

*P. Jentschura*<sup>®</sup>  
regeneriert wie neugeboren

# MeineBase<sup>®</sup>

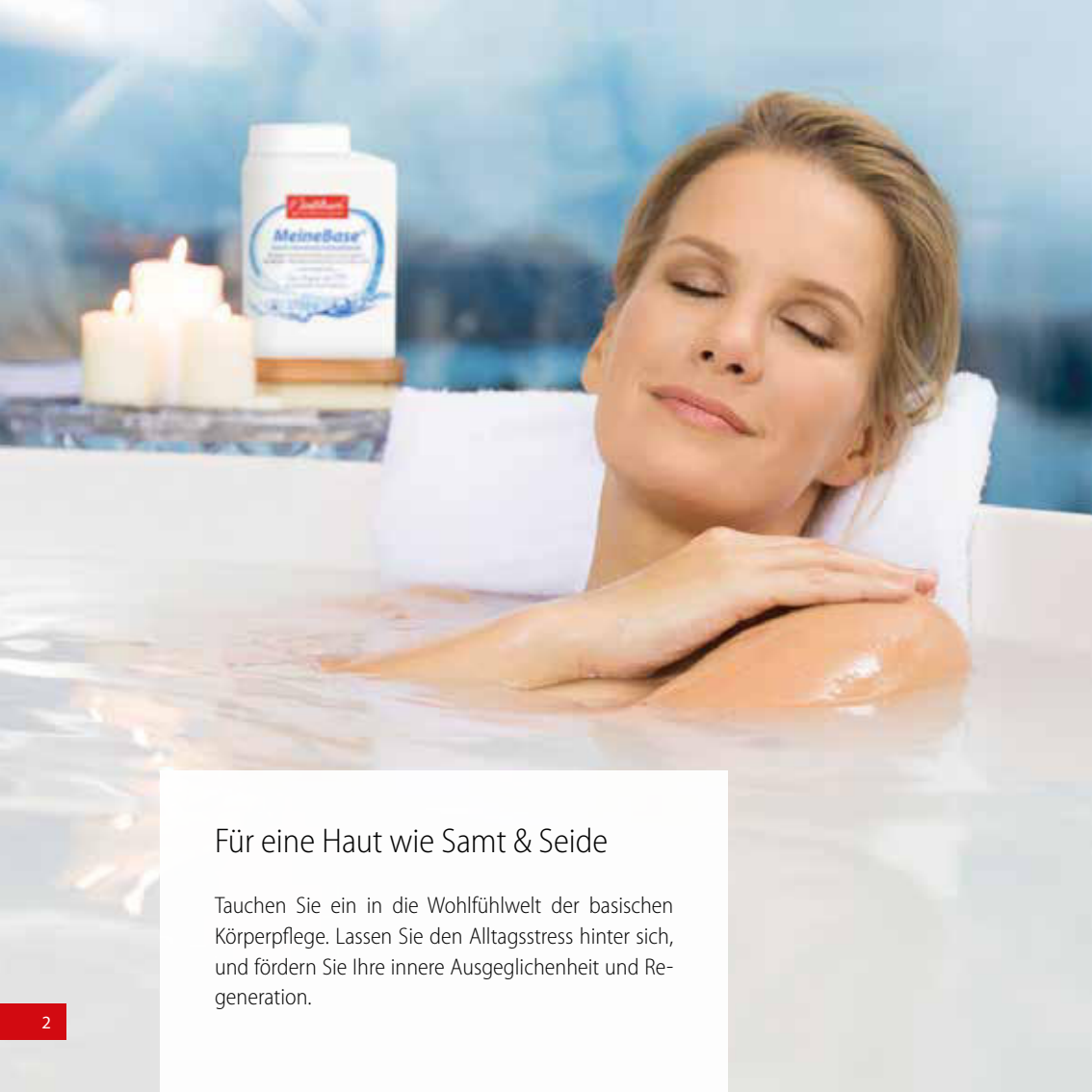
Basisch-mineralisches Körperpflegesalz



Das Original seit 1993

Mit acht Edelsteinen in feinsten Mahlung





## Für eine Haut wie Samt & Seide

Tauchen Sie ein in die Wohlfühlwelt der basischen Körperpflege. Lassen Sie den Alltagsstress hinter sich, und fördern Sie Ihre innere Ausgeglichenheit und Regeneration.

# P. Jentschura Körperpflege – nach dem Vorbild der Natur

## **Basisch-mineralische Hautpflege**

Wünschen Sie sich eine reine, zarte und gut durchblutete Haut, wie wir sie von Babys kennen?

Das Baby wächst neun Monate lang im „Vollbad“ des Fruchtwassers heran. Dieses Fruchtwasser ist mit einem pH-Wert von 8 – 8,5 schwach basisch. Babys kommen mit einer basisch reinen, streichelzarten und wunderbar duftenden Haut zur Welt. Was liegt also näher, als von der Natur zu lernen und die Pflege unseres Körpers ebenfalls basisch zu betreiben?



## **Das Wirkprinzip**

Durch basische Körperpflege wird die Haut von bereits ausgeschiedenen Säuren und Schadstoffen befreit. Dies signalisiert dem Körper, dass weitere Säuren gezielt nachgeschoben werden können. Mit basischer Körperpflege wird die natürliche Ausscheidungsfunktion der Haut aktiv genutzt und der gesamte Organismus entlastet. Zudem wird die Selbstfettung der Haut optimiert, und diese wird angenehm geschmeidig.

## **Vorzüge**

### **der basischen Körperpflege**

- Entsäuerung
- Entzug des sauren Lebensmilieus der Pilze
- optimale Selbstfettung der Haut
- angenehmer Körpergeruch
- Regeneration
- Entspannung

## MeineBase mit acht ausgewählten Edelsteinen

Spüren Sie die besondere Wertigkeit der in feinsten Mahlung enthaltenen Edelsteine Achat, Karneol, Citrin, Chrysopras, Chalcedon, Saphir, Bergkristall und Onyx. Diese sind auf die Chakren des Körpers abgestimmt und helfen, diese zu öffnen und für einen kontinuierlichen Energiefluss zu sorgen.

Gerade in unserer heutigen technisierten Welt kann Elektromog, z. B. durch elektrische oder elektronische Geräte oder durch Mobilfunkmasten zu energetischen Belastungen führen. Hinzu kommen in unserer schnelllebigen Zeit ständiger Termin- und Leistungsdruck, Multitasking-Arbeiten, Reizüberflutung, Stress und Hektik. Um mit den täglichen Anforderungen und Belastungen besser umgehen zu können, sollte die richtige Balance zwischen Leistungs- und Erholungsphasen gefunden werden.

Basische Körperpflege bedeutet, sich bewusst Zeit für sich selbst zu gönnen. MeineBase Bäder sorgen für einen harmonischen Ausgleich von Körper, Geist und Seele und helfen, neue Energie, Ruhe und Kräfte für den Alltag zu tanken.





„Um die Wirkungen der Heilsteine tatsächlich verstehen zu können, müssen wir uns sowohl mit der Welt und dem Wesen der Steine als auch des Menschen vertraut machen. Nur dann können wir nachvollziehen, wie und auf welche Weise beide miteinander kommunizieren.“

Steinheilkundler Michael Gienger



## Effektivität steigern

Regelmäßiges Bürsten während der basischen Voll- und Fußbäder optimiert den Entsäuerungsprozess.

## Basische Körperpflege – die Anwendungen

### Das basisch-mineralische Vollbad

Es entspannt Körper, Geist und Seele vom manchmal anstrengenden Alltag. Das Vollbad aktiviert die größte Hautoberfläche und damit die meisten Schweiß- und Talgdrüsen des Körpers. Daher ist es die effektivste basische Anwendung.

#### Was Sie für ein Vollbad benötigen:

- 3 Esslöffel MeineBase
- 36 – 38 °C warmes Wasser
- 1 Bürste, eventuell mit Stiel

**Tipp:** Zuerst das Badewasser einlaufen lassen, dann das Salz einstreuen. Nach dem Bad die Wanne mit Wasser ausspülen und ggf. mit einem geeignetem Reinigungsmittel säubern.

#### Was Sie benötigen:

- 1 Teelöffel MeineBase
- 1 Fußbadewanne
- 38 – 41 °C warmes Wasser
- 1 Bürste, eventuell mit Stiel

### Das basisch-mineralische Fußbad

Fußbäder eignen sich optimal zum Einstieg in die basische Körperpflege. Sie können täglich durchgeführt werden, denn sie fördern die sanfte Entsäuerung des Organismus. Füße gelten in der Naturheilkunde als sogenannte „Hilfsnieren“ und können durch regelmäßige basische Pflege die Reinigungsfunktion der Nieren unterstützen.

### MeineBase statt Deo

Wie wäre es einmal mit einem natürlichen Deo? Dafür vermischen Sie eine Prise MeineBase mit etwas Wasser in der Handinnenfläche. Tragen Sie diese Lauge in die mit Seife gewaschenen Achseln auf, und lassen Sie sie trocknen.

#### Was Sie benötigen:

- 1 Prise MeineBase
- kühles oder 36 – 38 °C warmes Wasser

## AlkaWear® – basische Funktionswäsche

### Besondere Vorteile von AlkaWear:

- Ergänzung zu den basischen Voll- und Fußbädern
- effektive Entsäuerung
- wirkungsvolle Unterstützung einer Entschlackungskur
- hilfreich bei zahlreichen lokal auftretenden Problemen

**Was macht AlkaWear basisch?**  
1 Teelöffel MeineBase auf ½ Liter  
Wasser für AchselKissen, Hals-  
und Stirnwickel, für Strümpfe,  
Stulpen, LeibWickel und Mantel

Fordern Sie unsere Broschüre und die DVD zum AlkaWear Sortiment gerne kostenlos an.



### BasischeStulpen

Fit und beweglich bei jeder Aktivität. Die elastischen, rutschfesten basischen Stulpen empfehlen sich bei allen Aktivitäten, besonders bei und nach dem Sport. Diese Anwendung hat sich an Unterschenkeln, Ober- und Unterarmen bewährt und steigert Ihr Wohlbefinden ohne zusätzlichen Zeitaufwand.

### Basischer LeibWickel

Entspannung für Bauch und Rücken oder als hilfreicher Leberwickel. Der LeibWickel ist mit seiner Einschuböffnung so konzipiert, dass zusätzlich zum eigentlichen Wickel auch eine Wärmequelle, z. B. eine Wärmeflasche oder ein Moorkissen darin Platz hat.





Fein Beauty - Geheimnis  
Franziska Wauer



## Erholung pur

### **BasischeStrümpfe**

Sie eignen sich für alle Ruhephasen am Tag oder während der Nacht zum Wohlfühlen und Entspannen. Sie können an Beinen und Armen getragen werden und sind zudem ideale Reisebegleiter. Für Personen ohne Badewanne ist die Kombination von basischen Fußbädern und basischen Strümpfen empfehlenswert.

A woman with blonde hair, wearing a white bathrobe, is smiling and applying a white towel around her neck. The background is a bright, out-of-focus indoor setting.

## Altbewährtes Hausmittel

### **Hals- und Stirnwickel**

Effektive Reinigung von Stirn und Kopf, von Hals, Nacken und Dekolleté. Seit alters her werden warme Wickel bei Hals- und Kopfschmerzen angewandt. Der basische Hals- und Stirnwickel kann zudem an Armen und Beinen, an Knien und Ellenbogen sowie an weiteren kleinen Gelenken angewandt werden.



(Patent der Jentschura International GmbH)

### **Basische AchselKissen**

Die Basischen AchselKissen fangen den Schweiß im Achselbereich auf und sorgen für ein sicheres stressfreies Auftreten im Beruf und in der Freizeit. Sie helfen bei der Entsäuerung von Kopf und Oberkörper. Sie können trocken oder feucht getragen werden.

### **BasischerMantel**

Basisch eingepackt, entspannt schlafen! Der basische Mantel sorgt für ein angenehmes kühlendes Gefühl in der Nacht bei Menschen, deren Schlaf durch nächtliches Schwitzen beeinträchtigt wird. Er besteht aus einem Innenhemd und einem Außenmantel. Das Innenhemd kann trocken oder basisch besprüht getragen werden.



### **Basisches KörperwickelTuch**

Rundum gut eingewickelt für wohlige Entspannung und für warme Füße. Das Basische KörperwickelTuch kann über Nacht, für Ruhephasen am Tag, während einer Massage oder auch im Anschluss an eine Körperbehandlung verwendet werden.

## Spezielle basische Anwendungen

### **Basisch regenerierende Gesichts-, Dekolleté- & Halspflege**

Die feuchte Vliesmaske wird für ca. 20 Minuten auf die gereinigte Gesichtshaut aufgelegt. Das Vlies wird regelmäßig mit einer MeineBase Lauge nachgefeuchtet, da das basische Wasser verdunstet und von der Haut aufgenommen wird. Ideal während eines Voll- oder Fußbades.



#### **Was Sie benötigen:**

- 1 Messerspitze MeineBase
- 1 kleine Schüssel mit ca. 40 ml Wasser (36 – 38 °C warm)
- 1 basische Vliesmaske von P. Jentschura

### **Basisch-mineralische Massage**

Ein hochwertiges Hautöl in Kombination mit MeineBase auftragen und sanft einmassieren. Dadurch wird die Haut von abgestorbenen Hautzellen befreit und die Durchblutung angeregt.

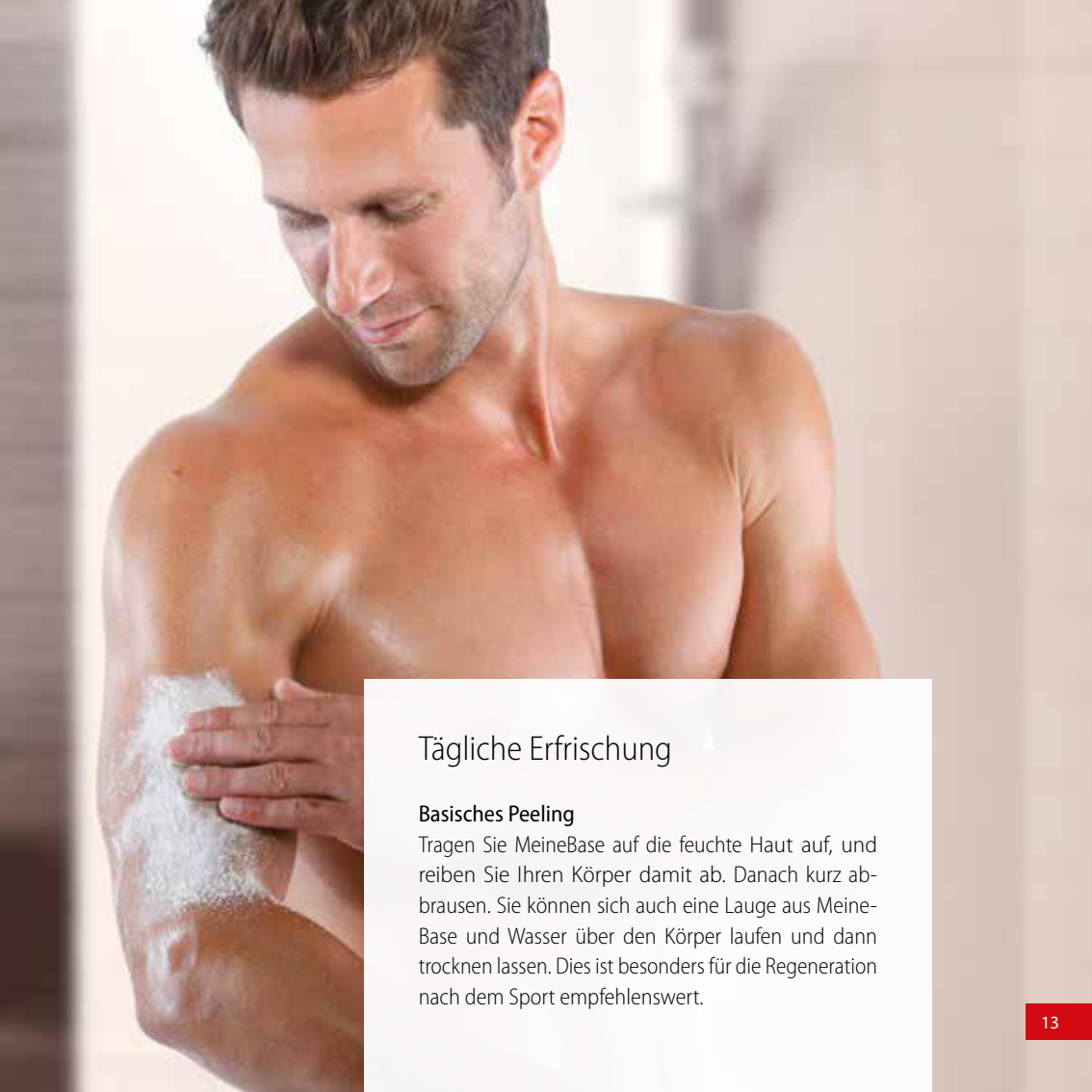
### **Professionelle basische Anwendungen**

Lassen Sie sich von Beauty-Profis individuell verwöhnen, z. B. mit einer basischen Kräutertempelmassage, einer Salz-Honig-Massage o. ä. Mehr Informationen finden Sie unter [www.basische-anwendungen.de](http://www.basische-anwendungen.de) und [www.regenata.de](http://www.regenata.de).

### **Basisches Duschen**

Für einen besonders pflegenden Effekt stellt eine Dusche mit BasenSchauer eine perfekte Ergänzung zu MeineBase dar. Das basische Duschgel sorgt durch seine hochwertigen Inhaltsstoffe wie Aloe Vera, natürliche Mineralien und Kräuterextrakte für ein weiches und ausbalanciertes Hautbild. BasenSchauer kann auch mit MeineBase in einem Verhältnis von 2:1 zu einem sanften Peeling vermischt werden.





## Tägliche Erfrischung

### **Basisches Peeling**

Tragen Sie MeineBase auf die feuchte Haut auf, und reiben Sie Ihren Körper damit ab. Danach kurz abbrausen. Sie können sich auch eine Lauge aus Meine-Base und Wasser über den Körper laufen und dann trocknen lassen. Dies ist besonders für die Regeneration nach dem Sport empfehlenswert.



Natürlich  
nur das Beste

Jouica  
Lancôme

# Natürliche Pflege für Mutter und Kind

## Schön und gesund in Schwangerschaft und Stillzeit

Während ihrer Schwangerschaft sollte die werdende Mutter hohe Ansprüche an ihre Körperpflege stellen. Diese sollte nicht nur rein natürlich sein, sondern auch die beanspruchte Haut der werdenden Mutter optimal unterstützen. Gönnen Sie sich als frischgebackene Mutter zwischendurch entspannende Auszeiten im Basenbad, während Ihr Baby schläft. Über Nacht sind Basische Strümpfe empfehlenswert und bei sportlichen Aktivitäten die Basischen Stulpen. Basische Bauchwickel unterstützen wirkungsvoll die Regeneration dieser strapazierten Körperpartie.

## Basische Po-Pflege

MeineBase Lauge mit einem weichen Lappen auftragen und trocknen lassen.

### Was Sie benötigen:

- 1 Prise MeineBase
- 1 Schüssel
- 1 Tasse 36 – 38 °C warmes Wasser



Die P. Jentschura Gesichtsbürste  
- Ideal für zarte Babyhaut und -haare

## Basisches Kindervollbad

Das basische Bad sorgt für eine schonende Reinigung und für eine angenehme Selbstfettung der zarten Babyhaut und brennt nicht in den Augen. Es ist auch für empfindliche Haut geeignet. Besonders abends ist das warme Vollbad eine bewährte Einschlafhilfe für Babys und Kleinkinder.

Was Sie benötigen:  
Für eine Kinderbade-  
wanne (ca. 20 Liter)  
genügt ein Teelöffel  
MeineBase.

## Basisches Dampfbad

Erleben Sie das samtweiche Hautgefühl nach einem basischen Dampfbad. Dazu reiben Sie während der Anwendung Ihren Körper mit einer Salz-Honig-Paste ein.

### Die optimale Vorbereitung:

- 2 Stunden vorher 1 – 2 Tassen 7x7 KräuterTee trinken
- 1 – 2 Stunden vorher einige Teelöffel WurzelKraft verzehren
- ½ Stunde vorher ½ Liter Stilles Wasser trinken

### Anwendung im Dampfbad:

- 10 Minuten schwitzen
- die Salz-Honig-Paste auftragen
- 10 – 15 Minuten schwitzen
- abschließend mit BasenSchauer duschen

### Was Sie benötigen:

1 gehäuften Esslöffel MeineBase und  
1 – 2 Esslöffel flüssigen Honig mit  
etwas Wasser anrühren, bis eine  
streichfähige Paste entsteht.

Dampfbäder und Saunagänge sind sehr wirkungsvolle Anwendungen zur Regeneration und Reinigung des Körpers. Die Kombination mit MeineBase regt zusätzlich die Entsäuerung des Körpers an und pflegt die Haut intensiv. Besonders bewährt haben sich Dampfbäder nach dem Sport, denn die Wärmeanwendung sorgt für eine Entspannung der Muskulatur und der Entsäuerungsprozess vermindert möglichen Muskelkater.









## Basisch-mineralische Spülungen und Inhalation

### **Basische Mund- und Nasenspülung**

Geben Sie für Nasen- oder Mundspülungen einen gestrichenen Teelöffel MeineBase auf einen Liter warmes Wasser. Für die Nasenspülungen empfehlen wir die Benutzung des P. Jentschura Nasenspülbechers. Auf die Wassermenge des Bechers geben Sie eine Prise MeineBase.



### **Basische Zahnpflege**

Lösen Sie etwas MeineBase mit Wasser in einem Zahnbecher auf, und tauchen Sie Ihre Zahnbürste dort ein. Dann tragen Sie eine fluoridfreie Zahncreme auf und putzen Ihre Zähne wie gewohnt.

### **Basische Inhalation**

Nehmen Sie auf 1,5 – 2 Liter kochendes Wasser einen Teelöffel MeineBase. Inhalieren Sie bei Bedarf zwei- bis dreimal pro Tag für jeweils zwei bis drei Minuten. Besonders bewährt bei Erkältungen, Nasennebenhöhlenentzündungen, Bronchitis, Asthma, Heuschnupfen und Allergien.

## Basisch bestens regeneriert

Basische Körperpflege ist überall und jederzeit einsetzbar. Sie pflegt und regeneriert in allen Lebensphasen.

### Für einen optimalen Erfolg empfehlen wir:

- mindestens 30 Minuten, besser 60 – 90 Minuten lang baden
- bei Körpertemperatur baden, bei Krampfadern niedrigere Temperaturen wählen
- kurmäßig 1 – 2 Vollbäder und 4 – 5 Fußbäder pro Woche
- Basische Strümpfe und -Stulpen / basische Wickel nach Bedarf

### Finden Sie für jeden Hauttyp die richtige Bürste

Idealerweise bürsten Sie im Basenbad alle 10 Minuten Ihre Haut. Das erhöht die Ausscheidungsleistung der Haut und steigert die Effektivität der Entsäuerung.

#### BÜRSTEN FÜR TROCKEN- UND NASSBÜRSTUNGEN



Gesichtsbürste

Kosmetikbürste

Badebürste

Hand- & Nagelbürste

Profi-Massagebürste

Körperbürste

#### NUR FÜR TROCKENBÜRSTUNGEN



Energiebürste

Haarbürste

Weitere Informationen können Sie gerne bei uns anfordern.



## Spürbar neue Energie

„Für eine optimale Regeneration und eine natürliche Leistungssteigerung nehme ich nach dem Sport ein basisches Vollbad.“

Urs Zumstein (Profi-Fitness-Athlet und Studiobesitzer)



Reg.-Nr. 25-1008A






Zertifiziert nach  
BDIH-Standard für  
Naturkosmetik

PRAKTISCHE DOSIERHILFE  
AUF DER ÜBERSIEDE  
DES DECKELS ↘



## MeineBase auf einen Blick

Anwendung	Dosierung
Vollbad	ca. 3 x  (3 ganze Deckel = 3 EL)
Fußbad	ca. 1 x  (1 halber Deckel = 1 TL)
Wickel	ca. 1 x  + ½ Liter Wasser (1 halber Deckel = 1 TL)

**Hinweis:** In Abhängigkeit zur Wannengröße und zum Härtegrad des Wassers kann eine Erhöhung der Dosierung nötig sein, um optimale pH-Werte zu erreichen.

### Ergiebigkeit von MeineBase

75 g = 1 – 2 Vollbäder oder 10 Fußbäder  
750 g = 15 Vollbäder oder 100 Fußbäder  
1500 g = 30 Vollbäder oder 200 Fußbäder  
2750 g = 55 Vollbäder oder 366 Fußbäder

### Bestandteile:

Natriumhydrogencarbonat, Meersalz, Natriumcarbonat, natürliche Mineralien, Achat, Carneol, Citrin, Chrysopras, Chalcedon, Saphir, Bergkristall und Onyx



Der Deckel der MeineBase Verpackung ist gleichzeitig eine praktische Dosierhilfe. Auf der **Oberseite** sind zwei Markierungen zu finden. Wenn Sie den Deckel bis zur äußeren Markierung befüllen, entspricht dies einem Esslöffel. Die Befüllung bis zur inneren Markierung entspricht einem Teelöffel.

Wir beraten Sie gern!



**Jentschura International GmbH**

Otto-Hahn-Straße 22 – 26 · D-48161 Münster

Tel.: +49 (0) 25 34- 97 44-0 · Fax: +49 (0) 25 34-97 44-44

E-Mail: [info@p-jentschura.com](mailto:info@p-jentschura.com)

**Jentschura [Schweiz] AG**

Seestrasse 62 · CH-8806 Bäch

Tel.: +41 (0) 44 784 79 31 · Fax: +41 (0) 44 687 90 72

E-Mail: [info@p-jentschura.ch](mailto:info@p-jentschura.ch)

[www.p-jentschura.com](http://www.p-jentschura.com)

