



## Sind Sie schon sommerfit?

Es ist noch nicht zu spät für die gewünschte Bikinifigur! Mit unserem wirkungsvollen 24-tägigen Entgiftungsprogramm, ergänzt durch einen gezielten Ernährungsplan und Produkten aus wildwachsenden Heilpflanzen, können Sie bis zu den Sommerferien ihre Bikiniform noch erreichen. Zudem reinigt es alle 5 Ausscheidungsorgane wie Nieren, Darm, Leber, Blut und die Haut. Somit geben wir den Organen wieder Energie und der Stoffwechsel wird angekurbelt.

Sind Sie interessiert? Gerne begleite ich Sie dabei. Weitere Informationen dazu auf der Homepage unter: Wohlbefinden/Entgiftungsprogramm

## Sonnenschutz – ganz natürlich und in Zusammenarbeit mit dem körpereigenen Schutzmechanismus

Haben Sie gewusst, dass die Hautkrebsrate bei Frauen und Mädchen prozentual viel höher ist als bei Gärtnern, Strassenarbeitern und Handwerkern, die meistens draussen arbeiten? Der Unterschied zwischen den Frauen und Mädchen und den Arbeitern ist der, dass sich die Arbeiter so gut wie gar nie mit Sonnencreme schützen! Was sagt uns das?

Wichtig für uns zu wissen ist, dass die Inhaltsstoffe von Sonnencremen mit hohem Lichtschutzfaktor extrem schädlich sind. Diese betäuben das Gefühl der Haut für „Genug!“, verhindern, dass die Haut überhaupt auf ihren eigenen Schutzmechanismus zurückgreifen kann und auf der Haut entsteht durch die vielen chemischen Stoffe ein richtiges kleines Giftlabor!

Die gute Nachricht ist, dass wir durchaus Alternativen zu den chemischen Sonnencremen haben und das sind Naturkosmetik-Produkte mit natürlichen Inhaltsstoffen und komplettem Verzicht chemischer Schutzfilter – wie die Mei-Sonnenpflege-Produkte.

Lesen Sie doch selber nach, wie diese genau wirken und die Haut optimal unterstützen: <http://www.benessere-naturale.ch/aktuelles> - pdf-download, Sonnenschutz

Allerdings ist die Sonne auch sehr wichtig für uns. Gerne erinnere ich an dieser Stelle an die Produktion von Vitamin D, die nur mit genügend Sonnenlicht überhaupt möglich ist. Wenn wir uns andauernd mit einem hohen Lichtschutzfaktor „zupappen“ und draussen ständig eine Sonnenbrille tragen, verhindern wir unter anderem auch die körpereigene Produktion von Vitamin D, was für den Körper gravierend ist. Unser Körper ist für den Umgang mit der Sonne durchaus gewappnet und weiss sich zu helfen, solange wir uns an gewisse Regeln halten. Wenn wir mit Mass an die Sonne gehen, in wärmeren Gefilden uns brav im Schatten sonnen und immer genug Wasser trinken sowie natürliche Sonnenschutz-Produkte nutzen, tun wir unserem Körper nur Gutes.

Hier noch ein Tipp, wenn Sie trotz aller Vorsichtsmassnahmen doch einmal ein Sonnenbrand erwischt:

Jeder kennt unterdessen die Wirkung von Aloe Vera und wir wissen auch, dass das homöopathische Mittel Apis bei Sonnenbrand hilft. Manche benutzen auch Quark, Kieselsäuregel oder ähnliches. Haben Sie gewusst, dass der Saft einer Bio-Zitrone super hilft? Einfach eine zimmerwarme Bio-Zitrone frisch auspressen und den Saft auf der frisch verbrannten Haut verteilen und eintrocknen lassen (evtl. wiederholen). Oft schält sich dann die Haut nicht und auch das unangenehme „Beissen“ bleibt aus, wenn man rechtzeitig reagiert hat.

## Sind gesunde und schöne Beine und Füße für Sie wichtig?

Beginnt man bereits jetzt mit der Fuss- und Beinpflege kann man relaxt dem Sommer und der Badesaison entgegensehen und sich freuen, wenn die Temperaturen es erlauben wieder mehr Bein zu zeigen.

Schenken Sie Ihren Füßen mehr Aufmerksamkeit, denn diese tragen Sie den ganzen langen Tag, ja das ganze Leben lang, und erhalten im Allgemeinen sehr wenig Beachtung und Pflege. Lesen Sie hier, wie Sie mit heilpflanzlichen Produkten aus Wildpflanzen von MEI Ihre Füße und Beine pflegen und ihnen Linderung von innen und aussen verleihen können. Der Sommer und die Wärme kommen bestimmt – nutze die Zeit der Vorbereitung!

Gönnen Sie Ihren Füßen ein wöchentliches **Fussbad mit Ingwer (035)**, es regt den Kreislauf an und bringt Erleichterung bei müden, geschwollenen und schmerzenden Füßen und Beinen.

Cremen Sie Ihre Füße am besten jeden Abend ein. Der **Fussbalsam (029)** auf der Basis von Aloe Barbadensis, Eisenkraut, Wintergreen und Arnika bekämpft Trockenheit, nährt und deodorisiert den Fuss.

Bei schweren und müden Beinen empfehlen wir das **Wachholdergel (204)** mit Wacholder, Orange, Fenchel, Birke und Grapefruit, alles Heilpflanzen die belebend, lymphdrainierend und Blutrückfluss anregend sind – eine wahrhaft wohltuende Wirkung für Ihre Beine!

Wussten Sie, dass Ihre Fussnägel und Zehenzwischenräume liebend gerne Bakterien anziehen?  
**Darum:** im Sommer die Füße desinfizieren!!

Unser **Qualamano (128)** ein natürlicher Desinfektionsspray für Hände und Füße auf der Basis von Grapefruitkernen, Zitrone, Thymian und Gewürznelken. Ein praktischer und handlicher Spray für zu Hause und auf Reisen, vor allem auch für Kinder sehr empfehlenswert.

Natürlich haben wir für zahlreiche Bein- und Fuss-Probleme, wie Durchblutungsstörungen, Krampfadern, Ödeme, Fusspilz usw. grossartige Produkte, die Ihren Beinen und Füßen Linderung von innen und aussen verschaffen! Rufen Sie mich an, wenn Sie eine Beratung wünschen.

## Frühlings-/Sommer-Tipp

Wussten Sie, dass wir auch ein exklusives, **naturreines Parfüm** im Sortiment haben, hergestellt aus Wildpflanzen? Ein erfrischendes und leichtes Parfüm für die warmen Tage!



**Mei88** ist die Essenz eines natürlichen Stils, die Sinndeutung eines Dufts mit allen Eigenschaften der Firma Mei, die sich natürliches Wohlbefinden zum Credo macht.

Mit einer frischen, blumigen und zugleich nach Holz duftenden Note ist Mei88 höchster Ausdruck der Kunstfertigkeit italienischer Parfümherstellung.

Die gefühlvolle Kopfnote ist sofort wahrnehmbar und ausgewogen in ihrer Intensität: ein volles Bouquet aus Zitronen, Mandarinen und grünen Blättern.

Die Herznote stimuliert den Geruchssinn aufs Neue und harmonisiert perfekt mit der Haut. Dank dem Duft der Strandlilie, Strohblume und des Jasmins wirkt diese Note frisch und nachhaltig.

Die wahre Kraft aber liegt in der wohltuenden und langanhaltenden Basisnote, welche den Geruch der Zeder, der Montpellier-Zistrose samt einer Prise Mittelmeerduft verbreitet.

**Mei 88 (188)** Parfüm Natural Spray - 50ml - Unisex, für die Frau und den Mann  
Fr. 66.70