

## Kuranwendung Tonikum - Bio Apfelessig

Nach den Homöopathischen Regeln.

Es ist sehr empfehlenswert erst mit einer Kur anzufangen, bevor man präventiv agiert, da dieser Ablauf sich auf die Energiebahnen und in alle Schleimhäute überträgt und verteilt.

So wird die Basis erstellt.

- erste Woche tägl. 1 Eßl. im Laufe des Vormittags
- zweite Woche tägl. 2 Eßl „
- dritte Woche tägl 3 Eßl „
- vierte Woche tägl. 4 Eßl „
- fünfte Woche tägl. 5 Eßl “
- 
- vierte Woche tägl. 4 Eßl. „
- dritte tägl 3 Eßl. „
- zweite tägl. 2 Eßl. „
- erste tägl. 1 Eßl.

### **eine Woche Pause**

wieder mit einem Eßl. tägl. für eine Woche anfangen!

### Den ganzen Ablauf 3 x

Vorher das Tonikum immer kurz schütteln, da es am Fuß Ablagerungen gibt.

- **Jetzt beginnt die Prävention** tägl. 2 Eßl.
- **bei anfänglichen Erkältungen für 2 bis 5 Tage die Dosis auf tägl. 4-5 Eßl. erhöhen.**
- **bei akuten schwereren Krankheiten würde ich tägl. 4-6 Eßl mehrere Wochen - Monate einnehmen.**

**Die Dosierung wird immer verteilt auf den Tag eingenommen.**

**Seit drei Jahren nehme ich das Tonikum ein. Ab und an mache ich mal für eine- bis zwei Wochen Pause.**

**Nach nun drei Jahren fange ich dieses Jahr 2018 mit einer Kur an.**

Vom Prof. Dr. Michalsen, Chef der Naturheilkl. Immanuel Berlin Wannsee habe ich die Bestätigung erhalten das diese Gewürzkombination mit dem Apfelessig sehr gut ist.

**Viel Erfolg für eine gute Gesundheit 01.01.2018  
Herzlichst Barbara**

Anmerkung: Ich kaufe nur den Fa. Voelkel Bio-Apfelessig- trübe im Reformhaus. Er hat die beste Qualität. Und von Fa. Brecht Kurkuma – Pulver. Zum Rezept werden 2 Eßl. schwarzer gemahlener Pfeffer hinzugefügt. Und ich kaufe nur rote Zwiebeln.