

DIE GESUNDE SEITE

WWW.MH-TRAINING.AT



APRIKOSEN

MARILLEN

- Aprikosen sind unglaublich mineralreich (Phosphor, Eisen, Magnesium, Kalium, Kalzium, Natrium, Folsäure), sowie Vitamin C, E, B1, B2, B3, B4, B5 und B6. Sie sind reich an Beta-Carotin und **gehören zu den heilsamsten Früchten, die man essen kann.**
- Vitamin B5 **stärkt die Nerven** und Folsäure **fördert die Blut- und Zellerneuerung**
- Durch ihren hohen Kupfergehalt hat die Aprikose außerdem eine **entgiftende Wirkung.**
- Sie sind eine der besten Quellen für **organisches Eisen und Kobalt**, was sie sehr nützlich für Anämie, **Verdauungsstörungen** und reproduktive Gesundheit macht.
- Aprikosen sind äußerst nützlich bei Autoimmunerkrankungen wie chronischem **Müdigkeitssyndrom**, rheumatoider Arthritis, Fibromyalgie, Asthma, Kolitis, IBS und PCOS.

Sie sind auch wunderbar, um das Herz stark und gesund zu halten und ein starkes Abnehmmittel.

Sie helfen Arterien frei von Ablagerungen zu halten.

Stärken die Schleimhäute und verbessern die Stimmung und die Konzentrationsfähigkeit.

- Ebenso ist das Vitamin A gut **für deine Knochen.**
- Die hohe Konzentration an Beta-Carotin in Aprikosen macht sie zu einem hervorragenden Mittel zur **Vorbeugung von Krankheiten**, insbesondere von **Lungen-, Haut- und Magenerkrankungen.**
- Und sie sind sehr hilfreich beim Nachwachsen der Haare und bei der Verbesserung der Qualität Ihrer **Haare, Haut und Nägel.**
- Sie sorgen auch für eine **schöne, weiche Haut**, wobei das Beta-Carotin auch vor **UV-Strahlen** schützt und die Sehkraft stärkt.
- Frauen wünschen sich nicht umsonst: eine Haut wie eine Aprikose! Sie gilt sie sogar als Statussymbol für Jugendlichkeit...denn sie lässt die Haut wahrlich jünger erstrahlen und sogar William Shakespeare sprach ihr eine aphrodisierende Wirkung zu...
- Frische Aprikosen sind immer am besten, aber **getrocknete Aprikosen** sind eine wunderbare Alternative, denn sie haben eine **fünffmal so hohe Wirkung von Vitaminen und Mineralstoffen**
- Trockenfrüchte sind grundsätzlich eine bewährtes Hausmittel bei Verstopfung durch **reichlich Ballaststoffe** (ebenso wie Feigen, Pflaumen/Zwetschken, Datteln), wichtig ist nur - ausreichend Flüssigkeit zu trinken!!
- Suchen Sie nach wilden und / oder biologischen Sorten, die keine Konservierungsstoffe wie Schwefeldioxid enthalten. **Getrocknete Marillen sind IMMER BRAUN – nie orange!!**

Eine kleine handvoll getrockneter Bio-Aprikosen pro Tag ist ein fantastischer Snack, mit dem Sie den ganzen Tag über Energie tanken und sich wunderbar konzentrieren können.

- Mit einer **Aprikosencreme mit Aprikosenkernöl** bringt man fahle, trockene Haut zum Strahlen und sie hinterlässt einen frischen Teint. Die Gesichtshaut wird intensiv genährt, ohne sich schwer anzufühlen. Vitamine und ungesättigte Fettsäuren vitalisieren die Haut – Auf Anfrage gerne bei uns erhältlich (Preis: 28,- / 30ml)
- Auch als Wund(er)-Mittel geeignet ist der **Cellagon Aprikosenkernöl-Pflegebalm von CELLAGON:** Er ist besonders gut für die trockene und sensible Haut geeignet. Eine Komposition aus hochwertigen Ölen glättet die Haut und macht sie samtweich und geschmeidig. Hoch konzentriertes Aprikosenkernöl macht den Balsam unvergleichlich und ideal für die ganze Familie. Zusätzlich mit den natürlichen Zutaten:
Aprikosenkernöl, Kieselsäure, Arganöl, Edelweißextrakt, Sonnenblumenöl, Betacarotin.
Frei von Parabenen, Paraffinen, Silikonen...
- Die **Aprikosenkernöl-Serie** von Cellagon ab 24,- erhältlich.



Informationen aus den Büchern von Anthony William und aus dem Web, daher übernehmen wir keine Haftung für dessen Richtigkeit...
Da diese Maßnahme der Wiederherstellung und Harmonisierung der körpereigenen Energiefelder dient, stellen sie keine Heilbehandlung dar. Sämtliche Aussagen und Ratschläge sind keine Diagnosen. Für die Diagnoseerstellung und Therapie wenden Sie sich an Ihren Arzt.

**-10% GUTSCHEIN DER FIRMA WWW.SUNDAY.AT WWW.SUNDAY.DE FÜR DICH:
CODE: TAN25790 ODER TAN-90682**

(GILT AUF DIE ERSTBESTELLUNG - AUF ALLES, AUSSER AKTIONEN UND SET-PREISE)

**HIER GIBT ES AB € 16,90 SAFRAN- PREMIUM KAPSELN UND VIELES, VIELES MEHR... (VERSAND 2,90)
ODER BEI UNS TELEFONISCH BESTELLEN: 0650/45 28 398**

MH-TRAINING

Ing. Martin Hannes Hammelhofer & Christa Mara Bösendorfer

+43 (0) 664/ 750 44 240

Bioscan- Messungen um € 90,- | Vitalstoff Testungen - gerne auch kostenlos (telefonisch)

www.mh-training.at



8911 Admont
und
8600 Bruck an der Mur