



Der Weg zum Wohlbefinden

DAS ANTI-AGE-PROGRAMM

Phase B **Anti-Age-Programm - Zeitraum 18 Tage**

Ziel - **Organismus regenerieren**
 - **Körpermodellierung**

ALLGEMEINES

- Das Anti-Age-Programm dient der Entwässerung, Straffung und Festigung des Gewebes sowie einer kompletten neuen Körperformung.
- Es aktiviert den Stoffwechsel und reinigt die Organe.
- Voraussetzung für den Erfolg dieses Programms ist ein vorhergehendes Entgiftungs-Programm, da es dem Körper hilft, den Organismus vorzubereiten.
- Das Anti-Age-Programm zwingt den Stoffwechsel, die Reserven aus den Depots herauszuziehen und abzubauen.
- Es hat tiefe Wirkung auf das Erinnerungsvermögen des Körpers = neue Dimension des Wohlbefindens - der Körper lernt wieder selber, wo er die Reserven abbauen und abholen muss!
- Dabei werden die Ausscheidungsorgane nicht belastet, und der Organismus erhält neue Vitalität.
- Der Körper erhält eine rasche Erholung und Entspannung. Neue Frische und Energie kehren in den Körper zurück.

WICHTIG

- Das Programm muss konsequent durchgeführt werden.
- Dabei ist es ganz wichtig, sich für jede Mahlzeit hinzusetzen (auch wenn nur Produkte einzunehmen sind), einen Teller zu nehmen und sich 15 Minuten Zeit zu lassen, die Produkte (Vitagel, Tee, Kompressen, Kapseln usw.) zu "kosten". Im Hirn muss abgespeichert werden, dass man eine Mahlzeit eingenommen hat, so als wäre dies ein Ritual!!!
- Die Produkte sind so zusammengestellt, dass kein Mangel an Nährwerten oder Substanzen usw. entsteht, denn sie ersetzen eine vollständige Mahlzeit. Bockshornklee gibt viel Kraft und Energie. Ein Esslöffel Vitagel entspricht dem Nährwert einer Mahlzeit.
- Nach einer 4-tägigen Behandlung zur Stoffwechselförderung folgt ein 14-tägiger professioneller Ernährungsplan mit einer Hauptmahlzeit pro Tag. Der Wechsel von 7x Mittagessen zu 7x Abendessen bezweckt einen erneuten „Kick“ für den Stoffwechsel.
- Dieser Ernährungsplan hat aber eine andere Funktion als der Ernährungsplan der Entgiftung.
- Man spürt wieder ein richtiges Hungergefühl.
- Es ist wichtig, dass tagsüber genügend getrunken wird. Es sollten mindestens 1,5 Liter Wasser ohne Kohlensäure (mit = blähend) sein!
- Täglich 20 Minuten Bewegung zu Fuss oder auf dem Hometrainer. Regelmässige körperliche Aktivität baut Stress ab, sorgt für physisches Wohlbefinden und erhält das psychische Gleichgewicht.
- Heisses (abgekochtes) Wasser ist ein einfaches, aber wirkungsvolles Mittel, um den Stoffwechsel zu fördern und Giftstoffe aus dem Körper zu spülen.

EINNAHMEPLAN DER Mei-PRODUKTE

Die ersten vier Tage

Frühstück

- 1 Esslöffel **Vitagel**, gut schütteln (nicht bei Bienenallergie)
- 1 gestrichener Teelöffel **Schachtelhalm-Kräutertee** in eine Tasse geben und mit heissem Wasser übergießen, **3- max. 5 Minuten** ziehen lassen, langsam trinken (wenn der Tee zu lange zieht, wirkt er blutdrucksenkend!)
- 1 Teelöffel **Gemischtes Getränk** in den Tee geben oder separat in Wasser einnehmen
- 2 Kapseln **Bockshornklee**
- 1 Kapsel **+Stärke**

BITTE, bis zum Mittag nichts essen!

Mittagessen

- 1 Komresse **DimaMei** gut kauen (nicht bei Allergie auf Krustentiere)
- 1 Tasse **Schachtelhalm-Kräutertee**
- 1 Teelöffel **Gemischtes Getränk** in den Tee geben oder separat in Wasser einnehmen
- 2 Kapseln **Bockshornklee**, **ab dem 15. Tag 1 Kapsel**
- 1 TL **DrenaMei** (gut schütteln) mit Wasser verdünnt einnehmen (nicht bei Personen, die **Blutverdünner brauchen**) - Kaffee darf erst 2 Stunden danach getrunken werden, da sonst keine Wirkung
- 1 Esslöffel **Vitagel**, gut schütteln (nicht bei Bienenallergie)
- 1 Naturjoghurt mit ein paar Sonnenblumen- oder Kürbiskernen oder Haferflocken - oder ½ Portion **Ortomei** essen

BITTE, bis zum Abend nichts essen!

Abendessen

- 1 Komresse **DimaMei** gut kauen (nicht bei Allergie auf Krustentiere)
- 1 Tasse **Schachtelhalm-Kräutertee**
- 1 Teelöffel **Gemischtes Getränk** in den Tee geben oder separat in Wasser einnehmen
- 2 Kapseln **Bockshornklee**, **ab dem 15. Tag 1 Kapsel**
- 1 TL **DrenaMei** (gut schütteln) mit Wasser verdünnt einnehmen (nicht bei Personen, die **Blutverdünner brauchen**) - Kaffee darf erst 2 Stunden danach getrunken werden, da sonst keine Wirkung
- 1 Esslöffel **Vitagel**, gut schütteln (nicht bei Bienenallergie)
- 1 Kapsel **+Vitamine & Mineralstoffe** - bei Schlafstörungen und Aufgeputschtsein nach dem Mittagessen einnehmen

Bei Bedarf (und nur dann) 1 Naturjoghurt oder ½ Portion **Ortomei**

Ab dem 5. - 18. Tag

- Alle Produkte werden weiterhin eingenommen wie an den ersten 4 Tagen, **ausser dem Vitagel**. Dieses wird beim Mittag- resp. Abendessen weggelassen, da es einen hohen Nährwert hat. **Der Bockshornklee** wird am Mittag und Abend reduziert auf **1 Kapsel**.
- Ab dem 5. Tag gibt es eine Hauptmahlzeit pro Tag, und zwar abwechselnd: während 7 Tagen wird sie am Mittag und dann 7x am Abend eingenommen, und Sie entscheiden, wie Sie vorgehen möchten. Wir empfehlen, mit dem Mittagessen zu beginnen.
- Nach sieben Tagen wechseln Sie die Einnahme der Hauptmahlzeit (Mittag auf Abend oder Abend auf Mittag)
- Kohlenhydrate darf man bei diesem Programm auch abends essen, es sollte jedoch darauf geachtet werden, dass man sie hauptsächlich mittags einnimmt. Eine Kombination von Eiweissen und Kohlenhydraten ist auch möglich.

ERNÄHRUNGSPLAN Vorschlag

| Tag | Frühstück | Mittag- oder Abendessen |
|-----|-------------------|--|
| 1 | gem. Einnahmeplan | Fleisch (Rind, Kalb), Gemüse und/oder Salat |
| 2 | gem. Einnahmeplan | Reis (mit Tomaten/Pilzen usw.), Gemüse und/oder Salat |
| 3 | gem. Einnahmeplan | Fisch gedünstet, gegrillt oder in Folie, Gemüse und/oder Salat |
| 4 | gem. Einnahmeplan | Spaghetti/Teigwaren (mit Tomaten/Zucchini/Erbsen usw.) oder Polenta, Gemüse und/oder Salat |
| 5 | gem. Einnahmeplan | Rührei oder Omelette (mit Pilzen/Gemüse gefüllt) oder Pouletbrüstli, Gemüse und/oder Salat |
| 6 | gem. Einnahmeplan | Gemüse-Pizza ohne Mozzarella, Teigwaren oder Reis, Gemüse und/oder Salat |
| 7 | gem. Einnahmeplan | Gemüsesuppe oder 1 Portion Ortomei |

Nehmen Sie sich zum Essen Zeit, setzen Sie sich zu jeder Mahlzeit hin und schaffen Sie sich ein angenehmes Umfeld.

INFOS ZU DEN PRODUKTEN

Schachtelhalm-Kräutertee

- Hauptbestandteil plus 7 weitere Kräuter (Mädesüss, Holunder, Kirsche usw.)
- Steigert die Harnabsonderung
- Wirkt entwässernd und entschlackend
- Ist nierenreinigend und reichert das Organ mit Mineralsalzen an
- Scheidet überschüssige Schlackenstoffe aus
- Zerstört die Kristalle der Harnsäure
- Reinigt die Haut
- Mildert Gelenkschmerzen
- Normalisiert und reguliert den Flüssigkeitshaushalt des Körpers
- Der Tee macht durstig bei Leuten, die wenig trinken - oder umgekehrt
- Er kann auch mit Gemischtem Getränk gesüsst werden

Vitagel

- Basis: Honig, Gelée Royal, Pollen, Propolis von italienischen Bienenvölkern
- Hochkonzentriertes Bienenprodukt - auch für Kinder geeignet
- Wird frisch verarbeitet und ist ein hochwertiges Konzentrat, das durch die Technik mit Ultraschall von Wasser und Feststoffen befreit wird
- Ohne Konservierungsmittel, Farb- oder sonstige chemische Stoffe
- Es ist ein reines Produkt, das der Körper ganzheitlich aufnimmt, - geht direkt ins Blut, ohne im Verdauungstrakt zu verkommen
- Versorgt den Körper mit allen nötigen Nährstoffen
- Liefert hohe Energie mit niedriger Kalorienzufuhr (ohne Zuckerzusatz)
- Wirkt auf physischer und psychischer Ebene
- Hilft bei Überlastung (Stress), Müdigkeit und Kraftlosigkeit, der Körper erhält wieder genug Energie und Lebenskraft
- **Nicht einnehmen bei Bienenallergie!**

Mischgetränk

- Basis: Honig, Propolis, Faulbaumrinde
- Reinigt und heilt den Darm - ist aber kein Abführmittel
- Verursacht keine Abhängigkeit
- Wirkt entgiftend, löst Ablagerungen auf
- Lindert Entzündungen und bekämpft die Gärsituation
- Normalisiert den Darmtrakt (Verstopfung/Durchfall)

Bockshornklee

- Unterstützt, stärkt und erhält die Muskeln (keine Erschlaffung der Haut, greift nur die fette Masse an = Körpermodellierung)
- Ist unterstützend bei Inkontinenz, Schwächung der Beckenbodenmuskulatur und der Prostata
- Reguliert die Hormone
- Hilft bei Menstruationsproblemen
- Wirkt vorbeugend für Menopause

DimaMei

- Basis: Chitosan, Bohnen, Garcinia Cambogia, Nelke und Papaya
- Sättigt
- Regt die Verdauung an
- Sammelt die Fette und scheidet sie aus
- **Nicht einnehmen bei Allergie auf Krustentiere** (Ersatz: Löwenzahn/Artischocke)

DrenaMei

- Basis: Silberpflaume, Gingo, Honigklee, Schafgarbe, Majoran, Orange und Grapefruit
- Wirkt entwässernd auf das Lymphsystem
- Versorgt das Gewebe mit Sauerstoff
- Wirkt diuretisch und verflüssigend auf den Blutkreislauf
- **Nicht für Personen, die Blutverdünner brauchen** (Ersatz: Heidelbeersaft)

+Vitamine & Mineralstoffe mit Zink

- Basis: Vitamin C + E, Eisen, Magnesium, Chrom, Kupfer und Selen = Bindung des Kalziums und Zink
- Zink-Magnesium-Selen-Mischung hilft uns, den richtigen Schlaf-Wach-Rhythmus zu finden.
- Eisen-Kupfer-Synergie wirkt auf die Erhaltung gesunder Haut
- Zink ist wichtig für das Sehen und das Gedächtnis, hilft bei Hautausschlägen
- Kombinationen: Kalziumtransport organisieren und Vitamin D ergänzen
- Gleich Mineralienhaushalt aus
- Aktiviert und stärkt die Immunabwehr
- Ist Prävention, um Mangel an Vitaminen auszugleichen
- Verbessert Blutqualität

- Steigert geistige Aktivität
- Regeneriert Gewebe
- Beugt Stress vor
- Baut neue Zellen auf
- Verkürzt die Erholungsphasen bei körperlicher Anstrengung, hektischem Lebensstil, Krankenhausaufenthalt, physischen Umständen wie Schwangerschaft, Wechseljahre, Altersschwäche

+Stärke

- Basis: Koreanischer roter Ginseng, Gelée Royale und Karnitin
- Verleiht Energie und Stärke
- Steigert die Widerstandskraft
- Stimuliert die Fettverbrennung > allgemeine Energiesteigerung
- Wirkt unterstützend bei stressreichen Zeitspannen
- Ist geeignet für den aktiven Sport



benessere
naturale

Mei
La scelta piü naturale

Der Erfolg dieser Kur liegt nun in deiner Hand!

Viel Spass dabei --- es wird gelingen!



Wir wünschen dir mit unserem Programm viel Erfolg!

Wenn Fragen auftauchen, stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung.

**benessere naturale, Doris Mutzner
Tel. 044 / 820 88 50
Natel 079 / 581 49 12
doris.mutzner@benesserenaturale.ch**