

Informationsblatt Juni / Juli 2015
für Wohlbefinden, das direkt aus der Natur kommt

Alle Sonnenanbeter aufgepasst!

Legen Sie Wert auf eine gesunde, natürliche und langanhaltende Bräune?

Lesen Sie hier, wie Sie die Sonne so richtig geniessen können, und zwar mit einer raffinierten Vorbereitung und mit Sonnenschutzmittel (hergestellt aus Wildpflanzen) **ohne chemische Schutzfilter und Zusatzstoffe.**

"**O Sole Mio**", eines der berühmtesten Lieder aller Zeiten. Es ist das Lied des Lichts, das die Sonne als Symbol des Glücks sieht.



Ist es nicht einfach wunderbar, sich an die erste warme Frühlingssonne zu legen? Die Wärme, die durch die Haut dringt, scheint einem die Knochen zu trocknen und all die Feuchtigkeit verdunsten zu lassen, die man unter diversen Regenschirmen gesammelt hat! Die Augen vor dem kräftigen Licht zu schliessen, sich auf dem frischen Gras auszustrecken und darauf zu warten, dass sich die Haut langsam aufwärmt – ein Traum!

Sicher, das erste Sonnenbad ist das Elixier, auf das Haut und Stimmung gewartet haben, um den Jahreszeitenwechsel einzuläuten. Aber inwiefern kann unvorsichtiges Verhalten das Gleichgewicht des Körpers stören, der plötzlich von der Last des schweren Mantels zur luftigen Leichtigkeit eines T-Shirts wechselt?

Kann der Körper derart unterschiedliche Einflüsse einfach so wegstecken und sich anpassen ohne Schädigung der Haut, Thermoregulierung, Erneuerung der äusseren Zellen und andere wichtige Funktionen?

Sich zu sonnen, ist eine "therapeutische" Handlung (wegen der Produktion von Vitamin D und der Aufnahme von Calcium für die Gesundheit unserer Knochen, der Zähne und der Haut), und die Bräune ist der anerkannteste Ausdruck des eigenen Wohlbefindens.

Hautrötungen, Sonnenallergien, Bläschen und unangenehmer Juckreiz führen zu vorzeitiger Hautalterung, weshalb sie durch einen angemessenen, vor dem Kontakt mit der Sonne angewendeten Schutz vermieden werden müssen.

ÜBRIGENS: Vorbeugung ist die stärkste Waffe gegen die von der Sonne hervorgerufenen Schäden.

Die Haut muss mit **Karotte** (406), die die Produktion von Melanin anregt, gestärkt und durch **Kabeljau-lebertran** (412), der das Vitamin D liefert und dadurch zur Aufnahme von Calcium beiträgt, geschützt werden.

TIPPS und Wissenswertes von der Mei-Beraterin Schweiz

Doris E. Mutzner



"Die Natur bietet uns das Beste für unseren Schutz. Schenken Sie der Natur wieder Ihr Vertrauen!"

Haben Sie gewusst, dass die in üblichen Sonnencremes enthaltenen UV-Filter (synthetische Silicone) den Hormonhaushalt durcheinander bringen? Diese hormonaktiven Substanzen gelangen über die Haut in den Körper und führen bei einigen Hormonen zu Veränderungen der Steuerungsfunktion im menschlichen Körper. Heute sind viele Sonnenschutzmittel zu rein chemischen Produkten geworden, die für den Menschen und die Umwelt schädlich sind, da sie sehr viele Schadstoffe enthalten!

Mit der Einnahme von **Karotte** wird die Haut optimal auf die Sonne vorbereitet, die Abwehr gestärkt und die natürliche Produktion von Melanin aktiviert.

Die Haut erhält einen ganz natürlichen gesunden Teint und ist vorbereitet für das Sonnenbad. Sehr empfohlen bei heller Haut, die sehr empfindlich ist (Sonnenbrand), zu Sonnenallergie neigt und die lange braucht, um ein wenig Bräune zu erreichen.

Mei setzt auch bei den Sonnenpflagemitteln voll auf **pflanzliche Wirkstoffe** (natürliche Filter) **der Natur**, welche in der Aloe Barbardensis Miller, im Karotten-, Süssmandel- und Nussöl vorhanden sind.

Um einen optimalen Sonnenschutz, ohne chemischen Schutzfilter, zu erzielen, sind folgende Sonnenschutzmittel, welche einzeln oder kombiniert, dem Hauttyp entsprechend, anzuwenden:

Creme Aloesol (079), Sonnenschutzcreme auf Basis von Aloe, enthält keine synthetischen Sonnenblocker und wasserabweisende Mittel. Schützt die Haut und gibt ihr Feuchtigkeit.

Nusschalengel (081A), ein speziell entwickeltes Gel, um sich natürlich zu bräunen. Spendet der Haut Feuchtigkeit, eine schöne goldene und glänzende Farbe und verhindert die Austrocknung und die typische Trockenheit während des Sonnenbades.

Beruhigende Creme (503) auf der Basis von Reisstärke und Zinkoxid bietet einen Komplettschutz und wirkt als Sunblocker. Sehr geeignet für empfindliche Stellen und Kinder. Kann pur oder gemischt (50%) mit der **Aloesol Creme** (079) aufgetragen werden.

Die Sonnenschutzmittel werden alle 2-3 Stunden oder nach dem Baden neu aufgetragen.

Am Abend, wenn die Sonne untergeht, tritt der wichtige Zeitpunkt der Sättigung, Feuchtigkeitszuführung und Frische der Haut ein. Für dieses lindernde, reinigende und schützende Verfahren ist die **Après-Sun-Lotion** (080) mit Aloe und Propolis anzuwenden.

Natürlich darf die gründliche Reinigung der Haut nicht vergessen werden. Zusätzlich empfehlen wir – besonders, wenn sich Hautschuppen bilden - ein Peeling mit der **Straffenden Emulsion** (085) auf Lehm basis mit Rizinusöl und Grünapfelsaft. Dieses Verfahren bewahrt und festigt die Bräune.

Sollte es trotzdem zu einem kleinen Sonnenbrand kommen, hilft das **Erfrischende Gel** (124) auf der Basis von Gurken- und Azulenöl. Es wirkt sehr kühlend und erfrischend bei leichten Rötungen.

Das **Kieselsäuregel** (031) hilft bei Sonnenbrand und wird dick aufgetragen und mit einem feuchten Tuch belegt – zieht Wärme heraus, beruhigt, und die Haut trocknet nicht aus.

Tipps zum gesunden Umgang:

- natürliche Sonnencreme verwenden
- Haut langsam an die Sonne gewöhnen
- Babys und kleine Kinder nicht direkt der Sonne aussetzen
- Mittagssonne (12-15 Uhr) meiden
- Kopfbedeckung und Sonnenbrille tragen
- viel Wasser trinken
- usw.

WICHTIG:

Gesundheitsschädliche Inhaltsstoffe in den chemischen Sonnencremes, welche gemieden werden sollten:

- Benzophenon**, kann allergisierend wirken
- Oxybenzom m**, kann Allergien, Hormonstörungen und Zellschädigungen verursachen
- Octylmethoxycinnamat**, östrogene (hormonelle) Wirkung
- Nanotechnologie** (mikrofein oder ultrafein), neue Technologie, die Risiken sind noch zu wenig erforscht.
- Parabene**, Konservierungsmittel, die in den Hormonhaushalt eingreifen können.

Wussten Sie auch, dass die Höhe des SPF (Sonnenschutzfaktors) über 20 kaum mehr Sinn macht, da der Prozentsatz der Blockierung der UVB-Strahlung nur sehr gering ansteigt?

SPF 15 blockiert 93% der UVB Strahlung, SPF 20 blockiert 96% und SPF 30 gerade 97%. Es ist alles eine Frage vom Marketing und schlussendlich sind höhere Schutzfaktoren deutlich teurer als tiefere!

Ausserdem reduziert eine Sonnencreme mit einem starken Schutzfaktor deutlich die Produktion von Vitamin D!

Entscheiden Sie sich, welche Sonnencreme Sie in Zukunft benutzen und kaufen – ob rein natürlich, wie wir sie anbieten, oder eine, die mehr schadet als nützt!

Weise Worte:

Ein alter Ratschlag besagt, dass man die Sonne immer dann meiden sollte, wenn der eigene Schatten kleiner ist als man selber!

Beachtet man diese weisen Richtlinien und verwendet man die speziell auf Bräunung abgestimmten Produkte, so kann man "O Sole Mio" singen und sicher sein, dass ein sonniger Tag wirklich etwas Schönes und Erholsames ist!

Haben Sie Fragen zu diesen Themen? Rufen Sie jetzt gleich an für eine professionelle Beratung: 044 / 820 88 50

www.benesserenaturale.ch/shop/koerperpfl/sonne/schutz

Gut reisen bedeutet ...



Wie bereitet man sich richtig auf die Ferien vor? Was gehört in eine Reiseapotheke?

Egal ob Erholungs-, Abenteuer-, Bade- oder Sporturlaub in Nah oder Fern, dem Körper werden Umstellungen abverlangt. Auf klimatische und kulinarische Veränderungen reagiert der Körper oft mit Magenproblemen, Blähungen, Verstopfung, Durchfall usw.

Eine kleine, gut assortierte Reiseapotheke mit den wichtigsten pflanzlichen Mitteln hilft schnell bei verschiedenen Reisebeschwerden.



Ein grosser Helfer für akute und chronische Darmbeschwerden sind die **Sollievum Kapseln** (436); sie wirken antibakteriell und stärken die Abwehrkräfte des Darms. Ein Muss bei Auslandreisen!

Bei allgemeinen Magenproblemen wie Völlegefühl, saures Aufstossen, Sodbrennen, Magenschmerzen sind die **Sollievum Tabletten** (435) eine schnelle und effiziente Hilfe. Ein Muss für Personen, die einen empfindlichen Magen haben!

Auch für Entzündungen, Schürfwunden, Quetschungen sollte man etwas zur Hand haben. Das **Sollievum Gel** (082) bietet dafür beste Abhilfe.

Auch Schmerzen, Fieber oder Entzündungen können immer wieder mal auftreten, die **Teufelskralle** (405) ist das natürliche schmerzlindernde und entzündungshemmende Mittel par excellence - ohne Nebenwirkungen (100% magenschonend).

Eine praktische Hilfe ist der **Quala-mano Spray** (128), der eingesetzt wird, wenn einmal kein Wasser oder keine Seife zur Verfügung steht, und um die Wucherung von Bakterien und Viren zu verhindern. Er desinfiziert und sterilisiert die Hände aber auch die Füsse. Garantiert hohe Sicherheit, enthält kein Alkohol und ist deshalb für Kinder sehr geeignet.

Gerne stellen wir Ihnen eine kleine, Reiseapotheke zusammen mit den nötigsten Sofortmitteln und beraten Sie gerne über dieses Thema.

www.benesserenaturale.ch/shop/koerperpfl/ersthilfe

Achtung Infektionsgefahr!

Zwei Milliarden Menschen fliegen alljährlich zu ihren Urlaubszielen. In den Menschenmassen am Flughafen und im (engen) Flugzeug besteht erhöhte Infektionsgefahr. Die Flugzeuge werden hinuntergekühlt, und am Zielort läuft dann schon die Nase!

Vorbeugend kann die körpereigene Immunabwehr gestärkt werden mit **+Abwehr Kapseln** (302B) auf der Basis von Vitamin C, Taigawurzel, Sonnenhut (Echinacea) und Silberweide.

Achtung Mücken!

Auch für diese bösen Biester haben wir eine super Abhilfe. Der **Essentior** (070), balsamische Mischung auf Basis von ätherischen Ölen wie Kiefer Eukalyptus, Rosmarin, Salbei, Gewürznelke und Niaouli, vertreibt die Mücken.

Unser Onlineshop unter:



<http://www.benesserenaturale.ch/shop>

Alle Mei-Produkte sind nicht nur ein **Geheimtipp** für Erwachsene, sondern auch für Kinder das Natürlichste und Beste!

Beratung und Vertrieb MEI-Produkte Schweiz:

Benessere naturale
Doris E. Mutzner
Schulhausstrasse 27
8600 Dübendorf
Telefon 044 820 88 50

www.benesserenaturale.ch