



## Wie wende ich LaVita am besten an?

- LaVita sollte täglich und regelmäßig eingenommen werden.
- Ein Esslöffel (=10 ml) LaVita am Tag bietet Ihnen im Normalfall eine gute Vitalstoffbasis.
- Kinder bis 6 Jahre nehmen 5 ml (= 1 Teelöffel). Für Kinder ab 6 Jahren gelten die Empfehlungen für Erwachsene.
- Genießen Sie LaVita langsam und in kleinen Schlucken (ein Teil der Vitalstoffe wird bereits über die Mundschleimhaut aufgenommen), mit ca. 50-100 ml stillem Wasser verdünnt.
- Solange Sie keine andere persönliche Empfehlung erhalten, spielt es keine Rolle, ob Sie LaVita auf nüchternen Magen oder zu den Mahlzeiten einnehmen.
- In Zeiten besonderer Belastungen (z. B. Rauchen, Alkohol, Stress, Schwangerschaft, Krankheiten oder Medikamenteneinnahme) oder nicht optimaler Ernährung empfehlen wir täglich 2 x 10 ml täglich.
- Beginnen Sie mit einer **100 Tage Kur**.

**2 X 10 ml LaVita täglich.**

