

DETOX | 7 Tage

Dieses Paket zur tiefgreifenden Stoffwechseleoptimierung des Körpers wurde von Fachleuten sorgfältig zusammengestellt.

Umweltbelastungen? Medikamente? müde? übersäuert?

INHALT

EPD Müesli Orange, 250 g	(15 MZ)	HCK Orthovimin B, 70 g
EPD Frappé Vanille, 280 g	(15 MZ)	Provisan Basenpulver, 200 g
EPD Suppe Tomate, 300 g	(15 MZ)	Amipa Body Tea, 100 g
EPD Suppe Kartoffel, 300 g	(15 MZ)	Schüttelbecher
EPD Crackers Tomate-Basilikum, 180 g	(12 MZ)	EPD Broschüre Mehr Gesundheit und Lebensqualität
EPD Guezli Dinkel-Kartoffel, 500 g	(33 MZ)	EPD Rezeptbüchlein
EPD Snack-Riegel, 3 Päckli à 2 Riegel	(6 MZ)	Informationen zum Paket
EPD Sojakeie, 300 g		Provisan Detox, 240 Kapseln

Warum müssen wir den Körper regelmässig entlasten?

Weil vitalstoffarme Ernährung, Umweltbelastungen, Medikamente, Stress, Amalgam und Schwermetalle den Körper und den Säure-Basenhaushalt belasten. Da wir diesen Belastungen kaum aus dem Weg gehen können, lohnt es sich, den Stoffwechsel regelmässig zu entlasten und im Anschluss daran langfristig eine individuelle Mikronährstoffmischung (wir empfehlen HCK®-Mikronährstoffe) einzunehmen.

Warum funktioniert das Paket «Detox»?

Weil die EPD-Mahlzeiten ausgewogen zusammengesetzt sind, mit Vitaminen angereichert und einen hohen Anteil Guar (hochquellfähiger Ballaststoff) enthalten. Guar hilft, Giftstoffe und überschüssiges

Cholesterin im Dünndarm zu binden und auszuschleiden. Zucker- und Insulinschwankungen bleiben weitgehend aus und Sie fühlen sich rasch vitaler und leistungsfähiger. Das Provisan Basenpulver neutralisiert die Säuren im Organismus und der Body Tee unterstützt den Stoffwechsel zusätzlich. Orthovimin-B sind Mikronährstoffe und unterstützen die Detox-Phase auf zellulärer Ebene.






Wie funktioniert das Paket «Detox»?

Das EPD-Paket «Detox» reicht für ca. sieben Tage. Diese sieben Tage sind die Phase zwei des EPD-Ernährungsprogrammes. Essen Sie stündlich eine EPD-Mahlzeit. Begleitend zur Entlastung und zur Regulierung des Säure-Basenhaushaltes nehmen Sie das Provisan Basenpulver (3 x täglich) und trinken Sie den Body Tea über den Tag

verteilt. Ebenfalls von hoher Wichtigkeit sind die Mikronährstoffe HCK®-Orthovimin-B. Sie unterstützen den Detoxprozess und sorgen für Vitalität trotz eingeschränkter Kalorienzufuhr. Bitte studieren Sie dazu die beiliegende Informationsbroschüre «Mehr Gesundheit und Lebensqualität». Hier finden Sie die detaillierte Anleitung zur Zubereitung der EPD-Mahlzeiten und viele Tipps und Tricks für den Alltag.

Vorschlag für Ihren Menüplan (siehe Rückseite)

Die EPD-Mahlzeiten können nach Belieben ausgewählt werden. Essen Sie 12 - 15 Mahlzeiten pro Tag, davon sollte mindestens die Hälfte flüssig sein (Shakes, Suppen). Trinken Sie zu jeder Mahlzeit ein Glas Wasser oder Tee, auch wenn die Mahlzeit flüssig ist.

07.00	08.00	09.00	10.00	11.00	12.00	13.00	14.00	15.00	16.00	17.00	18.00	19.00	20.00	21.00
														
														
2			1						2	1				1



Eine EPD-Mahlzeit



Ein Glas Wasser oder Tee

Für die optimale Entlastung und Regulation des Säure-Basenhaushaltes

- 1 **Provisan Basenpulver** 1 TL Basenpulver in Wasser auflösen und trinken.
- 2 **HCK Orthovimin B** 1 TL Orthovimin in Flüssigkeit rühren und trinken. Löst sich NICHT auf.
- 3 **Amipa's Body Tea** über den Tag verteilt trinken.

Wie weiter, wenn die sieben Tage vorbei sind?

Jetzt beginnt die Phase drei. Bitte halten Sie sich an die Empfehlungen der «Wegleitung zu mehr Gesundheit und Lebensqualität». EPD-Produkte können sehr gut langfristig in den Alltag integriert und als Zwischenmahlzeit oder als gesundes Mittagessen verzehrt werden. Nehmen Sie das Provisan Basenpulver und das Orthovimin-B weiterhin regelmässig ein, bis die Dosen aufgebraucht sind. Lassen Sie sich danach Ihre persönliche HCK®-Mikronährstoffmischung zusammenstellen und nehmen Sie diese langfristig ein. Sie helfen beim Aufrechterhalten des Säure-Basenhaushaltes. Mehr Information erhalten Sie bei einer Fachperson oder einem zertifizierten Medical Wellness Coach.

Wissenswertes zum Thema Entgiften

Was ist der Säure-Basen-Haushalt?

Der Säure-Basen-Haushalt bestimmt entscheidend die Grundregulation des Menschen. Er beeinflusst Ausscheidung, Immunsystem, Atmung, Kreislauf, Verdauung, Hormonhaushalt usw. Fast alle biologischen Vorgänge funktionieren erst dann, wenn ein bestimmter pH-Wert gewährleistet ist. Unser Blut ist mit einem pH-Wert von 7,35 bis 7,45 leicht basisch. Eine starke Verschiebung des pH-Wertes kann lebensbedrohliche Folgen haben. Solche starken Verschiebungen findet man aber in der Regel nicht. Häufig anzutreffen sind dagegen sogenannte „latente Übersäuerungen“, das heisst, unser Blut hat nicht mehr die Fähigkeit, Säurebelastungen zu neutralisieren, da die ausgleichenden Mineralstoffe (Salze, etc.) schon grösstenteils verbraucht sind.

Wie entsteht Säure in unserem Körper?

Säuren fallen in jedem Organismus an. Jede Zelle produziert saures Kohlendioxid und auch im Zellstoffwechsel entstehen Säuren, welche über die Niere (Urin) oder Haut (Schweiss) aus dem Körper geschleust werden. Um diese Säuren abzubauen – und so den lebenswichtigen pH-Wert konstant zu halten – besitzt unser Körper ein Puffer- und Regulationssystem. Mit Hilfe von verschiedenen Salzen und Kohlensäure ist er in der Lage, die Säure zu neutralisieren.

Welche Anzeichen gibt es für eine mögliche Übersäuerung?

- Müdigkeit und Erschöpfung
- Konzentrationsstörungen
- Allergien
- Schleimhautveränderungen
- Brüchige Haare und Nägel
- Sodbrennen
- Nerven-, Muskel- und Gelenkprobleme
- Krämpfe
- Haarausfall
- Karies