



„Zurück zur Natur bringt uns der Gesundheit einen Schritt näher“

**Evelyn Deutsch-Grasl**

Gelernte Drogistin, diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, ausgebildete Aromatologin, akademische Expertin für komplementäre Gesundheitspflege, Gesundheitsberaterin und erfahrene Heilkräuterfachfrau.

# Aromapflege Kur im Frühjahr „Gesundes Detox“

## TAGESPLAN ZUM FIT WERDEN UND PERFEKTEN START INS FRÜHJAHR

Die fünf Bio-Naturprodukte in dem Komplettsset der Aromapflege Kur „Gesundes Detox“ wendest Du als Gesundheitskur zum Entgiften und Entschlacken an. Diese Kur unterstützt die Entgiftungsorgane bei der Arbeit und erleichtert den Körper von Giften und Stoffwechselendprodukten. Du folgst täglich einem bestimmten Ablauf bei den Anwendungen. Ich empfehle eine Dauer von ca. 3 – 4 Wochen, um ein positives, nachhaltiges Ergebnis zu spüren. Danach solltest Du eine Aromapause von 4 Wochen einlegen und wenn es Dir guttut, kannst Du die Kur wiederholen.

Ich habe Dir zur Orientierung einen gratis Tagesplan mit meinen Empfehlungen für die Anwendung & Dosierung unserer Aromapflege-Produkte zusammengestellt. Dieser persönliche Spickzettel hilft Dir, die begleitenden Maßnahmen zum Fit werden ganz einfach in Deinen Alltag einzubauen.

### EMPFOHLENE ANWENDUNGEN & DOSIERUNGEN

		FRÜH	VOR-MITTAG	MITTAG	NACH-MITTAG	ABEND
DETOX TEE, BIO 50 g loser Tee	1 TL pro Tasse (ca. 200 ml) mit sprudelnd kochendem Wasser übergießen   10 Minuten zugedeckt ziehen lassen   mind. 1 Liter pro Tag	●	●	●	●	
BIRKENSAFT, NIERENFIT, BIO 200 ml	1 EL pur oder mit Wasser verdünnt   3 x täglich	●		●	●	
MARIENDISTEL, LEBERFIT, TINKTUR, BIO, 50 ml	20 Tropfen mit Wasser einnehmen   3 x täglich	●		●		●
FUNKTIONSOIL, BIO 50 ml	Auf die "Problemzonen", wie Beine und Po, auf bevorzugt feuchter Haut auftragen   2 x täglich	●				●
BIRKENÖL, BIO 75 ml	Nach dem Duschen auf die noch feuchte Haut auftragen   1 x täglich	●				

### WEITERE TIPPS FÜR ANWENDUNGEN WÄHREND DEINER FRÜHJAHRSDETOXKUR FINDEST DU IN UNSEREM AROMABLOG:

- Leberwickel (regt die Tätigkeit der Leber an) – [www.aromapflege.com/wie-mache-ich-einen-leberwickel](http://www.aromapflege.com/wie-mache-ich-einen-leberwickel)
- Ölziehkur – gegen Ende der Frühjahrskur (entgiftet und entschlackt) – [www.aromapflege.com/oelziehen-mit-der-mundfrische-oelziehkur](http://www.aromapflege.com/oelziehen-mit-der-mundfrische-oelziehkur)
- Während der Detoxkur ist es sinnvoll, auf Alkohol und Nikotin zu verzichten.
- Bitte zu leicht verdaulichen Speisen greifen und viel an der frischen Luft bewegen.
- Zusätzlich reichlich Flüssigkeit zuführen (Wasser – bevorzugt heißes, verdünnte Gemüsebrühe...) damit die gelösten „Gifstoffe“ ausgeschieden werden können.

### So geht die „Gesundes Detox“ Aromapflege Kur

DIE GENAUE ERKLÄRUNG FÜR DIE ANWENDUNGEN KANNST DU IN UNSEREM AROMABLOG NACHLESEN



[www.aromapflege.com/fruehjahrskur-heimeische-heilpflanzen](http://www.aromapflege.com/fruehjahrskur-heimeische-heilpflanzen)

### Dein Vorteilsset „GESUNDES DETOX“ AROMAPFLEGE KUR

- Reinigt den Körper
- Kurbelt die Verdauung an
- Hilft bei Frühjahrsmüdigkeit
- Belebt Körper, Geist & Seele
- Produkte in Bio-Qualität
- Inklusive gratis Tagesplan
- Im Set um 15% günstiger
- Gratis Versand

Produkte zum Nachbestellen findest Du in unserem Online-Shop.



[www.aromapflege.com](http://www.aromapflege.com)

#### Allgemeine Hinweise:

Die in diesem Tagesplan abgegebenen Erklärungen, Tipps und Ratschläge ersetzen keine medizinischen Fachauskünfte und sind nicht für die Eigen- und Fremddiagnose gedacht. Sie stellen keinen Ersatz für eine Beratung sowie Diagnosedstellung durch einen Arzt oder eine Ärztin dar. Es handelt sich dabei ausschließlich um Empfehlungen sowie Erfahrungsberichte, die sich an Erwachsene richten, welche die Pflegetipps selbstständig an sich durchführen können, sofern nicht im Einzelfall anders angegeben. Wir haften weder für eine bestimmte Wirkung noch einen bestimmten Erfolg.