

**Nieuwsbrief sept/okt 2020**



## Nieuwsbrief sept/okt 2020



**Beste klant, het schooljaar is alweer begonnen. We moeten nu extra alert zijn dat onze weerstand sterk staat zowel tegen winterkwalen als tegen COVID-19. Dit kan met volgende tip. Verder nog andere promoties:** Verkrijgbaar bij ons in de winkel of bestellen via e-mail aan [info@soletvita.be](mailto:info@soletvita.be), telefonisch (016 580952) of via onze website [www.soletvita.be](http://www.soletvita.be),

### Nieuw in het gamma: Quercetine

Ondersteunt de normale werking van het immuunsysteem. Planten danken hun gunstige werking vaak aan hun pigmentstoffen, flavonoïden! De 'koningin der flavonoïden' is quercetine, een stof die sterk mee helpt om immunomodulair te werken. Ze helpt merkwaardig goed mee om de weerstand tegen virale infecties tegen te gaan. Dit komt allemaal goed van pas in tijden van verhoogde virusdreiging.

Het verlicht seizoensgebonden ongemakken: zo helpt het mee om vrijer te ademen en helpt tegelijk overmatige immuunreacties afremmen!

Het helpt mee het uithoudingsvermogen verhogen: het draagt bij tot een normaal energieleverend metabolisme en tot de vermindering van vermoeidheid. Het helpt mee cellen en weefsels beschermen tegen oxidatieve stress, het helpt dus mee om jeugdig en fris te blijven en het helpt ontstekingen afremmen wat de wortel is van de meeste degeneratieziekten!



**Promo: 60 caps: €21,95 - 10% = €19,75**

## Recept van de maand: Ricottataart

**Benodigheden:** (voor springvorm van Ø 25cm)

125 g Honing (bvb. Koffiebloesemhoning), 4 scharreleieren (gesplitst), 3 eetlepels Grand Marnier, 1 Theelepel kaneelpoeder, 1 (onbespoten) citroen en de schil geraspt, 500g ricotta. Apart nog 2 - 3 sinaasappels, citroenen, perziken of abrikozen en wat honing.

### **Werkwijze:**

1) Verwarm de oven voor op 170°C. Vet de rand van de springvorm in met wat boter en bekleed de bodem met bakpapier.



2) Klop met een garde de honing met de eierdooiers tot een lobbige massa. Schep er de Grand Marnier, het kaneelpoeder, citroenrasp en de ricotta door.

Klop het eiwit stijf en spatel het door het mengsel. Schep de ricottamassa in de beklede vorm en strijk de bovenkant glad.

3) Zet de vorm in het midden van de oven en bak de taart tot 45 minuten op 170°C. Steek er na het bakken een vleespen in. Deze moet er schoon uitkomen. Neem de taart uit de vorm en laat hem afkoelen.

4) Snijd de sinaasappels, citroenen, perziken of abrikozen in dunne schijfjes en snijd er het midden uit. Kook de vruchten een paar minuten in de honing.

5) Neem de taart uit de vorm en laat hem afkoelen. Garneer met de schijfjes vruchten.

Tip: Zet de taart een aantal uren in de koelkast; zo kan je hem beter in punten snijden.

**Smakelijk!**

**Promo: Koffiebloesemhoning 1kg: €18,00 - 10% = €16,20**

**500g: €9,50 - 10% = €8,55**

## **Natuurlijke middeltjes en weetjes!**

**Als vervolg op onze vorige promotie actie, geven wij hieronder de letters T,U en V in het alfabet van de hulpmiddeltjes en weetjes over planten en kruiden.**

### Tabakverslaving (zie nicotineverslaving)

#### Tandvlees (bloedend) helpen versterken van tanden en tandvlees:

- Tabletten of capsules: **Boswelïa**, Vitamine C
- Tandpasta planten Weleda, Vegetocaryl en Weleda mondwater
- Lavendel: 4g bloemen overgieten met 100ml kokend water, laten afkoelen en als mondspoeling gebruiken.
- Salie: 7g gedroogde bladeren 2 min koken in 100ml water en mond spoelen.

#### Tandvleesontsteking: draagt bij tot het verminderen van dit soort ontstekingen

- Capsules: Boswelïa
- Druppels: Revital 6, Viraloë, Pompelmoespitextract, Echinacea
- Salie: 5g op 100ml kokend water, 10 min laten trekken.

#### Uithouding helpen verbeteren

- Tabletten, capsules of poeder: Koninginnebrij, Spirulina, Ginseng, Pollen, Mg+Ca, MSM, Fenegriek

#### Uitputting (zowel fysisch als geestelijk): helpen voorkomen en verzachten

- Druppels: **Energem**
- Capsules: Koninginnebrij, Rhodiola

#### Urinewegontsteking (zie blaasontsteking):

##### Verkoudheid (met verslijming):

- Druppels: Propolis, Revital 64 en 78, Drosera complex, Revital 47 (Mucus)
- Tabletten en capsules: vitamine C
- Goudsbloem: 10g goudsbloem op 100ml heet water, zeven en zoeten. Drink het voor het slapengaan.
- Thee luchtwegenmix

#### Vermoeidheid:

- Tabletten of capsules: Ginseng, Guarana, Spirulina, **Ashwagandha**
- Druppels: Tonigem, Ginseng (ook ampullen), Epresat
- Meng 25g Rozemarijn, 20g Salie en 15g honing op 1 L rode wijn, 20 min au bain-marie verwarmen, volledig afkoelen, filteren en in een fles bewaren. Venkel: 30g zaden op 1 liter rode wijn 2 weken laten trekken; 2 borrels/dag.
- Linde: 300g bloesem op 5 liter water, een half uur koken. Door een doek filteren en de bloemen uitknijpen en dit toevoegen aan het badwater.

**Verstopping (zie darmen stimuleren) en Verzuring (zie jicht):**

**Vochtophopping (oedeem en waterzucht):** een lauw bad nemen van 10 min, afspoelen met koud water en gaan liggen met de benen iets hoger.

- Druppels: Revital 83, **Zea mays**, Celluligem, Regul ACT HEG, Metabo 8 Gedurende 3 weken 3 kopjes per dag drinken van een aftreksel van:

- Thee: Moeraspirea (Koningin der weide)

- **Maïs:** 4g maïsbaarden op 100ml water, 5 min laten koken en 20 min trekken.

- Rozemarijn in bad: 60g bladeren op 3 liter water met 20g grof zeezout, 5 min zachtjes koken, 10 min laten trekken en toevoegen aan het badwater.

**Voeten (Transpirerende en vermoeide):**

- Gehwol voetdeospray en voetfrisbalsem

- Walnoot: 200g bladeren op 5 liter water, laten koken. Hierin de voeten baden.

**Vrouwelijke cyclus:**

- Druppels: Metabo 5 (Alchemilla complex), **Revital 72 (Cimicifuga complex)**

**Vrouwelijke hormoonbalans:**

- Druppels: **Revital 72 (Cimicifuga complex)**

- Capsules: Maca

**Promo: Boswelia 120caps: €18,00 - 7% = €16,75**

**300caps: €43,00 - 7% = €40,00**

**Gemmo Energem 10ml spray: €11,95 - 10% = €10,75**

**50ml: €25,95 - 10% = €23,35**

**Ashwagandha platinum 60caps: €16,95 - 10% = €15,25**

**Zea mays tinctuur Ø 100ml: €16,50 - €2 = €14,50**

**Cimicifuga complex 100ml: €20,00 - 10% = €18,00**

Openingsuren winkel: Week:

Dinsdag tot en met Vrijdag  
9u tot 12u - 12u30 tot 18u

**Maandag, zon- en feestdagen**

Weekend: Zaterdag

van 9u30 tot 12u - 12u30 tot 17u

**altijd gesloten**

**Sol et Vita nv**

Galgenstraat 32 (Middelberg)  
B-3110 Rotselaar

[info@soletvita.be](mailto:info@soletvita.be)

[www.soletvita.be](http://www.soletvita.be)

**Tel: 016-580952**

Prijs: 1€

**Zolang corona maatregelen van  
ningsuren: ma-vrij van 9u– 12u  
Nadien onderstaande uren!**

Openingsuren winkel: Week:  
Maandag: 9u tot 12u—12u30 tot  
17u  
Dinsdag tot en met Vrijdag  
9u tot 12u—12u30 tot 18u

**kracht blijven, aangepaste ope-  
en 12u30 - 17u.**

Weekend: Zaterdag  
van 9u30 tot 12u - 12u30 tot 17u  
Zon- en Feestdagen altijd gesloten

## **Sol et Vita nv**

Galgenstraat 32 (Middelberg)  
B-3110 Rotselaar

[info@soletvita.be](mailto:info@soletvita.be) — [www.soletvita.be](http://www.soletvita.be)

**Tel: 016-580952** Prijs: 1€





















**\*Opgelet:**

**Enkel de producten die vet gedrukt zijn in de tekst van de weetjes en de titels in de Infobrief staan in promotie!**

**Openingsuren winkel:**

**Week:**

**Maandag**

doorlopend van 9u - 16u30

**Dinsdag tot vrijdag**

Doorlopend van 9u – 18u15

**Feestdagen altijd gesloten**

**Weekend**

**Zaterdag**

van 9u30 tot 12u - 13u30 tot 17u

**Zondag** gesloten behalve **de eerste zondag** van de maand:

van 9u30 tot 12u - 13u30 tot 16u.

**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 €