

## Herkunft & Entstehung



### Herkunft

Unser Kristallsalz stammt aus der pakistanischen Salt-Range – geographisch liegt sie ca. 200 km südwestlich des Himalaya-Massivs, das heutige Potwar-Plateau. Die Saltrange gehört somit geologisch zum Himalaya-Gebirge.

### Entstehung

Nach der Ablagerung des Salzes aus flachen Teilchen des Urmeeres vor über 250 Millionen Jahren begannen die Kontinente sich zu verschieben. Das Salz gelangte unter andere Schichten der Erdoberfläche und wurde zum Teil erheblichen Druck ausgesetzt. Landteile bewegten sich gegeneinander – die ersten Gebirge entstanden. Der größte Druck schob den Indischen Subkontinent gegen Asien und so entstand das Himalaya – Gebirge, wo sich heutzutage mit über 8.000 Metern die höchsten Erhebungen auf der Erde befinden. Durch diesen Druck auf die Salzablagerungen bildeten sich viele Lagerstätten mit großen Salzvorkommen.



## Garantie für unser zertifiziertes Kristallsalz

- naturbelassen
- mild und fein im Geschmack
- solegewaschen
- sonnengetrocknet
- enthält lebenswichtige Elemente
- unraffiniert
- vielseitig anwendbar
- ISO/HACCP zertifiziert (Abbau und Verarbeitung)
- analysiert gemäß Codex Alimentarius
- (internationaler Standard für Speisesalze)
- Biophysikalisch geprüft (Lifetest Institut)
- Herkunft notariell bestätigt (certificate of origin)
- ohne Kinderarbeit (notariell bestätigt)
- Kirlian-Photografie (belegt die Lebendigkeit des Salzes)

**4evo Naturprodukte**

**Bestellen Sie in unserem  
Online Shop unter  
[www.4evo.de](http://www.4evo.de)  
oder auch gern per Telefon  
04101 -85 486 150**

## Multitalent natürliches Kristallsalz

*"Die Urkraft des Lebens"*



## Anwendungsbeispiele und Empfehlungen von Heilkundigen



Kristallsalz aus der Himalaya Region

Vielseitig anwendbar als Speisesalz,  
Badesalz, Sauna und Peelingsalz

**4evo Naturprodukte**  
*Welt der Natursalze*

# Anwendungen

## Herstellung von Kristallsalzsole

Füllen Sie eine Handvoll Kristallsalzbrocken und gutes Quellwasser in einen Krug bis zum Rand. Nach ca. 1 Stunde haben Sie eine gesättigte Solelösung. Die Kristallsalze können mit frischem Quellwasser solange nachgefüllt werden bis sie sich vollständig aufgelöst haben. Naturbelassenes Kristallsalz löst sich in Wasser automatisch bis zu einer maximalen 26%-igen Natursolekonzentration auf.

## Gesichtswasser aus Kristallsalzsole

Als Gesichtswasser eignet sich die Kristallsalzsole hervorragend zur Harmonisierung der Haut. Einfach nach der Reinigung pur mit einem Wattebausch auftragen. Bei regelmäßiger Anwendung wird fette und unreine Haut klarer; trockene Haut angenehm geschmeidig und verliert das Spannungsgefühl und Fältchenbildung kann sichtbar gemindert werden.

So stellen Sie Ihr Gesichtswasser her:

60 ml Rosenwasser, 40 ml Kristallsalzsole, 4 Tropfen Orangenöl (bei normaler Haut) oder 4 Tropfen ätherisches Rosenöl (bei trockener Haut) oder 3 Tropfen Zitronenöl (bei fettiger und unreine Haut)

Alles in eine Glasflasche füllen u. kräftig durchschütteln.

## Solebad

Sie lassen ein Vollbad ein. Die ideale Badetemperatur beträgt ca. 37°. So kann sich die wohltuende Wirkung des Kristallsalz-Solebades optimal entfalten. Das Solebad wird mit 1 kg Natursalz bzw. 4 Liter Natursole angesetzt. Einfach im Badewasser auflösen. Um eine therapeutische Wirkung zu erzielen, muss die Salzkonzentration so hoch sein, da sie mindestens der unserer Körperflüssigkeiten entsprechen muss. Bitte keine weiteren Badezusätze oder -Schäume verwenden! Die Badedauer soll 15 bis 20 Minuten nicht überschreiten. Nach dem Bad nicht duschen, sondern die Kristallsalzsole in die Haut eintrocknen lassen. Für Menschen mit schwachem Kreislauf nicht geeignet. natürliches Zellwachstum wird angeregt und kann bei zahlreichen Hauterkrankungen Hilfe leisten

- bei Rheuma- und Gelenkerkrankungen kann eine positive Wirkung erzielt werden
- wirkt entzündungshemmend und beruhigend auf das vegetative Nervensystem
- stärkt das Immunsystems
- fördert die Entschlackung des Körpers

## Salzpeeling

Sorgt für geschmeidige und zarte Haut. Nach dem Duschen reiben Sie die noch feuchte Haut leicht mit grobem Kristallsalz ab, sparen Sie das Gesicht dabei aus. Anschließend lauwarm duschen.

Noch besser lösen sich die Hautschuppen, wenn das Kristallsalz mit Olivenöl im Verhältnis 2:1 vermischt wird und man sich dann damit abreibt.

## Salzsäckchen

Füllen Sie ein kleines Baumwollsäckchen mit Kristallsalz Granulat – als altbewährtes Mittel kann es überall dort verwendet werden, wo Wärme oder Kälte gut tut und Linderung verschafft. Erwärmen Sie es im Backofen oder auf der Heizung und lassen die Wirkung der im Kristallsalz gespeicherten Wärme ca. 10 – 15 Minuten auf der wärmebedürftigen Stelle einwirken z.B. bei Verspannungen der Muskulatur, Ohrenentzündungen oder Gelenkschmerzen. Nicht bei entzündlichen rheumatischen Beschwerden anwenden.

Zur Kaltanwendung das Salzkissen/Säckchen ein paar Minuten ins Tiefkühlfach legen. Dann das Kissen auf die schmerzende Stelle legen z.B. als Körperkompressen bei Schwellungen und Verstauchungen.

## Nasenspülung

Für die Nasenspülung eignen sich Nasenduschen. Man löst ca. 9 g Kristallsalz in einem Liter lauwarmen Leitungswasser auf. Nasenspülungen eignen sich hervorragend um Erkältungen vorzubeugen, denn Salzlösungen befeuchten die Nasenschleimhaut und unterstützen die natürliche Reinigungsfunktion der Schleimhäute. Die Nasenspülung kann auch Linderung bei Heuschnupfen und bei trockener Luft/Heizungsluft im Winter verschaffen.

## Salzkauen

Kauen Sie morgens etwa 1 TL grobkörniges Kristallsalz mit etwas Wasser vermischt. Kauen Sie so lange, bis Sie keine Salzkörner mehr zwischen den Zähnen spüren. Hilft gegen Zahnfleischbluten und Paradontose.

## Warme Wickel

helfen bei rheumatischen Beschwerden und Sehnscheidenentzündung. So wird's gemacht: Ein Leinentuch in Salzwasser tauchen und gut auswringen. Anschließend gut am Körper anliegend anbringen. Darüber wickelt man ein trockenes Tuch und deckt sich anschließend gut zu.

# Anwendungen

## Soleinhalation

Geben Sie etwas naturbelassene Kristallsalz-Sole (bzw. Natursalz) in ein heißes Dampfbad und inhalieren Sie mit bedecktem Kopf 10 bis 15 Minuten. Die Atemwege benötigen nach der Inhalation etwa 30 Minuten bis sich alle Gifte durch Schleim- und Sekretbildung binden, um dann durch einen leichten Hustenreiz abgehustet zu werden. Eine Anwendung dieser Art kann je nach Befinden und Notwendigkeit mehrmals täglich durchgeführt werden. Ein Mengenverhältnis von 1% Kristallsalz auf die entsprechende Menge Wasser reicht bereits für eine Wirkung aus - eine erhöhte Konzentration verstärkt jedoch die Wirkung.

## Soletrinkkur

Trinken Sie täglich auf nüchternen Magen ein Glas Wasser mit etwa 1 Teelöffel gesättigter, also konzentrierter Kristallsalzsole. Dadurch kann der Wirkung auf die Verdauungsorgane und der Elektrolythaushalt des Körpers vorteilhaft beeinflusst und aufgebaut werden. Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen können gemildert und Abwehrkraft des Körpers gestärkt werden.

## Sauerhonig

Vermengen Sie 30 g Kristallsalz, 100 ml Essig, 200 ml Wasser und 300 ml Honig in einem Topf. Einmal aufkochen lassen. Abgekühlt können Sie mit diesem Trunk gurgeln und so Halsschmerzen lindern.

## Salzfußbad

Geben Sie eine Handvoll Kristallsalz in eine Wanne mit warmem Wasser und baden Sie Ihre Füße darin. Nach 10 Min trocknen Sie die Füße leicht ab und reiben die Fußsohlen kräftig mit einer halben Zwiebel ein. Abhängig vom weiteren Verhalten, können Sie bestimmen, ob das Bad eine beruhigende oder anregende Wirkung hat:

Beruhigender Effekt: Ziehen Sie Wollsocken an und ruhen mit hochgelagerten Beinen. So hilft das Salzfußbad ideal bei müden und geschwollenen Beinen.

Anregender Effekt: Bewegen Sie sich nach dem Bad. Es wirkt so durchblutungsfördernd und zeigt seine erfrischende Wirkung.

**Weitere Anwendungsbeispiele und unsere Produkte finden Sie unter [www.4evo.de](http://www.4evo.de)**