

FORMEL FÜR WOHLBEFINDEN

NATÜRLICHE LÖSUNGEN

Haare & Kopfhaut

URSACHEN FÜR HAARVERLUST



STRESS



INFEKTE

- Entzündungen
- Störungen der Schilddrüse
- Störungen des Zuckerstoffwechsels



DIÄT

Gewichtsverlust



SCHLECHTE ERNÄHRUNG

- Vitaminmangel
- Nährstoffmangel



MEDIKAMENTE



HORMONELLE UMSTELLUNG

- Geburt
- Abstillen
- Verhütungsmittel ändern
- Wechseljahre



ERBLICHE VERANLAGUNG



DIE ROLLE DER NÄHRSTOFFE

VON INNEN NACH AUSSEN

- Haut, Nägel, Zähne und Knochen, Haare und Haarboden = **Mineralstoffspeicher**
- Wir benötigen Mineralstoffe, um die im Körper anfallenden **Säuren** zu neutralisieren.

Haben wir genügend Mineralstoffe, blühen wir in Schönheit und Gesundheit.

Eine volle Haarpracht ist immer ein gutes Zeichen von guter Gesundheit.

Haben wir einen Nährstoffmangel, greift der Körper auf körpereigene
Nährstoffdepots - auch aus dem Haarboden - zurück.

WOHER KOMMEN SÄUREN?

AUSLÖSER IM ALLTAG

AUSLÖSER	ENTSTEHENDE SÄURE
• übermäßiger Fleischverzehr • Zucker und Fettkonsum • Kaffee und schwarzer Tee • übertriebene Muskeltätigkeit • Stress, Angst, Ärger, Lärm • nicht abgelassene Blähungen • säurehaltige Getränke • Rauchen • Schmerzmittel	• Harnsäure • Essigsäure • Gerb- und Salzsäure • Milchsäure • Salzsäure • Schwefelsäure • Kohlensäure • Nikotin • Acetylsäure





WOHER KOMMEN SÄUREN?

AUSLÖSENDE GIFTE

- Amalgamfüllungen
- Medikamente
- Chlor
- Fluor
- Zusatzstoffe
- Umweltgifte
- Verpilzungen im Darm

WAS PASSIERT MIT SÄUREN?

STOFFWECHSEL

- Der Organismus **neutralisiert** anfallende Säuren so schnell wie möglich, um sich nicht an ihnen zu verätzen.
- **Zur Verstoffwechslung benötigt er Nährstoffe.**
- Neutralisierte Säuren nennt der Chemiker "Salze", der Volksmund "**Schlacken**".
- Ist die Neutralisation und Ausscheidung nicht möglich, **werden die Säuren in verschiedenste Körperbereiche eingelagert.**
- Körperbereiche sind Organe, Drüsen und Gewebe - die dadurch zunehmend in ihrer Funktion behindert werden.

GRUNDSATZ:

**MÖGLICHST WEIT WEG VOM HERZEN,
IN WENIG DURCHBLUTETE KÖRPERREGIONEN**





VERSCHLACKUNG

DER PROZESS

- Durch Zuhilfenahme von Mineralstoffen werden Säuren in Salze / Schlacken überführt.
- Schlacken sind neutralisierte und eingelagerte Säuren
- Die Einlagerung erfolgt dort, wo die Schlacken am wenigsten Schaden anrichten können.
- **Der Haarboden bietet optimale Bedingungen für das Ablagern von Schlacken: unwichtig, nahe an der Nährstoffquelle, nicht stark durchblutet**



MÄNNER UND FRAUEN

WARUM MÄNNER OFT STÄRKER BETROFFEN SIND

MANN	FRAU
• muss anfallende Säuren und Gifte sofort neutralisieren • Schwitzen Der Stoffwechsel des Mannes greift auf das Schwitzen zurück, um sich auf diesem Wege von Säuren und Giften zu entledigen. • Entwendung von Mineralstoffen aus dem Haarboden • Einlagerung von neutralisierten Giftstoffen im Haarboden direkt im Bauchfett.	• kann Säuren "parken" und via Uterus ausscheiden. Östrogene transportieren Schadstoffe dorthin • Schwitzen kommt - leider oft - erst in den Wechseljahren hinzu • Entwendung von Mineralstoffen aus dem Haarboden, während der SS häufig auch aus Zähnen und Knochen • Ausscheidung von Giftstoffen auch in das Baby hinein.

NÄHRSTOFFMANGEL

WORAN ES BEI HAARAUFSFALL MANGELT

NÄHRSTOFFMANGEL AN

- Eisen
- Kalzium
- Kalium
- Magnesium
- Natrium
- Zink
- Vitamin C
- Vitamin D

URSACHEN

- ungesunder Lebensstil
- einseitige Ernährung
- Stress
- nicht intakter Darm, ungesunde Verdauung
- Schwangerschaft und Stillzeit
- zuwenig Sonnenlicht





WAS KANNST DU TUN

AUF NATÜRLICHE WEISE

- Nährstoffe zuführen
- Darm aufbauen
- gesund ernähren
- Haarboden entschlacken
- den Körper regelmäßig entsäuern
- Haarwachstum anregen

3 SCHRITTE - PROGRAMM

1. REMINERALISIEREN

2. ENTSCHLACKEN

3. REAKTIVIEREN



SCHRITT 1

REMINERALISIEREN

REMINERALISIERUNG

LIFELONG VITALITY & BONE NUTRIENT COMPLEX

Lifelong Vitality versorgt Dich mit den Nährstoffen und Antioxidantien, die Du täglich benötigst.

Der **Bone Nutrient Complex** gibt Dir eine Extraportion zur schnellen Remineralisierung insbesondere dann, wenn die Speicher leer sind.



LLV - BASIS DEINER GESUNDHEIT

MICROPLEX VMZ

- bio-verfügbare **Vitamine, Mineralien und organische Spurenelemente**
- aus Nahrungsmitteln gewonnen
- frei von synthetischen Inhaltsstoffen
- glutenfrei
- mit magenberuhigender Mischung ZenGest

XEO MEGA

- **natürliche essentielle Fettsäuren** (Omega 3 - EPA & DHA)
- aus Pflanzen und Meerestieren
- **reine ätherische Öle:** Frankincense, Thymian, Kreuzkümmel, Wildorange, Pfefferminz, Ingwer, Kümmel und echte Kamille

ALPHA CRS+

- Pflanzenstoffe aus Kurkuma, Gingko, Frankincense, Traubenkernen, Granatapfel, Ananas, Mariendistel, Q10, Aphahalsäure, Acetyl-L-Cartine
- **antioxidativer Schutz für die Zell-DNA & Zellstrukturen**
- **gesunde Zellteilung & längere Lebensdauer**
- **Energieproduktion**

LLV - FÜR HAARE

BESONDERS NENNENSWERTE NÄHRSTOFFE

OMEGAS

- nähren die Kopfhaut und sorgen für kräftiges und festes Haar
- tragen dazu bei, dass die Haare besser wachsen und weniger brechen

EISEN

- tiefenwirksame Regeneration der Haare
- Energietransport in die Haarzellen
- der kleinste Mangel führt zu Haarausfall

FOLATE

- gesundes Zellwachstum (Zellen der Haarfollikel)
- Bildung neuer roter Blutkörperchen, die Nährstoffe zu den Haarfollikeln transportieren

JOD

- unterstützt die Funktion der Schilddrüse Hormone freizusetzen, die das Haarwachstum regulieren
- Mangel führt zu Haarauffall

SELEN

- blockiert die Wirkung von Schwermetallen & beschleunigt die Entfernung aus dem Organismus
- hindert Toxine daran, in die inneren Schichten der Haare einzudringen
- ist ein starkes Antioxidans, das für die Jugend und Vitalität der Haare sorgt



BONE NUTRIENT COMPLEX

DER AUFBAU - SPEZIALIST

BIOTIN

- bekannt als "Schönheitsvitamin"
- trägt zur Erhaltung der Haare und Haut bei
- unterstützt die Bildung von Keratin - der Grundsubstanz von Haaren und Nägeln

KALZIUM

- regeneriert und verstärkt die Haare
- hilft bei schnellerem Haarwuchs

KUPFER

- Erhalt und Unterstützung des Bindegewebes, des Energiestoffwechsels und des Nervensystems
- Haarpigmentierung (Erhalt der Haarfarbe)

MANGAN

- schützt die Zellen vor schädigenden freien Radikalen
- unterstützt Blutgefäße, die für die Versorgung der Haare mit Sauerstoff und Nährstoffen nötig sind

MAGNESIUM

- wichtig beim Aufbau der Haare
- mit Kalzium zusammen für das Wachstum der Haare verantwortlich

VITAMIN C

- wichtig für die Kollagenbildung und Synthese
- eines der wichtigsten Mittel gegen Haarausfall
- schützt die Zellen vor oxidativem Stress
- fördert die Eisenaufnahme

VITAMIN D

- unterstützt den Haarfollikelzyklus
- lässt Haare besser wachsen und länger leben

ZINK

- trägt zur Erhaltung von Haar, Nägeln und Haut bei, indem es die Proteinsynthese, die Kollagenbildung & das Zellwachstum unterstützt sowie antioxidativ wirkt
- stimuliert die Haarfollikel



DARMAUFBAU

NICHT ZU VERNACHLÄSSIGEN

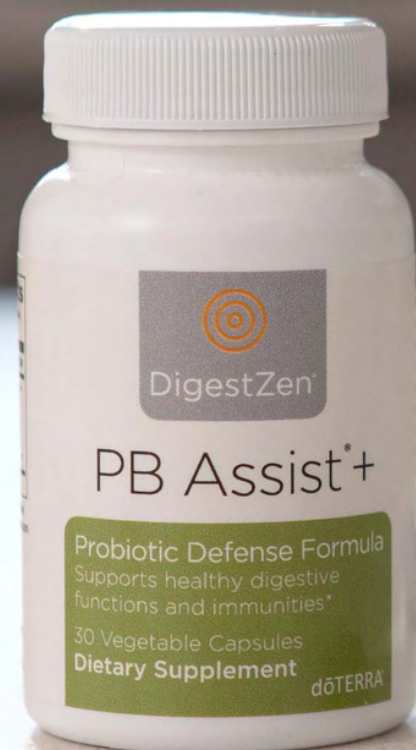
PB ASSIST +

Inhaltsstoffe

- präbiotische Ballaststoffe
- 6 Stämme probiotischer Mikroorganismen
- in einer dualen Kapsel

Wirkung von Probiotika

- Darmregeneration
- Verbesserung der Nährstoffaufnahme und -verwertung
- stärkt das Immunsystem
- gesundheitsfördernde Wirkung auf den gesamten Organismus



SCHRITT 2

HAARBODEN ENTSCHLACKEN

Rezepte

NATRON - MASKE

BASIC

- **1 EL Natron** mit Wasser zu einer zähflüssigen Paste verrühren
- auf die Kopfhaut auftragen
- durchmassieren
- 1 - 2 Stunden oder über Nacht einwirken lassen
- Haare waschen



SAURE RINSE

BASIC

- ½ Liter warmes Wasser
- 2 - 4 EL BIO Apfelessig
- nach dem Haarewaschen über die Haare gießen
- einmassieren
- nicht ausspülen

!!! Vorsicht mit den Augen !!!





DETOX BAD

LUXUS

- 1 kg Natron
- 6 - 10 Tropfen ätherische Öle nach Deiner Wahl
- 1 Handvoll Epsom - Salz (optional)

Warmbad einlassen (mindestens 37°C)

Zusätze während des Wasserzulaufs hinzufügen

40 - 60 Minuten baden

die Kopfhaut und Haare immer wieder eintauchen und durchmassieren

langsam aus der Wanne steigen

Haare entwirren (nicht kämmen, bürsten etc.) - trocken lassen

schlafen

Für die Körper - Bader:

Mach Dir eine passende Ölmischung für Dein Haarbedürfnis, tauche Haare und Kopfhaut ins Detoxwasser und massiere die Ölmischung in die Kopfhaut ein.

SCHRITT 3

HAARWACHSTUM REAKTIVIEREN

Öle & Rezepte

- Shampoo & Spülung
- Masken, Seren
- Sprays



ÖLE FÜR DIE HAARE

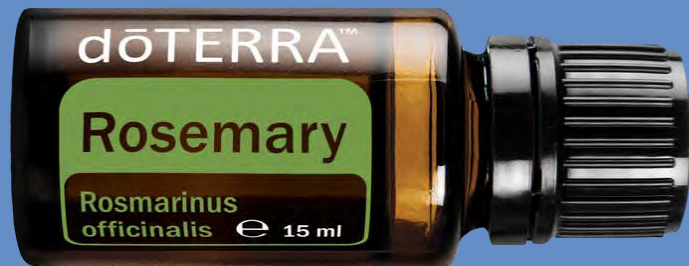
WAS SIE FÜR DICH TUN KÖNNEN

- pflegen & nähren die Kopfhaut
- regulieren die Haarwachstumshormone
- regulieren die Talgproduktion
- fördern die Durchblutung
- verringern Stress
- fördern Haarwachstum
- stoppen / reduzieren Haarverlust
- verdichten das Haar

ÖLE FÜR DIE HAARE



- beruhigt die Kopfhaut
- löst **Verspannungen** unter der Kopfhaut
- hilft bei **stressbedingtem** Haarausfall



- fördert schnelleres **Haarwachstum**
- steigert die **Aufnahme** von Nährstoffen
- verlangsamt das Wachstum von **grauen Haaren**



- verbessert das **Haarwachstum**
- fördert die **Durchblutung**
- regt die **Bildung** von mehr Follikeln an
- erhöht die **Tiefe** der Haarfollikel



- erhöht die **Durchblutung der Haarwurzel**
- fördert **Wachstum**
- stoppt den **Ausfall**
- hilft bei **dünnem Haar**



- stimuliert die **Haarwurzeln**
- hilft bei **Haarausfall**
- starke antiseptische Eigenschaften
- reinigt **verstopfte** Haarfollikel
- (Heisses Öl!)



- stimuliert die **Haarwurzeln**
- hilft bei **Haarausfall**



- stoppt **hormonell bedingten Haarausfall**
- regt Haarbulben zu schnellerer **Regeneration** an



- bewahrt vor Lufteinschluss am Haarschaft
- regt **Melaninbildung** in der Haarwurzel an
- **hilft Ergrauen zu verlangsamen**

ANWENDUNG FÜR HAARE

BASIC

SHAMPOO & SPÜLUNG

- 2 - 4 Tropfen Öl in die Shampoo- oder Spülungportion geben
- auch die dōTERRA - Haarpflege kann noch weiter "gepimpt" werden
- wie gewohnt waschen und stylen

KOPFHAUT - ÖL FÜR HAARWACHSTUM & KOPFHAUT-BALANCE (15 ML FLASCHE)

- 5 Tropfen Rosmarin
- 5 Tropfen Cedarwood
- 5 Tropfen Lavendel
- 5 Tropfen Tea Tree
- 2 Tropfen Frankincense / Myrrhe
- 2 Tropfen Peppermint
- 2 Tropfen Thymian
- auffüllen mit Rizinius- / Argan- / Kokosöl

vor Gebrauch schütteln

in die Kopfhaut einmassieren, mind. 2 Stunden - am besten über Nacht - einwirken lassen



ANWENDUNG FÜR HAARE

BASIC

HAARWACHSTUMS - SPRAY (30 ML)

- 10 Tropfen Rosmarin
- 10 Tropfen Cedarwood
- 10 Tropfen Lavendel
- 5 Tropfen Deiner Wahl

in Sprühflasche füllen, mit abgekochtem Wasser auffüllen
nach dem Waschen auf die feuchte Kopfhaut sprühen
einbürsten oder einmassieren

HAARPFLEGE - SPRAY (30 ML) - "RAPUNZEL - SPRAY"

- 5 Tropfen Ylang Ylang
- 5 Tropfen Geranium
- 5 Tropfen Lavendel

mit angekochtem Wasser auffüllen, vor Gebrauch schütteln
auf die Haare sprühen und einbürsten



ZUSAMMENFASSUNG

1. REMINERALISIEREN

2. ENTSCHLACKEN

3. REAKTIVIEREN

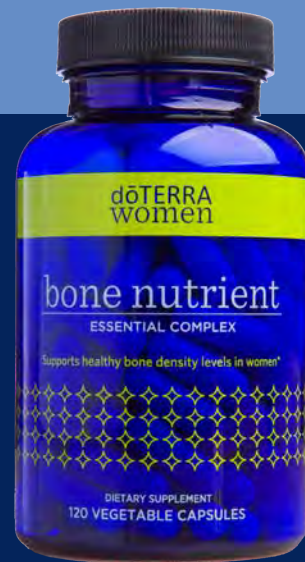


CHECKLISTE FÜR BESTE ERGEBNISSE



LLV

morgens & abends je 2
Kapseln



BONE NUTRIENT COMPLEX

1 - 3 Kapseln zum LLV
dazu



PB ASSIST+

1 Kapsel zur Nacht



DETOXBAD

1 x die Woche



ÖLMASKE

1 x die Woche



SAURE RINSE

nach jeder Haarwäsche



SPRAY

täglich

Wie lange: 2 - 3 Monate um alle Haare in jeder Wachstumsphase abzugreifen
zusätzlich: 1 - 2 x p.a. eine Cleanse & restore Kur

**Deine Haare -
sind alles andere als ein oberflächliches
Schönheitsmerkmal.**

**Dein Haare -
sagen Dir viel über Deinen Wellness - Status .**



INFOKANÄLE



PINTEREST

Rezepte, Diffuser-
Mischungen, Produktinfos zur
Inspiration



KUNDENSEITE & BLOG

Themeninfos, Guides,
Extrablätter zur **Information**



WELLNESS - BERATUNG

Bleib nicht stehen in der Entwicklung Deiner Formel für Wohlbefinden!
Nimm Dir die 30 Minuten - Zeit Deine Ziele für Deinen Wellness-Style zu
überprüfen, anzupassen und einen Schritt weiterzugehen!

<https://calendly.com/yogalab-muc>

KONTAKT

BEI SCHNELLEN FRAGEN & ANLIEGEN

TELEFONNUMMER

+49 171 31 91143

E-MAIL-ADRESSE

alexandra@yogalab-muc.com

