



### **BASISCHER KRÄUTERTEE - Setzen Sie täglich gesunde Impulse**

Kräutertee zu trinken gehört seit ewigen Zeiten zu den erfolgreichsten Methoden, um inneres Wohlbefinden zu erhalten und zu fördern.  
Die ausgewogene feine Zusammenstellung aus Bio Anbau stammender 48 Kräuter ist nicht nur wohlschmeckend, sondern auch eine ideale Begleitung jeder Entschlackungs – Fasten – und Cellulitekur.

**AT-N-01-BIO erhältlich in 100g und 250g oder als Tee Beutel**



### **KRÄUTERTEE „FRÜHLINGSZAUBER“**

Melisse, Salbei, Lavendel, Petersil, Fenchel, Ringelblume und Brennnessel aus kontrolliert biologischen Anbau wirken erfrischend, reinigend und bringen innere Harmonie und Wohlbefinden.

**AT-N-01-BIO erhältlich in 70g**



### **BASENKRAFT - Rein pflanzliches Lebensmittel**

Die ausgewogene rein pflanzliche und naturbelassene Mischung aus Blütenpollen, Lecithin, Weizenkeime, Kürbiskerne, Braunhirse, Mandelpulver, Feigenpulver, vielen Kräutern und Gemüse, hält die natürlichste Vitalstoff-Quelle, den höchsten Energiereichtum und bestmögliche Vielfalt der Natur für unseren Organismus bereit. Die BasenKraft hat durch Ihre gezielte Zusammenstellung eine umfangreiche Nährstoffdichte, ist äußerst basenaktiv und ist daher als Lebensmittel besonders wertvoll. Sie fördert aktiv das tägliche innere Wohlbefinden und ist auch ein idealer Begleiter jeder Entschlackungs – und Fastenkur.

**Erhältlich in 250ml – 500ml – 1000ml**



### **DARMGESUNDHEIT - Grüne ventilierte Heilerde**

Alle Pflanzen auch die Heilpflanzen ziehen ihre Kräfte aus der Erde. Ohne die Pflanzenwelt hätten wir keine Nahrung und keinen Sauerstoff. Die Erde ist also wesentlicher Nährboden für Leben. Durch die Einnahme von grüner ventilierte Heilerde und die damit zu erzielender Bindung der Gär – und Fäulnisstoffe, kann die ständige Selbstvergiftung vom Darm gebannt werden und wirkt unterstützend auf die allgemeine Reinigung unserer Körpersäfte.

Grüne ventilierte Heilerde ist auch ein ausgezeichnetes Kosmetikum für die Haut.

**Erhältlich in 500g Pulver**



### **Flohsamenschalen - Die kleinen Helfer für den Darm**

Die Schalen der hellbraunen Samenkörner besitzen ein hohes Maß an Quellfähigkeit und fördern dadurch eine optimale Darmreinigung. Flohsamenschalen sind ein exzellenter Ballaststoff, fördern eine geregelte Verdauung und schaffen ein optimales Darmmilieu.

**Erhältlich in 300g**

### **EINLAUFGERÄT ( Irrigator )**

Wer kennt nicht diesen Ausspruch „Der Tod sitzt im Darm „  
Ungesunde und zu große Mahlzeiten kosten unserem Darm viel Energie, die Folgen sind oftmals Darmprobleme wie Verstopfung, Völlegefühl, Blähungen, Durchfall, Krämpfe...  
Der Einlauf ist dabei die beste Methode, um den Darm in seiner Ausscheidungsfunktion nebenwirkungsfrei zu unterstützen und regt dabei das gesamte Immunsystem an.  
Scheuen Sie sich nicht diese einfache Methode auch zu Hause durchzuführen.  
Genaue Beschreibung und Anwendung liegen dem Einlaufgerät bei.



### **TAUSENDSASSA! Basisches Badesalz „DieBase“**

Basisches Badesalz „**DieBase**“ ist ein Tausendsassa was Wirkung und Anwendungsmöglichkeiten betrifft , und viele schätzen es als wahren Jungbrunnen für Körper, Haut und Seele. Basische Körperpflege ist keine Erfindung der Neuzeit sondern schon Römer, Perser, Ägypter oder Azteken benutzten basische Grundkomponente in der ganzheitlichen Körperpflege. Im Ayurveda und in Japan haben heute noch basische Bäder und Anwendungen Tradition.

Das Wissen um die basische Körperpflege geriet bei uns leider in Vergessenheit als die Kosmetik anfang auf Basis von Erdölprodukten Kosmetika herzustellen. Doch wir kehren mit dem basischen Badesalz „**DieBase**“ zu den Wurzeln der ganzheitlichen Haut – und Körperpflege zurück. Durch Waschungen, Wickel, Auflagen, Fuß- und Vollbäder basische Salze nicht nur dabei Säuren auszuscheiden, sondern sie wirken gleichzeitig regulierend und ausgleichend auf die Talgproduktion und den Hautstoffwechsel. Die Haut erhält dadurch ihre natürliche Geschmeidigkeit und Elastizität wieder zurück.

#### **„DieBase“ – Entspannung und Entschlackung pur**

Durch basische Bäder werden die Poren sanft geweitet und ihre natürliche Funktion der Säure – und Giftauusscheidung unterstützt. Auf der Hautoberfläche können ausscheidbare, belastende Säuren und Gifte mit dem basisch, mineralischen Badewasser reagieren und so direkt von der Haut gelöst werden. DieBase ist für alle Hauttypen bestens geeignet, sogar empfindliche Haut profitiert von solchen Anwendungen.wieder zurück.

**Und so geht`s:** Geben Sie nach Herstellerangaben „**DieBase**“ in Ihre Badewanne und füllen Sie sie mit Wasser. Das Badewasser sollte Körpertemperatur haben. Während des Basenbades haben sich Bürstenmassagen bestens bewährt. Streichen Sie hierbei Ihren Körper mit einer Bürste ab und beginnen Sie dabei immer herzfern an den Beinen. Die Badedauer bestimmen Sie selbst, sollte aber mindestens etwas über einer halben Stunde liegen, den erst nach zirka 30 Minuten setzt der entschlackende Effekt ein und ist nach etwa 90 Minuten am größten. Nehmen Sie sich daher Zeit für dieses entspannende und hautpflegende Badevergnügen. Nach dem Basenbad das Badewasser nicht abduschen, da die basischen Mineralsalze sehr hautpflegend wirken, am besten in warme Tücher einwickeln und etwas nachruhen.

#### **„E&M Vital DieBase“**

Die einzigartige Mischung an natürlichen Mineralstoffen, dem hochwertigen, reinen nach Mondrythmen abgebauten Natursalz und dem 7 Edelsteinpulvergemisch, machen unser basisches Badesalz „DieBase“ zur Krönung der basischen Körperpflege.

**Erhältlich in Dose 750g / 1400g / 3000g**



## BASISCHE GESICHTS- UND KÖRPERKOSMETIK

Basisch – mineralische Hautpflege ist durch die heutige säurelastige Lebensführung und Umweltbelastung, wichtiger als je zuvor und unterstützt sanft den natürlichen Hautstoffwechsel. Durch die Verwendung reiner hochwertiger und natürlicher Frischpflanzenextrakte, Natur – Öle, Vitamine und der basisch – mineralischen Grundrezeptur, erreichen wir eine Harmonisierung des Hautstoffwechsel, die jede Haut zum strahlen bringt. Wir verzichten dabei bewußt auf saure Reizung, tierische Rohstoffe, chem. Konservierungsstoffe und chem. Parfumzusätze.

**Erhältlich als Haarshampoo, Duschgel, Körpermilch, Peeling und Gesichtskosmetik**

## ALLGEMEINES

- Meiden Sie so oft es geht die verführerisch präsentierten Genussmittel
  - Meiden Sie Völlerei und unkontrollierte Essattacken
- Essen Sie wenn möglich nur aus Hungergefühl und nicht aus Langeweile
  - Meiden Sie ungesunde, einseitige Diäten
  - Meiden Sie fast food und Mikrowellen Essen
  - Trinken Sie vor dem Essen ausreichend und nicht zum Essen
    - Essen Sie Obst nie als Nachspeise
  - Meiden Sie am Abend schwer verdauliche und säurebildende Speisen
    - Wie z.B. Wurst, Käse, Weißbrot, Milchprodukte, Chips und Süßes...
- Reduzieren Sie Kaffeegenuss, bei einer generellen Entsäuerung ist totaler Verzicht angesagt
  - Machen Sie täglich Bewegung in frischer Luft
  - Sorgen Sie täglich für ausreichend Ballaststoffe in der Nahrung
- Trinken Sie viel kohlenstoffarmes Wasser und setzen Sie gesunde Impulse mit Kräutertee, Grüntee und frisch gepressten Gemüsesäften
  - Essen Sie viele lebendige Lebensmittel: frisches nicht gekochtes Gemüse, Salate in allen Variationen, würzen Sie immer mit vielen frischen Kräutern
    - Verwenden Sie für die Zubereitung der Speisen nur Natursalz
    - Genießen Sie gerne das Glas Rotwein, aber bitte nur selten mehr
- Machen Sie regelmäßige Entschlackungs – und Fastenkuren und sorgen Sie für einen gesunden Darm.