



In welchem Zeitalter leben wir eigentlich?

Antwort: im Plastik- und **Aluminium-Zeitalter!!**

Warum?

Weil Aluminium aus unserem „modernen“ Alltag nicht mehr wegzudenken ist, so dass wir täglich unzählige Möglichkeiten haben, mit ihm in einen direkten Kontakt zu kommen.

Dabei reichert es sich ähnlich wie Blei und auch Quecksilber im Laufe der Zeit in verschiedenen Organen unseres Körpers an und kann dann dort auch für viele weitere Jahre verbleiben und zu unerwünschten chronischen Entzündungsreaktionen wie z.B. Allergien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, erhöhte „Infektanfälligkeit“ und auch Störungen in der kognitiven und motorischen Entwicklung von Kindern führen.

Zitat: Raik Garve

Raik Garve schafft es immer wieder sehr klar das zu vermitteln, was wesentlich ist. In diesem Interview lässt er Dich an einem DER Themen teilhaben, welches ihn derzeit am meisten bewegt und berührt: Das, was Kinder wirklich von uns brauchen. Er geht auf die Bedeutung von Vertrauen und Bindung ein und zeigt auf, warum es heutzutage so viele Bindungstraumas gibt und durch welche Einflussfaktoren das Vertrauensband zwischen Kindern und ihren Eltern mehrheitlich zerstört wird. Raik geht auf die Fähigkeiten ein, welche Kinder für ihr späteres Leben unbedingt brauchen und teilt mit, was das Hauptziel der Kinderentwicklung ist.

Raik Garve ist Privatforscher und seit 2005 Gesundheitslehrer und Dozent in der Erwachsenenbildung. In seinen im gesamten deutschsprachigen Raum gehaltenen Vorträgen, Seminaren und Online-Seminare vermittelt er seit vielen Jahren verständlich und praxisnah das gesamte Spektrum der Schul-, Natur- und Informationsmedizin inklusive der Medizingeschichte, als auch Themen im Grenzbereich von Kosmologie, Physik sowie Erd- und Menschheitsgeschichte. Das Ziel seiner Arbeit ist die Synthese von all diesen Erkenntnissen zu einem für jeden Menschen leicht nachvollziehbaren und praktisch im Alltag umsetzbaren Gesamtkonzept.

Mit diesem Wissen kann jeder Mensch zum Experten sowohl für die eigene Gesundheit als auch für die eigene bewusste Lebensgestaltung werden. Kinder sind unsere Zukunft - Videobeiträge von Raik Garve: <https://raikgarve.de/kinder-sind-unse...>



Weiterhin mehr denn je sehr wichtig; besonders für werdende Mütter, weil übermäßige Sonnenbestrahlung Ihre Haut stresst!

Fangen Sie an, sich gegen übermäßige Sonnenbestrahlung, verbunden mit der Tatsache, dass die Ozon-Schicht immer größer wird und die schädlichen UV-Strahlen die Erde erreichen und somit die Oberfläche Ihrer Haut bedrohen, zu schützen!

UVA-Strahlen tragen erheblich zu erhöhtem Hautaltern bei; UVB-Strahlen zur verstärkten Bräunung und anderen Hautschäden; Mit UVC-Strahlung droht besonders Hautkrebs. Größere Hitze und Feuchtigkeit bedeuten mehr Hautausschläge, Ausbrüche und verstopfte Poren, während Chlor Ihre Haut und Ihr Haar austrocknet!

Achten Sie darauf Ihre gesamte Gesichts- und Körperhaut richtig zu versorgen, damit im Sommer die Haut bekommt, was sie benötigt. Es wäre gut, wenn Sie darauf achten, dass durch Bequemlichkeit nicht zu viel versäumt wird.



Ihre Augencreme ist während des Tages nötig und stellt einen zusätzlichen Schutz für diesen verletzbaren Bereich dar. Dr. Baumann Multi Vitamin Fluid, Intensiv light oder dark (getönte Feuchtigkeitscremes) sowie der Dr.-Baumann Bionome Multi Active Liposom E+C sollten besonders im Sommer einen großen Platz in der Pflegebehandlung einnehmen.

Auf die Tagescreme zusätzlich Lichtschutz geben: Wählen Sie z.B. den LSF 20, ein Produkt, das ein breites Wirkspektrum als Schutz vor der Sonnenstrahlung bietet, denn damit können Sie sich wirksam gegen UVA und UVB schützen.

Dr. Baumann Bionome Sonnenpflege ist ein Muss!!

Meiden Sie grelles Sonnenlicht und schützen Sie sich vor Sonnenbrand! Viel besser ist es mit Farben zu zaubern, indem Sie eine Creme, Make-up und einen Puder für leicht gebräunte Haut nehmen, der sie golden schimmern lässt und Sie damit attraktiver aussehen. Benutzen Sie beim Schwimmen wasserfeste Wimperntusche und einen pflegenden Lippenstift, damit fühlen Sie sich erheblich wohler.

Minimale Vorsorge: Es ist nicht notwendig sich von Kopf bis Fuß zu verschleiern; Es genügt ein längeres T-Shirt und einen Sonnenhut und Sonnenbrille, damit sind Sie wunderbar für den Strandspaziergang ausgerüstet. Besorgen Sie sich einen Klappstuhl und einen großen Regenschirm, damit reduzieren Sie deutlich die Bildung von Falten und die Alterung der Haut und der Hautkrebs kann verhindert werden.



Mit einem Selbstbräuner erhalten Sie längere Zeit Ihre Urlaubsbräunung und sind zusätzlich geschützt, da dieser frei von chemischen Stoffen ist. Wegen Sonne, Sand, Schweiß und Zunahme der Lichtschwiele sowie der toten Hautzellen, die sich auf Gesicht und Körper mehr aufbauen, ist es nötig einige Male in der Woche, der Haut ein Peeling zu gönnen. Ein vorheriges abschilfern ermöglicht dem Selbstbräuner tiefer einzuwirken und ein streifenfreies und gleichmäßigeres Aussehen ist garantiert. Zusätzlich täglich 4 – 6 Gläser Laurentaner-Wasser, Tee oder Säfte! Verwenden Sie diese einfachen Strategien zur Hautsorgfalt im Sommer und damit erreichen Sie ein gutes und gesundes Aussehen für Ihre Haut!

Getreu nach dem Motto: „Wissen ist Macht und Erfolg“!

