

heia™

Schlaf los - statt schlaflos

"Alles, was sich zu haben lohnt, braucht Zeit ... ausser guter Schlaf"

Erholsamer Schlaf fördert:



deine Konzentrations-
und Lernfähigkeit



dein allgemeines
Energielevel



deine körperliche und
psychische Ausdauer



dein äußeres
Erscheinungsbild



deine emotionale
Beständigkeit

Das Schlafverhalten natürlich unterstützen

Kräuter sind ein beliebtes Mittel, um die Schlafqualität zu optimieren, weil sie i. d. R. weder Abhängigkeiten noch Nebenwirkungen hervorrufen und sich positiv auf die Gesamtgesundheit und die Aktivierung der Selbstheilungskräfte unseres Körpers auswirken.

Bio 2.0

Das bio-dynamische Prinzip kommt beim Anbau der Frischpflanzen zum Einsatz und bezeichnet eine Herangehensweise, die die klassische Bio-Produktion auf ein höheres Level befördert.

Bio-dynamisch produzierte Nahrungsmittel werden im Einklang mit den irdischen und kosmischen Zyklen der Natur hergestellt und weisen eine noch höhere Qualität auf, als klassische Bio-Produkte. Das bedeutet, dass jede Frischpflanze genau zu dem Zeitpunkt gepflanzt, gepflegt und gepflückt wird, an dem sie den höchsten Nährstoffgehalt aufweist - so kann die maximale Heilkraft der Pflanzen gewonnen werden.

Diese 7 Kräuter verbessern deinen Schlaf:

Lavendel

1



Lavendel hemmt die Ausschüttung von Stresshormonen im Körper und begünstigt die Produktion von Serotonin - dem körpereigenen Glückshormon, das für die Produktion des Schlafhormons Melatonin benötigt wird.

Die Naturstoffe des Lavendels wirken stimmungsaufhellend, angstlösend und beruhigend. Die schlaffördernde Wirkung der Heilpflanze ist mit zahlreichen Studien belegt. Vor allem die darin enthaltenen Wirkstoffe Linalool und Linalylacetat wirken sich positiv auf deinen Schlaf und deine Psyche aus.

DER LAVENDEL IST REICH AN:

- Linalool und Linalylacetat
- Gerbstoffen
- Flavonoiden
- Cumarinen

Aroniabeere

2



Die Wunderbeere Aronia gilt dank ihrer antioxidativen Wirkung als natürliches Mittel gegen Stress. Die Beere steckt voller Vitamine und Mineralien, die sich positiv auf die Gesamtgesundheit deines Körpers auswirken. Obendrein bringt sie blutdruckregulierende, entkrampfende und immunstimulierende Vorteile.

DIE ARONIABEERE IST REICH AN:

- Antioxidantien ● Spurenelementen ● Mineralien ● Calcium
- Magnesium ● Eisen ● Zink ● Vitamin B12 ● Vitamin D
- Vitamin C

Hibiskusblüte

3



Die Hibiskusblüte sieht nicht nur toll aus, in ihr steckt auch eine geballte Ladung gesunder Pflanzenstoffe.

Auch der Hibiskus wirkt antioxidativ und lindert somit körpereigenen Stress. Ihm werden aber noch zahlreiche weitere gesundheitliche Leistungen zugesprochen - vom Anregen des Stoffwechsels über krampflösende Eigenschaften bis hin zur Senkung des Blutdrucks.

DIE HIBISKUSBLÜTE IST REICH AN:

- Antioxidantien ● Calcium ● Kalium ● Magnesium
- Phosphor ● Vitamin A ● Vitamin B1, B2 und B3 ● Vitamin C

Melisse

4



„Ein Melissentee vor dem Schlafengehen bringt gute Träume.“
- so Hildegard von Bingen, Mitbegründerin der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM).

Die Inhaltsstoffe der Melisse wirken in extrahierter Form schlafauslösend, entspannend und angstlösend. In der Naturheilkunde ist die Heilpflanze daher schon lange als wirkvolle Einschlafhilfe bekannt.

DIE MELISSE IST REICH AN:

- Citral und Citronellal
- Gerbstoffen
- Flavonoiden
- Saponinen

Hopfen

5



Hopfenzapfen werden traditionell dazu eingesetzt die Schlafqualität zu fördern, die Einschlafzeit zu verkürzen sowie Angst- und Unruhezustände zu behandeln.

Die Wirkstoffe erlangen im Körper einen ähnlichen Effekt wie Melatonin, ohne dabei den körpereigenen Hormonhaushalt zu stören. Verantwortlich für die sedierende Wirkung sind die im Hopfen enthaltenen Bitterstoffe Humulon und Lupulon.

HOPFENZAPFEN SIND REICH AN:

- Flavonoiden
- Ballaststoffen
- Bitterstoffen
- Eiweißen
- Gerbstoffen
- Humulon und Lupulon

Süßholzwurzel

6



Die Süßholzwurzel steckt voller Cumarine, die beruhigend und krampflösend wirken - sie verbessern das ganzheitliche Wohlbefinden und somit unser Schlafverhalten.

Das in der Süßholzwurzel vorkommende Glycyrrhizin bewirkt außerdem die Inaktivierung des körpereigene Stresshormons Cortisol.

DIE SÜSSHOLZWURZEL IST REICH AN:

- Cumarinen
- Glycyrrhizin
- Phytosterolen
- Saponinen
- Flavonoiden

Hafer

7



Hafer wirkt sich positiv auf zahlreiche gesundheitliche Aspekte unseres Körpers aus. Nicht umsonst gilt die Pflanze als wahres „Superfood“. Die Heilpflanze stärkt zum Beispiel Haut und Haar und fördert den Muskelaufbau. Hafer reguliert außerdem den Cholesterinspiegel und verbessert die Darmflora.

In extrahierter Form wird der Feel-Good-Allrounder nicht nur zur Vorbeugung gegen Krebs, sondern auch als natürliches Mittel für besseren Schlaf angewandt. Die Heilpflanze hilft gegen nervöse Störungen und Schlaflosigkeit. Für die sedierende und entspannende Wirkung ist der großteilig im Hafer enthaltene Pflanzenstoff Avenin verantwortlich.

HAFER IST REICH AN:

- Avenin
- Mineralstoffen
- Kieselsäure
- Saponinen
- Zink
- Flavonoiden

Es ist schier unmöglich einen vollen Kopf und einen leeren Körper auf Kommando in die Entspannung zu führen. Von Schlafqualität keine Spur! Wenn auch du Situationen wie diese gut kennst, nachts öfter wach im Bett liegst, dich hin und her wälzt, nicht aus dem Grübeln herausfindest und schon lange auf ein Zeichen für Veränderung wartest - Hier ist es!

Good Night Sweetheart – heia macht's möglich!



Was neben deiner herrlichen Bettlektüre niemals fehlen darf:
1 Löffel von unserem herrlichem Schlafelixier!

Dürfen wir vorstellen?

- heia
- 1 Jahr alt
- 7 Kräuter
- zum Zeitpunkt ihrer höchsten Wirkkraft liebevoll geerntet
- nach Lehren der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) für 6-9 Monate hergestellt
- damit du deinem wundervollen Körper ein Kräuterextrakt mit höchster Wirkkraft zuführst
- Made in Austria!

Das heia Schlafelixier kombiniert die Wirkstoffe 7 schlaf-fördernder Heilpflanzen in ihrer optimalen Konzentration und vereint die benötigte Tagesdosis zur Unterstützung der Schlafqualität in einem einzigen Esslöffel.

- Schneller einschlafen
- Besser durchschlafen
- Ausgeschlafen aufstehen
- Fit und wachsam durch den Tag

Probiere heia jetzt aus und verabschiede dich von Müdigkeit und Antriebslosigkeit!

SCAN ME



Schlaf los
statt schlaflos!

h

FOLLOW US   @heia.elixier

www.heia.online