



BASISCHE VITAL-KUR

ganzheitlich
entgiften, entsäuern, entschlacken

In jedem Körper fallen Säureschlacken an, die ausgeschieden werden müssen. Selbst bei optimalem Lebenswandel, ist das Zwischenschalten von Reinigungsphasen sinnvoll, um ein langes und gesundes Leben zu fördern. Faktoren wie der Mangel an Basen in der Nahrung, ungünstige Nahrungszusammensetzung, hektisches Essen, Stress, mangelnde Bewegung und unzureichende Atmung führen zu einer Übersäuerung (= Azidose) des Körpers. Sie ist die Hauptursache für die zunehmenden chronischen Gesundheitsschäden in der modernen Zivilisation!

BALLAST ABWERFEN!

Das Frühjahr ist die Jahreszeit, in dem es dem Körper am leichtesten fällt, Ballast abzuwerfen und sich von Säuren und Schlacken, die er angesammelt hat, zu reinigen. Auch Sommer und Herbst sind für die Durchführung der Kur geeignet.

Das klassische Fasten ist aber für viele Menschen in der heutigen Zeit nicht mehr empfehlenswert. Durch eine meist zu geringe Basenaufnahme werden Schlacken gelöst, die aber nur zu einem Teil gebunden werden können und deshalb aus dem Bindegewebe in tieferen Körperschichten abgelagert werden.

Die sinnvolle Alternative ist das sogenannte „Teilfasten“ mit Basenkost:

MAN ISST SICH SATT UND WIRD GESUND DABEI!

Wer mag, kann während der Kur normal weiter arbeiten. Sie widmen Ihrer Gesundheit nur mehr Aufmerksamkeit und Zeit als sonst.



DIE AZIDOSE THERAPIE

(= Entsäuerungstherapie) ist eine Weiterentwicklung der bekannteren F.X.Mayr-Kur durch Dr. med. Renate Collier. Sie stellte

DIE BESTEN NATURHEILKUNDLICHEN MAßNAHMEN

zu einem Gesamtkonzept zusammen. Im Zentrum steht der Darm: Schonung und Training durch Basenkost, Bauchselbstmassage und salinische Darmberieselung. Ergänzt durch Trockenbürsten, leichter Gymnastik, Entsäuerungsmassagen, Wasseranwendungen und Wickel stellt die Azidose-Kur sowohl eine tiefgreifende Unterstützung

BEI ALLEN ERKRANKUNGEN,
als auch eine hervorragende Methode zur
GESUNDERHALTUNG UND PRÄVENTION dar.

Ein sehr geschätzter Nebeneffekt der Kur ist die Gewichtsabnahme. Am deutlichsten sind die Veränderungen im Gesicht zu sehen: die Haut wird klar und rosig; es gewinnt seine Konturen zurück. Fazit:

SIE WERDEN GESÜNDER, SCHÖNER UND SCHLANKER!



Die Therapie verjüngt nicht nur die Haut, sie verlangsamt auch den Alterungsprozess.

Um den **JUNGBRUNNENEFFEKT** der Azidose-Kur zu verstärken (oder auch einfach so), können Sie in meiner Praxis zusätzlich folgende **ANTIFALTEN-KOMBINATION** buchen:



KOSMETISCHE NATURHEILKUNDE

Die Behandlung besteht aus:

- Vorbehandlung mit **PNEUMATISCHER PULSATIONS-THERAPIE** im Gesicht und Dekollete, **WÄRMEBEHANDLUNG** und/ oder **GUASHAFA** zur Aktivierung der Bindegewebsdurchblutung und dem Schlackenabtransport.

- Einmassieren von hochwertiger, reiner **HYALURONSÄURE** mit anschließender Gesichtsbestrahlung mit dem **SOFTLASER** zum Einbringen der Hyaluronsäure in tiefere Hautschichten. Beides dient der Regeneration des Bindegewebes. Es wird wieder straffer, glatter und elastischer.

- **KOPF-, NACKEN- UND GESICHTSMASSEGE** nach Dr. med. Renate Collier. Lindert Verquellungen durch die Verbesserung des lymphatischen Abflusses und löst Spannungen der mimischen Muskulatur

- Ergänzend kann **KOSMETISCHE AKUPUNKTUR** gegen Falten und eine **THERAPIE MIT ORGAN-PRÄPARATEN** zur Anwendung kommen.



Anfahrtsbeschreibung-Berlin:

Die Praxis liegt ruhig im Hinterhaus. Sie ist innerhalb weniger Minuten Fußweg über folgende Anschlüsse zu erreichen:
Bus 149, X34, S-Bhf Charlottenburg
U2 Deutsche Oper, U7 Wilmersdorfer Straße

Anfahrtsbeschreibung-Potsdam:

Mit dem öffentlichen Verkehr erreichen Sie die Praxis u.a. über diese Anschlüsse:
Regionalbahnhof Charlottenhof
Tram 91, 94, X98, Bus 605, 606



Ich bin Heilpraktikerin und Ergotherapeutin. Seit 1995 in eigener Heilpraxis niedergelassen. Die Azidosetherapie bildete von Anfang an einen besonderen Schwerpunkt. Mehrwöchige praktische Ausbildung bei der Naturheil-, Kneipp- und Mayrärztin Frau Dr. Renate Collier, der Begründerin der Methode. Fachausbildungen in diversen naturheilkundlichen Verfahren.

Praxistage in Berlin:

Dienstag und Freitag

Praxistage in Potsdam:

Montag und Donnerstag

Behandlungstermine

nach Vereinbarung

Naturheilpraxis Michaela Grigat
Heilpraktikerin

Geschwister-Scholl-Straße 23
14471 Potsdam

10627 Berlin & T. 0331-9678042
Krumme Straße 57
T. 030-31997184

www.hp-grigat.de

*Was immer der Vater einer Krankheit war,
die Mutter ist ungesunde Ernährung.*

(Chinesische Weisheit)

Naturheilpraxis
Michaela Grigat
Heilpraktikerin

**IHRE
FRÜHJAHRSKUR**



**Gesünder, schöner, schlanker
mit der Basischen Vital-Kur**

**Azidosetherapie
nach Dr. med. Renate Collier**