

**NUAD® ist einzigartig sparsam in der Anwendung - die Anwendungsgebiete sind vielfältig.**

**Handcreme** 1 Tropfen genügt. NUAD® zieht sofort ein, Sie erhalten ein seidig zartes Gefühl ohne einen Fettfilm zu hinterlassen. Wichtig: Unser hochwertiges Mandelöl ist reich an Vitamin E und bietet den Händen einen leichten UV-Schutz.

1-2 Tr. NUAD® in lauwarmen Wasser mit etwas Zitronensaft geben. Hände darin ca. 5 Min. baden. Pflegt und schützt.

½ reife Avocado zerdrücken und mit ein paar Tr. NUAD® und einem Spritzer Zitronensaft cremig rühren. Auftragen, am besten Baumwollhandschuhe darüber ziehen und nach einer halben Stunde lauwarm abwaschen.

**Raue Ellbogen** mit ausgepresster Zitronenscheibe einreiben, nicht abwaschen und danach NUAD® auftragen. Löst abgestorbene Hautschuppen auf und macht Ihre Haut samtweich.

**Körperpflege** verwenden Sie ein paar Tropfen NUAD®, anstatt einer handelsüblichen Körpercreme z.B. nach dem Duschen. Tipp: Trocknen Sie sich nicht ganz ab, sondern nutzen Sie die Feuchtigkeit der Haut, um ein paar Tropfen NUAD® auf dem ganzen Körper zu verteilen.

### **Gesichts- / Körperpeeling**

1/2 Glas Milch + 3 El. Zucker und 1 Tr. NUAD® vermischen. Einreiben - abspülen-wohlfühlen.

Kleie, Meersand oder zermahlene Aprikosenkerne, etwas Molke und 1 Tr. NUAD® anrühren - auftragen. Regt die Durchblutung an, entfernt alte Hautschuppen und lässt Ihre Haut wieder strahlen.

### **Masken**

**Avocadomaske:** 1 Avocado mit 2 Tr. NUAD® und 1 TL Joghurt pürieren, auftragen und nach 15 Min. mit lauwarmen Wasser abwaschen. Beruhigt, entspannt, wirkt wohltuend bei strapazierter Haut.

**Bananenmaske:** 1 reife Banane zerquetschen und mit 1 Tr. NUAD® und 1 TL Quark vermischen. Auf Gesicht und Hals auftragen, ca. 15 Min. einwirken lassen, dann mit lauwarmen Wasser vorsichtig abnehmen. Bei trockener Haut, zaubert einen schönen Teint.

**Karottenmaske:** Wirkt bei trockener Haut, gibt einen frischen zarten Farbteint. Zwei kleinere frische Karotten reiben, Milch oder Sahne/Quark und 2-3 Tr. NUAD® vermengen. Etwa eine Stunde ziehen lassen. Maske auftragen, Augen und Lippen aussparen. Nach 10-15 Min. vorsichtig warm abwaschen.

**Honigmaske :** 2 El. Honig erwärmen, mit 2 El. Quark und 2 TL NUAD® vermischen. Auftragen, nach ca. 15 Min. lauwarm abwaschen. Honig fördert die Durchblutung und wirkt der Faltenbildung entgegen.

**Eiermaske:** 2 Handvoll Weizenkleie mit 2 Gläsern Wasser verrühren. Dazu 1 Eigelb und 2 Tropfen NUAD®. Maske auftragen und trocknen lassen. Bei Mischhaut speziell gegen Mitesser und Pickel. Bei Akutfällen Morgens und Abends anwenden. Kann auch als Shampoo benutzt werden und lässt Ihre Haare strahlen.

**Tipp gegen unreine Haut:** 1/2 Liter Milch mit 100 Gramm Meerrettich kochen. Die Masse durchsieben und abkühlen lassen. Mit der Milch die Haut einreiben.

**Ölwickel** speziell für die Hals-/Brustpartie 3 Tr. NUAD® mit angewärmten hochwertigem Öl (Mandel, Oliven oder Distelöl) und zu gleichen Teilen Honig mischen. Am Halsbereich angefangen, von der Kinnpartie bis hin zum Brustbereich verteilen. Mit einem feuchten sauberen Baumwolltuch abdecken und einem Frotteetuch umwickeln (sorgt für zusätzliche Wärme) 15-30 Min. einwirken lassen, anschließend mit lauwarmen Wasser abwaschen.

**Rissige Lippen** Einen Teelöffel Honig und 1-2 Tr. NUAD®. Schützt-pflegt-verhindert das Austrocknen.

**Nagelpflege** Balsam für strapazierte Nägel und Hände. Reiben Sie täglich 1 Tropfen auf Ihre Nägel. Diese werden elastischer, wachsen gesünder nach. Zusätzlich können Sie ab und an Ihre Fingernägel ca. 15 Min. in lauwarmen Wasser + NUAD® baden.

**NUAD® ist einzigartig sparsam in der Anwendung - die Anwendungsgebiete sind vielfältig.**

### **Fußpflege**

Einige Tr. NUAD® mit Zucker vermischen, die rauen Stellen etwa 5 Min. lang damit einreiben. Anschließend warm mit Wasser abspülen.

1-2 Tr. NUAD® in lauwarmen Wasser, ein Spritzer Sahne oder Honig, 15 Min. darin baden. Die reine Wohltat für ihre Füße.

Ihre Fersen bleiben streichelzart wenn Sie tägl. nur 1 Tr. auf die Fußsohlen einmassieren. Auch für raue Knie, Ellbogen, Hände.

**Ein Bad** mit NUAD® ist einfach himmlisch. Einfach einige Tr. NUAD® ins Wasser (36° Wassertemperatur wirkt anregend, 38° wirkt entspannend) plus:

½ Becher Sahne (als natürlichen Emulgator) vermischen. Das Sahnebad ist pflegend bei **normaler bis trockener Haut** da es rückfettend wirkt.

3-4 Esslöffel Honig in die Badewanne. Wirkt **lindernd, beruhigend, glättend**, hautpflegend und regenerierend auf ihre Haut.

1/4 l Molke bzw. 2 Hände voll Molkepulver. Wirkt bei **empfindlicher, gereizter Haut** und macht diese zart, weich und geschmeidig, da es nährend ist.

½ l Aprikosensaft. Ihre Haut wird frischer und **gut durchblutet**.

1 l starken schwarzen Tee -(den Tee 10 Min. ziehen lassen ) + einige Tr. NUAD® ÖL. Schwarzer Tee enthält reichlich natürliche Gerbstoffe, diese bewirken ein **Straffung** durch das Zusammenziehen Ihrer Haut. **Entschlackt und beruhigt die Haut**. Durch die antibakterielle Wirkung ist dieses Bad mit Schwarztee besonders bei **entzündlicher Haut** zur Pflege zu empfehlen.

**Nach dem Duschen** Bitte nicht ganz trockenreiben, Ihre Haut wird Ihnen für einen Rest Feuchtigkeit enorm danken. Einige Tropfen NUAD® auf die Handfläche geben, diese dann im Schulter-Bauch/Schenkelbereich abtupfen und auf den feuchten Körper verreiben.

### **Haarpflege**

**Eiershampoo:** 2 Handvoll Weizenkleie mit 2 Gläsern Wasser verrühren. Dazu 1 Eigelb und 2 Tr. NUAD®. Lässt Ihre Haare strahlen.

**Stumpfes-sprödes Haar:** Einige Tropfen NUAD® mit etwas Milch vermischen. 5 Min. im Haar und auf der Kopfhaut einwirken lassen, danach gründlich mit warmen Wasser ausspülen.

**Stark beanspruchtes Haar:** NUAD® mit ein paar Tropfen Zitrone oder Avocado vermischen auftragen und einwirken lassen. Danach gut ausspülen.

**Gegen Haarausfall:** 1 Eigelb mit 4 EL Olivenöl/Mandelöl, 6 Tropfen NUAD® und 10 EL 40% Rum vermischen. Abends die Kopfhaut einreiben. Erst am nächsten Morgen abwaschen.

**Bei dünnem, kraftlosem Haar, Haarausfall:** (auch z.B. während der Chemotherapie) 1-2 Tr. auf die Kopfhaut einmassieren.

**Gestresstes Haar:** 1 TL Honig, 2 Eigelb, 1 Eiweiß, ein paar Tropfen NUAD® sowie den Saft 1 Zitrone. Gut vermischen, dann ins Haar einmassieren, nach 5 Min. mit lauwarmen Wasser ausspülen.

**Massagen** Einige Tropfen in den Handflächen verteilen und Ihre Hände gleiten wunderbar über den ganzen Körper. Entspannt und wirkt wohltuend. Massage ist Energiearbeit, diese wird *nicht* durch den Einsatz von zuviel Lotionen etc. gefördert. Ausgenommen Ayurvedische Ölmassagen hierbei mischen unsere Therapeuten gerne Mandelöl unter NUAD®.

1-2 Tr. auf die verspannte Körperstelle und ohne Druck kurz einreiben. Tipp: Ein Tropfen auf die Schläfen bei Kopfschmerzen, Müdigkeit, Anspannungen. Testen Sie selbst die Wirkung.

**Duftlampe:** 1 - 2 Tr. genügen. Bitte achten Sie auf ausreichend Wasserzugabe. NUAD® ist ein hochwertiges Konzentrat ohne Wasser, Alkohol etc. und verdunstet nicht sondern bleibt als Tropfen bis zuletzt im Behälter.

**Bei Nacken- & Rückenschmerzen** zum Beispiel vom zu langen Sitzen vor dem Computer. Reiben Sie sich die schmerzenden Partien mit einem Tropfen NUAD® Öl ein, der Schmerz wird gelindert, die eintretende Entspannung verhindert erneute Verspannungen.

**NUAD® ist einzigartig sparsam in der Anwendung - die Anwendungsgebiete sind vielfältig.**

**Für Tiere zur Fell- / Ohren und Pfotenpflege** Was für uns Menschen gut ist, muss nicht gleichzeitig für ein Tier gut sein, aber in diesem Fall können wir Ihnen beruhigt die Anwendung unseres NUAD® Öls bei Tieren ans Herz legen.

Vor allem für Tiere die häufig an trockener, juckender Haut leiden ist es eine lindernde Wohltat. Einfach ein paar Tropfen (je nach Körpergröße) auf dem Fell verteilen, gegebenenfalls bis auf die Haut einmassieren.

Ebenso lassen sich die Ohren leichter reinigen, wenn man ein feuchtes Tuch mit einem Tropfen NUAD® darauf verwendet. Bitte aber nicht in den Gehörgang bringen.

Zur Pfotenpflege die Pfoten vor oder/und nach dem Spazieren gehen mit NUAD® einreiben. Gerade in der kalten Jahreszeit können Sie so die Pfoten Ihres Vierbeiners schützen.

### **Allgemein**

Nur durch konsequenten Schutz und regelmäßige "natürliche Pflege" bleibt unsere Haut lange schön und dauerhaft gesund. Fünf altbewährte **natürliche Klassiker** haben wir hier für Sie näher aufgeführt:

**Milch:** Ihr pH-Wert entspricht dem unserer Haut. Milch stabilisiert so den Säureschutzmantel der Haut. Das Milchfett wirkt rückfettend und beruhigend. Zudem stecken viele Proteine, Mineralien sowie die Hautschutzvitamine E und A in dem Kuhprodukt. Die Milchsäure gehört zu den milden Fruchtsäuren, die sich einen Namen als sanftes Peeling gemacht haben.

**Honig:** Er enthält viele Vitamine, unter anderem E und A, sowie Enzyme und Aminosäuren. Honig wirkt durchblutungsfördernd und feuchtigkeitsbindend. Sein pH-Wert liegt ebenfalls im leicht sauren Bereich.

**Eigelb:** Hühnereigelb stellt jede Menge Lecithin und Proteine zur Verfügung. Diese glätten die Haarstruktur und stärken das Haar.

**Gurke:** Sie besteht zwar zu 98 % aus Wasser, aber der Rest hat es in sich. Die Gurkeninhaltsstoffe fördern die Durchblutung, wirken zusammenziehend und erfrischend. Seltene Aminosäuren sorgen dafür, dass Wasser in der Haut gebunden werden kann.

**Zitrone:** Durch ihre Fruchtsäuren glättet sie raue Stellen. Sie lösen abgestorbene Hautschüppchen ab und dienen als Peelingmittel. Quelle: Apotheken Umschau/August 03

NUAD® ist ein eingetragenes Warenzeichen. NUAD® ist kein Arznei-Wunderheilmittel. Es können somit keine konkreten Symptombeseitigungen als Therapieerfolg zugesagt bzw. versprochen werden. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.

OneForLove-Ltd. GF: Angelika Farr - Fasanenweg 10 – 82319 Starnberg Tel. 08151-9190373

[info@oneforlove.de](mailto:info@oneforlove.de) [www.oneforlove.de](http://www.oneforlove.de)