

Sauna, Beauty & Health Farm
Fontein der Jeugd
Zandvleuge 82
9900 Eeklo
tel 09 327 07 77
e-mail: fonteinderjeugd@telenet.be
www. fonteinderjeugd.be



SPECIAAL AANBEVOLEN

30/03/2020

Wellness & health - info en tips m.b.t. het coronavirus.

Naast de aanbevolen voorzorgsmaatregelen (handen wassen, ontsmetten, afstand houden ...) kunnen we er echter ook voor zorgen dat onze **immuniteit** (weerstand) verhoogd wordt!
Verspreiden van het virus is minder gevaarlijk als je immuunsysteem in orde is!!
Je weerstand tegen dit virus is dus essentieel; goed slapen, frisse lucht, zon, immuniteitsversterkende voeding maar ook je darmflora optimaliseren en je weerstand verhogen met immuniteitsversterkende supplementen.

Wij zetten maximaal in met de kracht van Fytotherapie (The Herborist) en aromatherapie.

[Ziehier mijn aanbevolen tips:](#)

Immuniteitsversterkende supplementen

Fytotherapeutische supplementen 'The Herborist'.

- Zinkmineral: zink stimuleert zeer krachtig het immuunsysteem (19€)
(tevens goed voor geheugen, ogen, huid, haar en nagels, botten,
→ 3x 20 druppels per dag, in water
- Immuuncomplex: propolis – cat's claw – echinacea (28€)
dit zijn de 3 top kruiden om uw immuniteit te versterken
→ 3x 20 druppels per dag, in water
- Buffered C: natuurlijke vit. C (West-Indische kers) 120 caps. (39€)
(geen synthetisch ascorbinezuur!)
Vit. C is van vitaal belang voor het gezond functioneren van het
immuunsysteem en geeft uw weerstand een krachtige boost.
Nu zijn hogere dosissen vit. C aanbevolen:
min. 2000 mg per dag tot max. 5000 mg
→ 3 à 4 caps. per dag, met water innemen
- Propolis spray: = natuurlijk antibioticum, desinfecteert bij keelpijn (9,50€)
(ook bij afters, ontsteking van het tandvlees, ooginfecties,
bacteriële infecties van maag en darmen, ...)
- Herbospray: keelspray 15 ml (18€)
verzacht de luchtwegen, helpt vrijer ademen, bij keelpijn
(propolis, kaneel, eucalyptus, spikkelbloem)
→ 6 à 8 verstuivingen per dag
- Immuniteitsversterkende Yogi: ayurvedische kruidenthee: 20 builtjes (3,35€)
gember limoen thee
gember sinaas thee
immuunsupport thee
throatcomfort thee
deep breath thee
curcuma chai
- Immuniteitsversterkende voeding:
versgeperst sinaas- + citroensap (best koud drinken!)
(citroenen bevatten meer vit. C dan sinaasappels!)
pompelmoes, paprika's, kiwi's, broccoli, knoflook, gember,
spinazie, curcuma, ...
- Verse gember/limoen of citroenthe:
pers een limoen of citroen en giet dit op de bodem van je tas en voeg er
een blokje geschilde gember aan toe + kokend water
- Vita C: vloeibaar vitamine C van 3 soorten bessen 750 ml (24,50€)
echte vit. C bommen = 3 toppers als vit. C leveranciers
(West-Indische kers – hondsroos – camucamu)
→ 25 ml à 100 ml per dag (15 min. vóór eten)
kinderen 20 ml 2x per dag (15 min. vóór eten)
(in de ijskast bewaren)

Onze immuniteit huist voor 90% in de darmen.

Onze darmflora wordt aangetast: medicatie – vaccins – antibiotica – stress – anticonceptie – zuivel van koemelkproducten ...

Door onze darmflora te herstellen en te optimaliseren werken we aan de oorsprong mee om onze immuniteit op te bouwen!

Van primordiaal belang dus!

Met een probiotica kuur

- Herbofidus: is een natuurlijk symbioticum (pre- en probiotica) 60 caps. (30€)
→ 3x 1 caps. vóór eten

OF

- Probiotica infantis: voor kinderen en zwangere vrouwen 60 caps. (18€)
→ 1 caps. per dag

OF

- Harmony: pre + probiotica 30 caps. (29€)
stimuleert het immuunsysteem
herstelt de darmflora
ondersteunt de spijsvertering
verhindert constipatie
aanbevolen bij candida

Supplementen met anti-virale werking

- Ribes nigrum complex: anti-virale werking!! 20 amp. (30€)
voor alle ontstekingen (sinusitis, bronchitis, ...)
→ 1 ampoule in water oplossen
- Boreliss: anti-viraal en anti-bacterieel complex 60 caps. (26€)
zéér krachtig
versterkt de immuniteit
ondersteunt de lever
bij verkoudheid, sinusitis, griep ...
(ook bij parasieten – schimmels – candida)
met cistusroos, knoflook, wilde kaardebol, japanse duizendknoop, oregano
+ unieke formule van anti-oxidanten
→ preventief: 2 caps. per dag na eten, met water
bij milde symptomen 4 caps. per dag
bij erge symptomen 6 caps. per dag
bij zeer ernstige symptomen om het uur 2 caps.
- Raventsara: **Aromatherapie** (jeugdige en warme aroma)
Dit is het krachtigste anti-virale en anti-bacterieel middel in de aromatherapie.
Stimuleert de weerstand – sterk anti-viraal – opent de ademhaling -
luchtwegenaandoeningen – griep – klierkoorts – virale bronchitis --
kalmert angstgevoelens! – depressie – geeft wilskracht bij
twijfelende mensen – geeft zelfvertrouwen
→ 2 tot 3x daags 1 à 3 druppels max. in koffielepel honing (inw.)
Ook - inhaleren (druppeltjes op handpalmen inademen)
- verstuiven 10 ml (11,90€)
- verdampen 50 ml (47,80€)
- in draagolie: met amandel, tarwekiem, jjoba
paar druppels op bovenrug en borst
2 à 3x per dag inwrijven 100 ml (12,90€)

- Aromatherapie: Ook verstuiwingen – verdampen – inhaleren – in draagolie met de volgende etherische oliën: eucalyptus – teatree – den – thym – oregano
Zijn aanbevolen voor de luchtwegen: allemaal ontsmettend en anti-bacterieel!
- Aromatherapie: Body olie purper “Altéarah” 100 ml (45€)
Om je sterker, weerbaarder te voelen tegen alle emotionele, mentale stress (die deze coronacrisis met zich meebrengt) kun je je versterken (beter aarden) met de purper olie van Altéarah.
Deze olie geeft je weer fysieke en psychische tonus in deze periode waar veel van je gevegd wordt.
Activeert de levensenergie en maakt je krachtiger om aan te kunnen wat op je afkomt.
Na bad of douche aanbrengen op voeten, voetzolen, benen, dijen, heupen, maar ook nog over gans het lichaam.
Body olie émeraude “Altéarah” 100 ml (45€)
Ideaal voor de luchtwegen, geeft je meer adem, vrijheid, zuurstof
Maakt de luchtwegen vrij.
Bij gevoel van gevangen te zijn geeft meer ruimte, geeft vertrouwen, zuivert de luchtwegen en longen
(Ook ideaal voor mensen in de zorgsector)
Aanbrengen na bad of douche op borst en rugzone
- Aromatische ontsmettende sprays van “Sjankara” 100 ml (12,95€)
(met palmarosa, kamfer, oregano)
ontsmetten van - handen
- oppervlakten
- lucht
- Homeperfumes van “Sjankara” 50 ml (9,95€)
ontsmetten van - lucht
- handen
- oppervlaktes
- Energy Boost: eucalyptus, kaneel, kruidnagel, wiakgreen, thym, ... 50 ml (9,95€)
- Marrakesh: munt, citrus, citroenmunt, limoen, pompelmoes, 50 ml (9,95€)
- Ook nog: - Mystique (zoetig en pittig oosters) - Mistral (Provence)
- Aladdin (sprookjesachtig) 50 ml (9,95€)
- Ook alle aromatische producten van Phyto5: b.v. dagcrème, nachtcrème, reinigingsproducten, maskers, serum, zepen, tandpasta, lotions, shampoo, ... zijn leverbaar.
- Ook alle andere verzorgingsproducten: Phyto5, Aloë Vera, Phytocure, Altéarah, The Herborist, Sjankara, Weleda, Yogi thees, etherische oliën, Bachbloesems, honingproducten, ... zijn leverbaar.

Wij hopen u met deze tips en info van dienst te kunnen zijn en wensen u een goede, behouden gezondheid voor u en uw familie!

We hopen u terug te mogen begroeten en verwennen na deze coronacrisis!!

Voor uw bestellingen, advies, info, vragen, bel gerust op 09 327 07 77
Warme groetjes, Gudrun

- De bestellingen worden geleverd met toestemming en in overeenstemming met de huidige corona-maatregelen.