



## De heilzame werking van pompelmoespitextract

Bescherm u tegen de winter

Duidelijkheid rond rode rijst

Natuurlijke middeljes en weetjes!

**Geschenkmandjes: vol gezondheid**

Opgelet: De producten die **vet** gedrukt zijn, staan in promotie!

## De heilzame werking van pompelmoespitextract

(naar Sharamon en Baginski in "Secrets et Merveilles du pamplemousse")

### Ontdekking van een veelzijdige remedie

Reeds lang is men bezig met het onderzoeken van de voordelen die pompelmoespittenextract biedt in de strijd tegen bacteriën, schimmels en virussen. De natuurlijke genezende kracht van het 'grapefruit' zaad extract werd zoals zo vaak pas ontdekt dankzij een gelukkig toeval. In 1980 heeft een dokter Jacob Harich, die in zijn vrije tijd graag tuiniert, in een klein dorpje in Florida vastgesteld dat de pompelmoespitten in de composthoop van zijn tuin niet verrotten. Als gerenommeerd fysicus en immunobioloog, beslist hij om het bizarre fenomeen grondig te analyseren. Het resultaat was verbluffend: **de pompelmoespit bevat een stof die doeltreffender en onschuldiger blijkt dan om het even welk tot dan toe gekend antibioticum.**

Maar daar blijft het niet bij! Verschillende onderzoekscentra in de hele wereld, waaronder het Institut Pasteur te Parijs, ontdekken al gauw dat de pit waardevolle eigenschappen heeft. Pompelmoespittenextract blijkt niet alleen efficiënt voor de bestrijding van virussen en bacteriën, maar ook van schimmels en parasieten. Dit in tegenstelling tot de conventionele antibiotica, die enkel werkzaam zijn tegen bacteriën.

**Uit de onderzoeken blijkt dat pompelmoespittenextract gunstige effecten heeft tegen ongeveer 800 types bacteriën en virussen, 100 soorten schimmels en een groot aantal parasieten.**

Pompelmoespitten bevatten veel bioflavonoiden en vitamine C, albei bekend om hun anti-oxidantwerking. Verder behoren bioflavonoiden tot de plantenbestanddelen die het sterkst de immuniteit kunnen stimuleren. Voorwaarde is wel dat ze goed opgenomen worden in het lichaam. Er is aangetoond dat vooral de **bioflavonoiden uit pompelmoespittenextract goed opgenomen worden en de weerstand dus sterk kunnen verbeteren**. Het heeft een gunstig effect op de elasticiteit van de vaatwanden (vermindert oedeem) met verbetering van de bloeddruk waarden



en **het verbeteren van de kwaliteit van het bloed**. Het speelt dan ook een belangrijke rol in het verouderingsproces. Het helpt voor een **betere nierfunctie** en de afvoer van afvalstoffen zoals ureum, urinezuur en creatinine. Het vermindert het risico op het ontstaan van kanker.

## Enkele andere eigenschappen van pompelmoespittenextract

- Het is 100% non-toxisch
- Het **breekt de goedaardige bacteriën niet af** (raakt bv. niet aan de bifidusbacteriën en veroorzaakt een onbeduidende vermindering van melkzuurbacteriën, zodat de kostbare darmflora intact blijft).
- Het heeft geen enkel neveneffect. Maar omwille van interferentie, is het niet aangeraden om pompelmoespittenextract en pompelmoes sap in te nemen met de volgende geneesmiddelen: kanker bestrijdende middelen, ontsteking werende middelen, immunosuppressiva (antihistaminica), tegen hart- en vaatziekten (bloeddrukgeneesmiddelen), antidepressiva en sedativa
- Als het pompelmoespittenextract correct gebruikt wordt, d.w.z. zonder enige andere geneesmiddelen tegelijkertijd in te nemen, werd er tot nu toe geen enkel gevaar vastgesteld.
- Het is 100% natuurlijk. Een waar geschenk van de natuur, dat men verkrijgt door vermaling van de pitten van pompelmoes.
- Het wordt gebruikt als natuurlijk bewaarmiddel o.a. bij cosmetica

Naar aanleiding van deze overtuigende resultaten, publiceert doctor Allan Sachs een reeks artikelen in verschillende Amerikaanse tijdschriften die zeer grote belangstelling wekken bij beoefenaars van natuurlijke en conventionele geneeswijzen.

Inmiddels maken talrijke geneesheren in Europa en elders, al jaren gebruik van pompelmoespittenextract.



## Algemeen gebruik en toepassingen van het pompelmoespittenextract

Maag- en darmklachten, schimmelaandoeningen, griep en verkoudheid, gewrichtsontsteking, ... (om er maar enkele op te noemen).

Pompelmoespittenextract wordt niet alleen op prijs gesteld om zijn veelzijdige en weldadige toepassingen (zelfs in gevallen waarbij alle andere middelen hebben gefaald), maar ook omdat het **zeer goed door de gebruikers wordt verdragen**.

Voor ernstige infecties best een inwendige inname van ten minste 6 weken in acht nemen. In het begin opbouwend met 3 druppels per dag tot de vereiste dosis van meestal 3-20 druppels één tot 3 keer per dag. Bij het optreden van symptomen als hoofdpijn, indigestie, vermoeidheid, algemeen gevoel van ziekte, door het vrijkomen van veel afvalstoffen (door afsterven van bacteriën, schimmels, ... en hun gifstoffen) de dosis terug verminderen en veel water drinken om deze snel af te voeren.



Voor kinderen hanteert men 1 druppel per kg lichaamsgewicht. Voor een volwassen persoon van bijvoorbeeld 60kg: maximaal 60 druppels verdeeld over 3 innames per dag.

## Gebruik en doseringen per ziektebeeld

Citripur druppels altijd verdunnen met water (voor neus of oren) of fruitsap voor inname (kan ook in honing gedaan worden om de ietwat bittere smaak tegen te gaan).

**Acné of Puistjes:** 20 druppels in bloemenwater (roos, oranjebloesem, kamille, lavendel, korenbloem...) doen en aanbrengen op de huid. Kan ook onverdund worden gebruikt op natte huid. Neem dan 5 druppels op ook vochtige handen, masseer in en laat enkele minuten intrekken. Daarna overvloedig afspoelen en drogen. U kan een tinteling voelen als teken van de grondige reiniging. Zuivert ook als u het vermengt met uw dagcrème of gezichtsreiniger.

**Aften:** meerdere malen per dag de mond spoelen met 10 druppels verdund in een glas water. Ev. Aangevuld door aanstippen met een wattenstaafje met 2 druppels verdund in een lepel water.

**Bloemen en planten:** (snijbloemen, onderhoud, preventie van

plantenziekten): 1 tot 5 druppels per liter water.

**Candida albicans:**

- 1<sup>ste</sup> week: 3 à 9 druppels 1 maal per dag in een glas water (±150ml)
- 2<sup>de</sup> week: 3 à 9 druppels 2 maal per dag
- 3<sup>de</sup> week: 3 à 9 druppels 3 maal per dag

De behandeling kan 1 tot 3 maanden of meer nodig hebben.

**Couperose, spataders, aambeien:** 4 tot 8 capsules per dag

**Eczeem:** Bij droge eczeem 20 druppels in 2 soeplepels water. **Voor verplegend personeel:** 60 druppels in 30 ml van een mengsel van teunisbloem- en jojoba-olie. Telkens voor en na behandeling van patiënt de handen mee inwrijven (ter vervanging van klassieke producten). Of 60 druppels in 30 ml massageolie (liefst jojobaolie, ...) of dagcrème.



**Eelt:** In een voetbad 30 druppels. Laat 5 tot 10 minuten weken. Verwijder daarna de overtollige eelt.

**Heesheid en strottenhoofdontsteking:** 3 maal per dag 10 druppels in een glas lauw water. Door de glycerine versoepelt het ook de stembanden. Ook 3 maal per dag gorgelen

**Hoofdhuid (jeukend en schilfers):** neem uw dosis shampoo in de handpalm en voeg 5 tot 10 druppels toe was uw haar en masseer uw hoofdhuid gedurende 2 minuten. Overvloedig spoelen. Bij eczeem op hoofd, gebruik ook lotion obv een oplossing van 20 druppels en 2 soeplepels water en doordrenk er een wattendoekje mee. Dep hiermee de hoofdhuid. Ev naspoelen als er iets blijft plakken. Het is ook altijd goed om tegelijk onze gal en lever te zuiveren voor een sneller en beter resultaat.

**Insectenbeten:** enkele druppels puur aanbrengen op de huid. Indien uw huid gevoelig is, doe er dan een druppel water of olie bij. U kan ook 10 druppels toevoegen aan 10 ml muggenmelk.

**Keelpijn, griep, bronchitis, verkoudheid:** 3 tot 20 druppels in lauw water. Gorgelen en inslikken. Gebruiken tot genezing. Of om te drinken bij kinderen: bij de eerste symptomen 3 tot 12 druppels in vloeistof. Preventief eventueel aangevuld met Echinacea.

**Koortsblaren:** 2 à 3 keer per dag een paar druppels in 1 soeplepel olie en op deppen.

**Lippen(gesprongen, verbrand door zon of sneeuw):** een paar druppels + 1 soeplepel olie en hiermee aanstippen, meerdere keren per dag.

**Luizen:** 20 druppels vermengen met 40 druppels haarolie of water (kan ook in 2 soeplepels shampoo). Aanbrengen op de hoofdhuid (contact met ogen vermijden), bedekken met plastic en 20 minuten laten inwerken. De behandeling 3 dagen later herhalen. Indien nodig nogmaals herhalen na 3 dagen.

**Maag:** 10 tot 15 druppels in water. In te nemen 30 minuten vóór de maaltijden. Tegen infecties, buikgriep, maagzweren, koorts (algemeen) en ontstekingen of stoelgangproblemen tijdens de uw reis.

**Mond en gebit:** preventieve en genezende werking van infecties, abscessen, **onfrisse adem** (ook gorgelen) of 20 druppels in een glas water en 's morgens en 's avonds spoelen. Te gebruiken als tandpasta (5 druppels op de natte tandenborstel) of in mondwater. Mag meerdere malen per dag. Het reinigen van uw tandenborstel door 5 à 10 druppels op te lossen in een glas water, goed mengen en daar uw tandenborstel 15min in laten weken. Daarna goed afspoelen.

**Ontsmetten van ruimte:** 20 druppels bij poetswater.

**Ontsmetten van lucht:** 30 tot 40 druppels in vaporisator.

**Ontsmetten van handen:** 30 druppels in vloeibare zeep.

**Oren (pijn, otitis):** 3 tot 12 druppels, vermengd met een soeplepel plantaardige olie (zoete amandelolie). 1 à 2 maal per dag in het ontstoken oor doen (niet bij beschadigd oorvlies!).

**Scheren:** u kan enkele druppels toevoegen aan uw scheerschuim. Dit werkt antiseptisch bij kleine wondjes. U kan ook rechtstreeks enkele druppels op het vochtige scheermesje doen of mengen met uw lotion achteraf.

**Schimmelaandoeningen:** 20 druppels in 10 ml calophyllumolie vermengd met 10 druppels tea tree (of in dagcrème). Aanbrengen op de huid. Men kan ook enkele druppels rechtstreeks op de huid aanbrengen.

**Schimmel onder de nagels:** enkele druppels aanbrengen onder de nagel, twee keer per dag. Dit gedurende meerdere maanden.

**Sinusitis:** meng 3 druppels met 2 soeplepels water, doe hiervan enkele druppels in elk neusgat. Verdeel goed door hoofd rond te draaien. Daarna krachtig lucht uitblazen langs neusgaten.

**Spruw:** 5 tot 10 druppels mengen met een glas lauw water en spoelen in de mond. Voor grotere kinderen gorgelen met deze vloeistof. Of de helft van een capsule in een glas water en eventueel fruitsap of honing. Voor speelgoed, fopspeen en flesjes kan je alles 20 min in een oplossing van 30 tot 40 druppels in 1l water leggen. Daarna afspoelen en afkuisen.

**Tandvleesontsteking:** insmeren met enkele druppels in water opgelost. Werkt zowel preventief als genezend. Anders 5 à 10 druppels in een glas water om te spoelen. Of direct op de tand een mengsel van 3 druppels + 2 soeplepels water.

**Vaginale infectie: Vermijd het gebruik van gewone zeep!** Gebruik voor uw dagelijkse hygiëne een plastieken peer, met een mengeling van 1 tot 3 druppels en ¼ glas warm water (ev. Aangevuld met 5 druppels Echinacea). Doe dit elke 12u gedurende de eerste 3 weken, daarna 1 keer per dag. U kan deze behandeling ook doen met een tampon doordrenkt met 1 à 3 druppels in ¼ glas jojobaolie (goed voor slijmvliezen). Ook kan u 20 druppels pompelmoespittenextract toevoegen aan 50 ml product voor de intieme hygiëne. Om infecties in de toekomst te vermijden, voeg je 20 druppels toe aan het laatste spoelwater van je was. Om de vaginale flora terug te herstellen, maak je een lavement met 50% yoghurt en 50% water aan lichaamstemperatuur.

**Verkoudheid, griep, bronchitis:** 5 tot 15 druppels in water, 3 maal daags vanaf de eerste symptomen, of preventief. Doordrenk een katoenen watje of wattenstaafje met een mengsel van 3 druppels met 2 soeplepels water en steek het in elk neusgat.

**Voet-hygiëne:** 20 druppels in een teil water tegen zwemschimmel. Enkele druppels toevoegen in het spoelwater van sokken en badhanddoeken. Bij blaren 1 à 2 druppels op de gesloten blaar aanbrengen om te ontsmetten.

**Wassen van kleding:** 20 druppels in het spoelwater van de machine of in het waswater bij handwas.

**WC brillen kuisen:** enkele druppels op een vochtig doekje.

**Wratten, likdoorn en eksterooog:** 1 x per dag de harde laag verwijderen en 2 x per dag 1 druppel aanbrengen. Lang toepassen.

**Zwembaden en sauna's:** neem 10 ml voor 100 liter water  
Zo kan u merken dat u het kleinste eerste hulp apotheek koffertje kan maken met één heel belangrijk product.

**Voorzorgsmaatregel:**

Indien contact met de ogen: grondig spoelen.

Bron: Secrets et merveilles du pamplemousse; Librairie de Médecins

## Bescherm u tegen de winter

In de herfst is het de ideale moment om uw weerstand te versterken



**Viraloe** is een sterk werkend product voor de winterkwalen door de natuurlijke synergetische werking van **pompelmoespittenextract** (hiervoor uitgebreid beschreven), **propolis** en **aloë vera**.

**Propolis** is bij ons reeds vele jaren gekend. Het werd zelfs door de Egyptenaren gebruikt omwille van medicinale en genezende krachten. Het is een harsachtige, gomachtige, balsemachtige substantie met kleverige consistentie, die door de bijen uit bepaalde delen (voornamelijk knoppen en schors) van planten en bomen wordt gehaald en naar hun

bijenkorf gebracht. Daar worden ze vermengd met was en speeksel. Het wordt vooral toegepast voor aandoeningen van neus, keel en oor. Ook voor **mondverzorging en algemene infecties of ontstekingen op voorwaarde dat men niet allergisch is voor propolis**.

Verder is er nog de heilzame werking van **aloë vera**. Deze geeft zeer goede resultaten voor **mond- en tandverzorging**. Ook op gebied van infectie en ontsteking en dus ook voor **tandvlees, aften, mondzweren, koortsblaasjes op de lippen of in de mond, abscessen**, enz ... Het helpt zeer goed bij ademhalingsziekten door zijn bacteriedodende, antiseptische en pijnstillende eigenschappen. Aloë gaat de virussen te lijf en stimuleert het assimilatieproces dat bij griep vaak wordt geblokkeerd. Ook op de keel heeft het een verzachtende werking.

## De andere bestanddelen van viraloe

Verder is er nog in kleine mate aan toegevoegd:

**Tym:** Goed voor de luchtwegen

**Salie:** Doeltreffend tegen keelpijn door de combinatie van antiseptisch, kalmerend en adstringerende eigenschappen. Ook bij aften.

**Grove den:** Als thee is het antiseptisch voor de longen en als essolie goed bij moeizame ademhaling, dus ook bij astma en bronchitis. Het kan ook helpen bij bepaalde spijsverteringsproblemen.

**Grote weegbree:** Helpt tegen bloedingen van de urinewegen en is water afdrijvend.

**Eucalyptus:** Is een krachtig antisepticum en werkt sterk slijmoplossend dus goed bij behandeling van verkoudheid, hoest en keelpijn. Ook bij longinfecties, bronchitis en ontstekingen, zelfs bij longontsteking en andere longaandoeningen.

**Echinacea (rode zonnehoed):** Komt uit Noord-Amerika en is reeds lang gekend voor zijn antibiotische, antibacteriële en antivirale eigenschappen. Sommige bestanddelen stimuleren het immuunsysteem van het organisme bij bacteriële of virale aanvallen van buitenaf. Dus heel doeltreffend bij verkoudheid, griep, aandoeningen van de luchtwegen en als gorgelmiddel bij keelpijn. Zelfs bij uitputtingsverschijnselen na virale aandoening, bij winterkloven of huidaandoeningen (in zelf).

## Een nieuw luchtwegen versterkend middel

Speciaal voor de luchtwegen is er de combinatie van oregano, blauwe bosbes en waterkers genaamd **RespiraBlue**. Door de combinatie met kokosolie, is het goed opneembaar. De

**blauwe bosbes** is dan weer rijk aan antioxidanten. **Waterkers** ondersteunt de ontgiftende werking van de lever en het is een rijke bron van verschillende krachtige antioxidanten zoals carotenoiden, quercetine derivaten en vitamine C. De **oregano** ondersteunt het immuunsysteem en het ademhalingsstelsel. Het werkt als een natuurlijk antibioticum. Hierdoor wordt het ook ingezet bij MRSA (ziekenhuisbacterie). Het is een optimaal middel om uw luchtwegen te ondersteunen omdat het de bronchiën relaxeert. Ideaal voor bij hoesten, piepende ademhaling en benauwdheid. Het heeft een potentieel gunstige invloed op inspanningsastma. Dus ook bij intensief sporten is het van toepassing, omdat daar luchtwegvernauwing kan optreden. Voor zover bekend, veroorzaken deze producten in de aangegeven dosering geen bijwerkingen.

Andere winterkwaaltjes kunnen de kop opsteken en om hulp vragen. Zo werkt **Herbalgem Linde** heel goed bij griepachtige verschijnselen. Het is zweetdrijvend, koortswerend en slijmvliesverzachtend. Tegelijk ontgift het ook en je slaapt er beter van, dus zeker aan te bevelen.



## Duidelijkheid rond rode rijst

### Vergelijking

Wij spreken hier enkel over rode gistrijst in een kwaliteitsproduct zoals **Red Yeast Rice platinum**, verkregen door een traditionele natuurlijke fermentatie, dat voldoet aan alle vereiste kwaliteitsnormen.



Vele mensen denken dat een kwaliteitsvolle rode rijst gevaarlijk is omdat het statines (medicijnen) bevat. Nochtans bestaat rode rijst al eeuwen en **het dankt zijn cholesterolverlagende werking aan een natuurlijke synergie van inhoudsstoffen** (vooral voor de LDL cholesterol). Eén daarvan en waarschijnlijk de meest werkzame, is **monacoline K** (een natuurlijke substantie die zich ook in onder meer oesterzwammen bevindt). De farmaceutische wereld heeft deze stof geïsoleerd, gekopieerd en is deze vervolgens in hogere dosissen gaan toedienen. Zo is de eerste statine geboren. Vervolgens

werden daarvan veel synthetische afgeleiden gemaakt. Je kan dus het ene niet met het andere vergelijken. De natuurlijke rode rijst staat in schril contrast met de statines die één synthetische en totaal geïsoleerde substantie vertegenwoordigen en die nog maar een paar decennia bestaan en waarvan al veel potentiële nevenwerkingen beschreven zijn.

Verder bevat rode rijst ook **fytoosterolen** (remmen de opname van cholesterol), **saponinen** (verhogen afscheiding van cholesterol via gal), mono-onverzadigde vetzuren en **isoflavonen**.

Dit product bevat Co-enzym Q10. Dit zorgt voor een snellere opname van rode rijst in de cellen.

### Hoe veilig is rode rijst?

Naredi (Belgische Federatie van de Handel en Nijverheid in Natuur-, Reform- en Dieetwaren) heeft recent een onderzoek gedaan naar de kwaliteit en de veiligheid van de rode gist rijst op aanvraag van onze minister De Block. De **afwezigheid van ernstige nevenwerkingen is daarbij bewezen**.

Sommigen onder ons werden dan ook onterecht opgeschrikt, eerder dit jaar, door bepaalde berichtgevingen in de media als zou dit

voedingssupplement niet veilig zijn. Trouwens het zeer kritische Europese Voedselagentschap (EFSA) heeft gefermenteerde rode rijst gescreend en twee conclusies getrokken uit de ons door de reguliere geneeskunde opgelegde gouden standaard van "dubbel blind placebogecontroleerde studies":

- Het **draagt inderdaad bij tot het verlagen van het cholesterolgehalte**
- Het **is veilig**: niet meer nevenwerkingen in vergelijking met de mensen die een placebopil kregen en geen stijging van spieren leverenzymen (die zouden wijzen op schade) en ook niet op de nieren.

Een ander alternatief voor het verlagen van het cholesterolgehalte is **PU ERH THEE**. Het is een speciale rode thee, genoemd naar de stad Pu Erh in het zuiden van China. Hier wordt het dan ook als **gezondheidselixir** gezien, welk voor vele gezondheidsproblemen een heilzame werking heeft zoals: een afslankende werking, het zuiveren van darmen en bloed, de cholesterol verlagen, het immuunsysteem versterken.

Deze Chinese Thee is rijk aan natuurlijke stoffen (polyfenolen, bitterstoffen, vitaminen, mineralen en antioxidanten) die de **spijsvertering en de darmwerking stimuleren en het hongergevoel verminderen**. Pu Erh Thee bevat tevens saponinen die **voedingsvetten verbranden en lichaamsvetten omzetten in energie**. Dit voorkomt niet alleen de vorming van nieuw vetweefsel, maar zorgt bovendien voor een snelle afname van het reeds gevormde vetweefsel, meer bepaald op de heupen, billen, buik en dijen, daar waar de hardnekkigste vetten zich nesten.

Het onderzoek in het St.Antoine Hospital heeft aangetoond, dat Pu Erh Thee een **cholesterol verlagende werking** heeft. Het drinken van een drietal koppen per dag kan, in één maand leiden tot een afname van 13% in het bloed. Ook de triglyceriden en urinezuurwaarden in het bloed worden verlaagd. Pu Erh thee blokkeert bepaalde enzymen in ons lichaam en **verhindert zo dat vetten uit onze voeding kunnen opgenomen worden, waardoor onze cholesterol daalt**.



## Natuurlijke middeltjes en weetjes!

Daar er de laatste jaren toch een hele kentering is geweest bij de moderne geneeskunde in het geloof van de voordelen die het gebruik van kruiden en planten biedt, willen wij voor u enkele op een rijtje zetten. We maken een opsomming per alfabet en we beginnen met de letter A. De volgende letters komen dan aan bod in onze volgende Infobrieven.

### Aambeien en speen:

Druppels: **Revital 30**, moedertinctuur van Paardekastanje

Vloeibaar: Merobiet

Tabletten, capsules en poeder: Venal, Bifibiol, Acidofran

Zalf: Dr Vogel Hamamalis crème

### Acné, eczeem:

Druppels: **Metabo 7**, moedertinctuur van Driekleurig viooltje

Tabletten of capsules: Vit B complex, Biergist, Zink, Curcuma

Uitwendig: Lavendelazijn, vit E crème

### ADHD:

Druppels: Bach bloesems (vb. Rockwater, Chestnut bud, Clematis), Bach gemmo (concentratie, examens), moedertinctuur Ginkgo biloba, haver, hop, passiebloem valerian en slaapmutsje

Tabletten of capsules: Klamazol capsules, **Omega 3 magnum**, lijnzaadolie (ook als omega 3 bron), vit C, Zink en Maca (voor de concentratie), passiebloemen, valerian

### Agressie:

Druppels: moedertinctuur Hop, Passiebloem en Valerian

### Alcoholverslaving:

Druppels: **Revital 4**

Tabletten of capsules: Vit B complex

### Allergie (luchtwegen):

Druppels: **Revital 1**, Allargem, Propolis

Tabletten of capsules: Vit C, Propolis

### Allergie (voeding of voedselintolerantie):

Tabletten of capsules: MSM, **Digest enzym**,



Gember of Artisjokkenextract

### Alzheimer:

Druppels: moedertinctuur van Ginkgo Biloba, Vinca Minor, Rosemarijn

Tabletten of capsules: **Astaxanthine** of Omega 3 magnum

### Angst:

Druppels: **Revital 5, Revital 49**, moedertinctuur van haver, Herbalgem Linde (ook voor bevorderen van de slaap, zelfs voor kinderen). Wel houden aan de aangegeven dosering!

Bach bloesems (vb. Rock Rose, Mimulus, Cherry Plum, Aspen, Red Chestnut of Rescue)

### Arteriosclerose (aderverkalking)

Druppels: Allium ursinum complex

Tabletten of capsules: **Revital 7**, Kyolic

### Artritis:

Druppels: moedertinctuur Salix Alba, Harpago procumbens

Tabletten: **Univit 2**, Boswelia serrata, MSM, Atroxtra, Astaxanthine

Ampullen: Harpaflex

Zalf: Arnica zalf Hubner

### Artrose en reuma (Pijnlijke gewrichten):

Druppels: **Harpagophytum complex**, Revital 8, Revital 21, moedertinctuur van Duivelsklauw en Salix Alba

Tabletten: **Chondrial**, Atrisin, pure MSM, Doluperine, pure Curcuma, Uniplex 2, pure Glucosamine, Artroxtra, Boswelia serrata, Astaxanthine

Ampullen: Harpaflex

**Uitwendig:** de pijnlijke gewrichten inwrijven met 1 van de volgende middelen.

- **Flexosil gel**, Marmottenzalf, MSM gel, Arnica zalf Hubner
- Jeneverbes: 10g gekneusde bessen op 10ml alcohol van 60%, 10 dagen laten trekken.
- Lavendel: 40g bloemen op 1 liter olijfolie 3 dagen laten trekken, daarna zeven.



Hieronder splitsen we Artrose en Reuma op om specifiek nog enkele toepassingen te geven.

### Artrose

- A-Z thee: 3 soeplepels per liter en 8 min laten trekken. 1 liter per dag drinken.
- **Esbladeren:** 1 soeplepel per tas met kokend water en 8 min. laten trekken.
- La Drôme spier- en gewrichtskruiden thee in builtjes
- Brandnetel: 40g gedroogd kruid op 1 liter water, 5 min laten koken, 5 min laten trekken; 3 kopjes per dag.
- Sint-Janskruid: 30g op 1 liter kokend water, 15 min laten trekken; 1 kopje vóór de maaltijd.

### Reuma:

- Druppels: Herbalgem Struikheide
- A-Z thee: 3 soeplepels per liter en 8 min laten trekken. 1 liter per dag drinken.
- **Esbladeren:** 1 soeplepel per tas met kokend water en 8 min. laten trekken.
- La Drôme spier- en gewrichtskruiden thee in builtjes
- Kers: 100g kersensap per dag gedurende 1 week.
- Een kuur van 1 van de volgende aftreksels, 3 weken lang, 3 kopjes per dag:
- Berk: 30g berkenbladeren op 1 liter water, 10 min laten trekken.
- Zwarte bes: 50g bladeren op 1 liter kokend water, 10 min laten trekken.
- Gedurende 10 dagen 2 kopjes per dag van een aftreksel van:
- Brandnetel: 40g bladeren op 1 liter water, 5 min laten koken, 5 min laten trekken.

### Astma (chronisch en acuut):

Druppels: **Revital 9**, Propolis, ess olie Eucalyptus

Thee: Munt, Paardenbloem

Honing: **Thijm**

Bron: 1001 natuurlijke middeljes voor uw gezondheid; de eenhoorn door Rita Visterin

## Gezondheidsmanden bij SOL ET VITA



U wil eens iemand verrassen met een mand vol lekkers? Of u heeft een idee nodig voor de feestdagen?

Bij Sol et Vita kan u altijd terecht voor een **originale mand, boordevol lekkere en gezonde producten.**

Voor de manden kan u zelf iets samenstellen, maar bij gebrek aan inspiratie kan u ook kiezen uit onze kant en klare voorbeelden (zie foto's achterflap). Bij een bestelling van een **standaardmand** enkele dagen op voorhand, mag je rekenen op een **korting van 5%**. **Eigen samenstellingen** op voorhand aan **3%**.

Als u het moeilijk vindt om voor iemand anders een keuze te maken, **dan kan u ook gebruik maken van een cadeaubon.** U bepaalt zelf de waarde.



## Standaard Gezondheidsmanden

Samenstelling en prijzen van standaardmanden op aanvraag



**Honingmand** met verschillende honingpotjes, honingkoek, honingsnoepjes,...



**Aperitiefmand** met of zonder bubbels, noten, hartige hapjes



**Ontbijtmand** met confituur, muesli, , thee, koffie, crackers..



**Gezondheidsmand** met vitaminerijke fruitsappen

### Openingsuren winkel:

#### Week:

- Maandag: 9u - **16u30**
- Dinsdag tot vrijdag: 9u – **18u15**

#### Weekend

- Zaterdag: 9u30 tot 12u en van 13u30 tot 17u
- Zondag: gesloten behalve **de eerste zondag** van de maand: 9u30 tot 12u / 13u30 tot 16u
- **Feestdagen altijd gesloten.**

## Sol et Vita nv

Galgenstraat 32 — B-3110 Rotselaar  
[info@soletvita.be](mailto:info@soletvita.be) — [www.soletvita.be](http://www.soletvita.be)

Tel: 016-580952 — Fax: 016-580077  
 Prijs: 4 €