



## Stefanies Empfehlungen





## Stefanies Empfehlungen



### AHO

<https://aho.bio/soko>

10% Rabatt mit: **SOKO**

Vom Rohkostbrot über Sprossencrunchies bis hin zum Sprossmüsli & mehr - Alles ready to go, wenn das selber machen mal nicht klappt.



### Lichtkraft

<https://lkh-gesundleben.de/discount/soko5>

5% Rabatt mit **SOKO5**

Mein liebster grüner Drink - clean, Rohkost und frei von weiteren Zusatzstoffen.



### Share Pflaume

[bit.ly/sharepflaumesj](https://bit.ly/sharepflaumesj)

15% Rabatt mit **STEFANIEJAHN**

Unterstützt den körpereigenen Reinigungsprozess



### Dattelbär

[www.dattelbaer.com](http://www.dattelbaer.com)

5% Rabatt mit: **DBA-SOKO5**

Dattelprodukte der Superlative

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44

Herzensempfehlungen aus Überzeugung





## Stefanies Empfehlungen



### Sprossensamen

[www.sprossensamen.at](http://www.sprossensamen.at)

10% Rabatt mit: **SOKO10**

Die besten Utensilien und Saatgut für Deine persönliche Sprossenzucht zu Hause.



### Matcha

<https://www.drobtinka.si/>

Meinen Matcha-Tee beziehe ich aus Slowenien. Qualität und Geschmack sind einfach unschlagbar. Nutze direkt den Link (mit Klick), um zu dem Produkt zu kommen.



### Dampfdestilliergerät Wasser Megahome

<https://www.megahome-destilliergerät.de/>

Schadstofffreies Wasser, das vom menschlichen Organismus aufgenommen werden kann.

Herzensempfehlungen aus Überzeugung

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44





## Stefanies Empfehlungen



### Magnesium

<https://www.semenvitae.de/shop/mineralsole-magnesium-plus/>  
Mineralsole Magnesium plus



### Bitterkräuter

[www.derklosterladen.com](http://www.derklosterladen.com)  
Lange hab ich nach den passenden Bitterkräutern gesucht, die völlig rein sind. Heidelbergers 7 Sternkräuter sind die optimale Ergänzung Dank Bitterstoffen.



### Chlorella-Alge

[www.wellnest-shop.com](http://www.wellnest-shop.com)  
100% naturreine & rückstandsgeprüfte Chlorella Alge zur Unterstützung der körpereigenen Reinigungsprozesse.



### Heilerde

<https://labiteagnitevi.eu/Mineralerde>  
Sowohl die grüne als auch die weiße Mineralerde nutze ich zur Einnahme und als Beigabe bei Einläufen.

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44

Herzensempfehlungen aus Überzeugung





## Stefanies Empfehlungen



### Waschpflege

<https://shop.heilkundeinstitut.at/>

Die feine Tonseife pflegt und reinigt den Körper sanft, ohne das Milieu an der Hautoberfläche zu irritieren oder sogar zu zerstören.



### Gua-Sha

Einen GuaSha aus Rosenquarz oder anderen Edelsteinen bekommst Du mittlerweile in beinahe jedem Drogeriemarkt. Diese Form der Gesichtsmassage rundet mein Morgenritual nach der Bürste und der Massage mit meinen Händen ab.



### Kupferbürste

[ruhi-rituals.com](http://ruhi-rituals.com)

Die Körper- und Gesichtsbürste mit feinen Kupferdrähten für straffe Haut und mehr Energie.



### Zungenschaber

[www.fairschenkt.at](http://www.fairschenkt.at)

Morgens direkt nach dem Ölziehen wird die Zunge damit gereinigt.

Herzensempfehlungen aus Überzeugung

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44





## Stefanies Empfehlungen



### Körperpflege

<https://labiteagnitevi.eu/>

Ich nutze kaum noch Cremes für die Haut - ist der Körper rein, ist das nicht nötig. Wenn gepflegt wird, dann mit Labite - reine Natur und sehr reduziert in den Inhaltsstoffen.  
Wahre Schönheit kommt von Innen und nicht durch Cremes. ;-)



### Haare waschen

<https://www.purenature.at/ghassoul-wascherde>

Meine Haare wasche ich seit einiger Zeit entweder nur mit Wasser oder mit Wascherde - absolute Herzensempfehlung, funktioniert sehr gut.



### Ätherische Öle

<https://www.youngliving.com/>

Der Einsatz ätherischer Öle gehört bei mir seit Jahren zum Alltag. Egal ob für mehr Fokus, die klassische Öle Hausapotheke oder auch mal ein Helferlein für die emotionale Stabilität.

Herzensempfehlungen aus Überzeugung

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44





## Stefanies Empfehlungen



### Vivobase

[www.vivobase.at](http://www.vivobase.at)

5% Rabatt mit: **vbsj24k**

Infowebinar & Podcast mit näheren Informationen  
findest Du direkt auf meiner Website [stefanie-jahn.at/alltagsempfehlungen](http://stefanie-jahn.at/alltagsempfehlungen)



### Frequenzgenerator

<https://www.frequenz34.com/product/vegetharmony/>

Meine Frequenz-Hausapotheke  
Gerne im Anmerkungsfeld angeben:  
Empfehlungsgeber Stefanie Jahn



### Erdungsprodukte

<https://tz-gesundheit.de/?266>

Sowohl die Erdungsbettwäsche als auch die  
Erdungsmatten kann ich von Herzen empfehlen.  
Bei uns sind sie seit 2021 im Dauereinsatz.



### Bauchwellness

[stifl.global/?ref=2909](http://stifl.global/?ref=2909)

Darmgesundheit durch regelmäßige,  
eigenverantwortliche Spülungen.  
Webinar mit Erfahrungsbericht - siehe Website

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44

Herzensempfehlungen aus Überzeugung





## Stefanies Empfehlungen



### Balanceboard

<https://www.daffyboards.com/>

Das Balanceboard im Surfbrett-Stil unterstützt nicht nur Dein Balancetraining, sondern schenkt auch einfach riesig Viel Freude & Spaß.



### Stock gehen

[www.stockgehen.at](http://www.stockgehen.at)

Aktivierung der Selbstregulation Deines Körpers mit täglich kurzen Einheiten auf Deinem Stock.



### Bellicon Trampolin

[www.bellicon.com](http://www.bellicon.com)

Trampolin mit Seilringen zur Unterstützung des Lymphsystems und für ein moderaten Training



### FeetUp

[www.feetup.com](http://www.feetup.com)

Kopfüber richtet sich Dein gesamtes physisches System neu aus.

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44

Herzensempfehlungen aus Überzeugung





## Stefanies Empfehlungen

### Periodenunterwäsche

<https://koramikino.de/>

**KORA MIKINO** Periodenunterwäsche ist für mich als Frau nicht mehr wegzudenken. Die beste Alternativ, um diese Zeit im Monat bewusst & achtsam zu gestalten  
Die Bio-Baumwoll-Linie von Kora Mikino ist eine absolute Herzensempfehlung - frei von Plastik. .



### Zahnpflege SWAK

<https://www.swak.de/shop/>

Natürliche Zahnpflege mit dem MISWAK Holz. Jahrtausende altes Wissen trifft auf das Bedürfnis nach Einfachheit.

### LoveTuner



[lovetuner.com](https://lovetuner.com)

Der Lovetuner ist ein revolutionärer Ansatz, um Stress abzubauen, Angstzustände zu lindern und im gegenwärtigen Moment anzukommen - indem du deinen Ausatmen mit der Kraft der 528-Hz-Frequenz verbindest.

ingvi

### ingvi

<https://www.ingvi.de>

Rohvegane Lebensmittel in Bioqualität.  
Eine absolute Herzensempfehlung - ich persönlich bin sehr zufrieden mit der Qualität.

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44

Herzensempfehlungen aus Überzeugung





## Stefanies Empfehlungen

### Hochleistungsmixer

Der Blendtec Hochleistungsmixer ist seit 2013 fixer Bestandteil in meiner Küche. Recherchiere gerne - es gibt unterschiedliche Modelle, die sich individuellen Bedürfnissen anpassen.



### Infrarot-Dörrapparat

<https://www.keimling.at/>

Trocknen in Rohkostqualität für jede Küche passend. Bei mir ständig im Einsatz - ein absolutes Must-Have.



### Slow-Juicer

[www.hurom-europe.com](http://www.hurom-europe.com)

Der Humor Slow-Juicer erhält natürliche Nährstoffe beim Entsaften.



### Mylky

[www.mylky.de](http://www.mylky.de)

Selbstgemachte Pflanzenmilch für zu Hause frei von Zusatzstoffen und ähnlichem Gedöns.

Bei Fragen, kontaktiere mich gerne persönlich!

+43 (0) 664 - 13 123 44

Herzensempfehlungen aus Überzeugung

