

Die Bausteine für Gesundheit und Lebensfreude

Wir möchten, dass Sie Ergebnisse haben, die Sie spüren! Denn jeder kann seine Energie noch steigern! Doch womit am besten anfangen? Wir empfehlen folgende Bausteine: Wasser, Ernährung und Vitalstoffoptimierung. Machen Sie den Test und beobachten Sie, wie Ihr Energiepegel innerhalb von drei Monaten spürbar wächst.

Baustein1: Grundversorgung für eine sturmfreie Gesundheit

- Täglich mindestens zwei Liter reines, energiereiches Wasser trinken (z.B. Pure Water Machine Wasserfilter von Life Plus mit Energetisierung)
- mehrmals pro Tag Salat und/oder Früchte als Hauptmahlzeit (am besten aus kontrolliert biologischem Anbau)
- Daily BioBasics von LifePlus
- Proanthanols (OPC) von LifePlus

Baustein2: Säure – Basen – Balance

Heute ist fast jeder übersäuert, mit gesunder Ernährung allein ist es oft nicht getan!

Kurempfehlung (4 Wochen):

- Frische Gemüsesäfte (entsaften mit Entsafter)
- Himalaja Steinsalz – Sole Trinkkur
- Micro-Mins (Spurenelemente) und CalMag Plus (Kalzium und Magnesium) von LifePlus

Baustein 3: Amalgam – Ausleitung

Auch diese starke Belastung wird oft unterschätzt. Nach dem fachgerechten Entfernen des Amalgams, sollte eine Ausleitung folgen. Die Beobachtung durch einen fachkundigen Naturarzt / Zahnarzt ist sehr sinnvoll.

Kurempfehlung (1/2 - 1 Jahr):

- MSM von LifePlus
- Chlorella / Spirulina –Alge
- Bärlauch und Koriander

Baustein 4: Darmreinigung und Anti-Parasitenkur

„Im Darm sitzt der Tod“ oder „Der Darm ist die Grundlage für ein gesundes Leben“. Diese Sätze sind bekannt, was können wir tun?

Kurempfehlung (4-6 Wochen):

- Täglich 3 Liter reines Wasser trinken
- ballaststoffreiche pflanzliche Nahrung
- Colon Formula (Ballaststoffe!) von LifePlus
- ParaCleanse (Darmreinigung) von LifePlus

Baustein 5: Früchte – Paradieskur

Transformieren Sie Ihre alten Gewohnheiten des Essens.

Eine Früchte-Rohkostkur entlastet den Körper von Toxinen, und die Vitalstoffe aus frischem Obst (Bio-Landes- und Tropenparadiesfrüchte) reinigen und bauen auf. Dies ist eine natürliche Schlemmerkur.

Wer die positiven Effekte auf Dauer haben möchte, muss noch etwas mehr wissen, um erfolgreich mit und mit Spass dabei zu bleiben. Fragen Sie nach unseren Bücherlisten.

Zu den einzelnen Themen können Sie weitere Infos per Mail anfordern.

Viel Erfolg und Lebensfreude wünscht Ihnen

Clemens Hart

Facharzt/Naturheilverfahren/Ernährungsmediziner

Homöopathie - Akupunktur

Altendorfer Strasse 16, 09113 Chemnitz

Tel. : 0371 - 3360400. Fax: 0371 - 3360402, Mail: clemens.hart@t-online.de

www.naturheilkunde-chemnitz.de und www.IntegraleNaturmedizin.de

