme mit Aladins Kaffeegewürz (Sonnentor), Obstsalat

Mittag- als Vorspeise einen bunten Salat mit Zitronenmarinade & eine Gemüsepfanne mit frischem, regionalen, saisonalen Gemüse Ihrer Wahl.

Abendessen- selbstgemachte Gemüsesuppe mit einem Schuss Schlag und Leinöl z.B.: Karfiol, Brokkoli, Zucchini ...

Sinn und Zweck

Reinigung von Körper-Geist & Seele

für den kleinen Hunger zwischendurch....

- ein paar Nüsse
-ungeschwefeltes Trockenobst
- oder schwarze Oliven

Ausreichend trinken → 30-40ml pro Kg Körpergewicht z.B.: Wasser m. Zitrone oder Stoffwechseltee der Firma Adler

Wir empfehlen Ihnen zur Unterstützung folgende Schüssler Salze:

- Nr.5 → für den Energiestoffwechsel
- Nr. 7 → Magnesiumlieferant z.B.: bei Krämpfen
- Nr. 8 → Feuchtigkeitsversorgung, Nierentätigkeit
- Nr. 10 → Abtransport der Schadstoffe (Leber)
- Zellbasic darf bei keiner Basenkur fehlen→ Entsäuerung & Entgiftung

Freuen Sie sich auf unsere Basenfastenwoche, nähere Infos in Kürze.

Christine Petri

Julia Strumegger

Ihre Fastenbetreuer in der Apotheke Hof

Email: apotheke@beindl.com Tel.: 06229/39100

Wolfgangseestraße 18, 5322 Hof bei Sbg.