



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

**Evelyn Deutsch-Grasl, AE**

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

## Aromapflege Kur „Venefit“

GESUNDHEITSKUR VON INNEN UND AUSSEN BEI SCHWEREN BEINEN

Beruhigende natürliche Hautpflege sowie pflanzliche Mittel können eine wertvolle Unterstützung bei Venenschwäche und schweren Beinen sein. Grundsätzlich solltest Du unsere Venefit Kur 4 Wochen kurmäßig durchführen. Unsere Kur kann auch präventiv angewendet werden, um bereits vor dem Sommerbeginn Beschwerden mit schweren Beinen vorzubeugen.

Ich habe Dir zur Orientierung einen praktischen Tagesplan mit meinen Empfehlungen für die Anwendung & Dosierung der Aromapflege-Produkte zusammengestellt. Die Kur kann bei Gefallen 3-4-mal im Jahr wiederholt werden.

WERTVOLLE TIPPS FINDEST DU IN UNSEREM AROMABLOG:

- Natürliche Unterstützung bei schweren Beinen – [www.aromapflege.com/natuerliche-unterstuetzung-bei-schweren-beinen](http://www.aromapflege.com/natuerliche-unterstuetzung-bei-schweren-beinen)
- DIY: Beinfit Hydrolipid-Lotion selber machen – [www.aromapflege.com/beinfit-hydrolipid-lotion-selber-machen](http://www.aromapflege.com/beinfit-hydrolipid-lotion-selber-machen)
- \*Fitness-Drink mit Leinöl & Kurkuma – nach Ruth von Braunschweig – [www.aromapflege.com/rezept-fitness-drink-mit-leinoel-und-kurkuma](http://www.aromapflege.com/rezept-fitness-drink-mit-leinoel-und-kurkuma)

EMPFOHLENE ANWENDUNGEN & DOSIERUNGEN

		FRÜH	VOR-MITTAG	MITTAG	NACH-MITTAG	ABEND
LEINÖL BIO 100 ml	In Form von Fitness-Drink* oder 2 TL in Müsli, Joghurt, Smoothie oder Salat   1-mal täglich	●				
SCHAFGARBENSaft VENEFIT BIO 200 ml	1 EL vor den Mahlzeiten in Wasser verdünnt   3-mal täglich	●		●		●
FUNKTIONSOIL BIO 75 ml	Auf die Beine auftragen und herzwärts einreiben   Bei Zeitmangel kannst Du das Funktionsöl sanft auf leicht feuchter Haut in Richtung des Herzens auftragen   Nach den 4 Wochen Kur das Steinkleeöl anwenden   Bei Bedarf kannst Du das Funktionsöl kurmäßig immer wieder mal abwechselnd mit dem Steinkleeöl anwenden   2-mal täglich	●				●
STEINKLEEÖL BIO 75 ml	Auf die Beine auftragen und herzwärts einreiben   oder sanft herzwärts auf leicht feuchte Haut auftragen   Integriere das Steinkleeöl während der einwöchigen Pause vom Funktionsöl auf gleiche Weise in Deine Pflegeroutine   2-mal täglich	●				●
IMMORTELENHYDROLAT BIO 75 ml	Bei Bedarf auf die müden, geschwollenen Beine sprühen   Perfekt auch zum Aufsprühen auf die Haut vor dem Auftragen der Pflegeöle, da diese so schneller einziehen. Das Steinkleeöl und das Immortellenhydrolat können über längere Zeit und bei Bedarf zur Pflege angewandt werden.					

**TIPP VON EVELYN:** Steinkleeöl kann nicht nur als Pflegeöl für die Beine sondern auch großflächig auf feuchter Haut als Körperöl, sowie insbesondere als Gesichtspflegeöl bei zu Couperose neigender Haut angewendet werden.

## Aromapflege Kur „Venefit“

PRODUKTSET

- Leinöl bio
- Schafgarbensaft Venefit bio
- Funktionsöl bio
- Steinkleeöl bio
- Immortellenhydrolat bio
- inklusive gratis Tagesplan
- im Set um 15% günstiger

Art.-Nr.: BOX09

Alle 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 Diagnosestellung 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.