



- (de) Produktinformation
- (en) Product information
- (fr) Fiche produit
- (cs) Informace o výrobku

- (pl) Informacja o produkcie
- (sk) Informácia o výrobku
- (hu) Termékismertető
- (tr) Ürün bilgisi

Augen- und Meditationssteine Eye and Meditation Stones

Pierres de relaxation des yeux
et de méditation

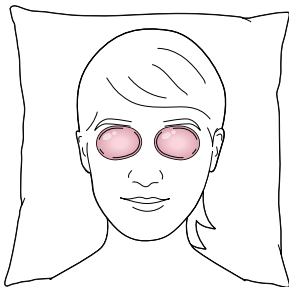
Oční a meditační kameny

Kamienie na oczy i do medytacji

Očné a meditačné kamene

Szem- és meditációs kövek

Göz ve meditasyon taşları



de Die Augen werden oft mit Bildern überflutet und sind überreizt. Eine Anwendung der Augen- und Meditationssteine empfiehlt sich nach einem anstrengenden Tag, nach Computerarbeit oder wann immer Ihnen danach ist.

Die Augen- und Meditationssteine können hier auf unterschiedliche Weise wohltun: Durch die Wirkung und Kühle der Steine und die angenehme Abdunklung. Sie lassen sich wunderbar mit anderen Anwendungen, z.B. einer Gesichtsmaske kombinieren.

Die speziell geschliffenen Edelsteine sind außerdem sehr glatt und fühlen sich gut an - ideal für eine entspannende Meditation.

Der **Rosenquarz** steht für allumfassende Harmonie, Liebe und Romantik. Ihm wird eine ausgleichende Wirkung nachgesagt.

Man nimmt an, dass er dabei helfe, die eigenen Bedürfnisse, aber auch die der Mitmenschen zu erkennen und auszuleben. So könne das Leben und der liebevolle Umgang mit anderen voller Freude genossen werden.

Wichtige Hinweise: Eine medizinische Heilwirkung ist nicht nachgewiesen. Bei gesundheitlichen Beschwerden suchen Sie unbedingt den Rat eines Arztes!

Kein Kinderspielzeug! Verschluckbare Kleinteile. Für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Nehmen Sie Kontaktlinsen vor dem Gebrauch heraus.

WARNUNG! Benutzen Sie die Augen- und Meditationssteine nicht auf offenen Wunden, Verbrennungen, Hautschwellungen oder -reizungen oder bei Hauterkrankungen.

Zum Reinigen waschen Sie die Augen- und Meditationssteine in warmem Wasser mit einer milden Seife. Nicht spülmaschinengeeignet. Trocknen Sie die Steine anschließend sorgfältig ab.

Anwendung

- ▷ Suchen Sie sich einen ruhigen Ort und legen Sie sich bequem hin.
Legen Sie die Augen- und Meditationssteine für ca. 5 - 10 Minuten auf die Augen.
Die Steine haben eine Mulde und liegen sanft auf den Augen auf.
Entspannen Sie. **Oder**
- ▷ Setzen Sie sich bequem hin, z.B. in den Schneidersitz. Nehmen Sie jeweils einen Stein in die Hand, legen Sie die Hände mit den Handflächen nach oben neben sich oder auf den Knien ab. Die Steine sollen in Ihren locker geöffneten Handflächen liegen. Machen Sie ggf. eine Gedankenreise durch Ihren Körper und versuchen Sie Anspannungen wahrzunehmen und loszulassen.

en Our eyes are often flooded with images and are overstrained. Using the eye and meditation stones is recommended after a strenuous day, after working on a computer or simply whenever you feel like it.

The eye and meditation stones can be beneficial in a multitude of ways - due to the effect and cooling sensation provided by the stones, as well as the soothing darkness. They work wonderfully in combination with other treatments, such as face masks.

The specially sanded gemstones are also very smooth and feel pleasant to the touch, making them perfect for relaxing meditation.

Rose quartz represents all-encompassing harmony, love and romance. It is thought to have a balancing effect.

It is assumed that rose quartz helps us to fulfil our own needs, and to recognise and fulfil the needs of others. This allows us to treat each other with love and enjoy a life full of joy with others.

Important information: No medical healing effect has been proven.
You must consult a doctor if you experience any health issues!

Not a children's toy! Contains small parts that could be swallowed.
Store out of the reach of children.

Remove contact lenses before use.

WARNING! Do not use the eye and meditation stones on open wounds, burns, skin swelling or irritations, or if you have any skin conditions.

To clean the stones, wash them in warm water with a mild soap. Not dishwasher-safe. Dry the stones carefully after cleaning them.

Use

- ▷ Find a quiet spot and lie down in a comfortable position.
Place the eye and meditation stones on your eyes for approx. 5 - 10 minutes.
The stones have a recess and rest gently against your eyes. Relax. **Or**
- ▷ Sit up in a comfortable position, e.g. with your legs crossed. Place one stone in each hand with your palms facing upwards and rest your hands either side of your body, or on your knees. The stones should lay in the palms of your hands, with your hands open and relaxed. Allow your mind to go on a journey through your body - try to recognise any tension and let go of it.

fr Nos yeux sont souvent fatigués par le déluge d'images auquel ils sont quotidiennement exposés. L'utilisation des pierres de relaxation des yeux et de méditation est conseillée après une journée fatigante, après le travail sur écran ou à chaque fois que vous en avez envie. Les effets bénéfiques des pierres peuvent se manifester de différentes façons: par leur action et leur fraîcheur et en réduisant agréablement la luminosité. Les pierres sont idéales en combinaison avec d'autres applications, comme les masques pour le visage, par exemple.

Ces pierres fines spécialement taillées sont également très lisses et d'un contact agréable, idéal pour une méditation relaxante.

Le **quartz rose** est associé à l'harmonie générale, à l'amour et au romantisme. On lui attribue une action rééquilibrante. On suppose qu'il nous aide à identifier et à vivre nos propres besoins, ainsi que ceux d'autrui, nous permettant ainsi d'apprécier, dans la plénitude et la joie, la vie et les relations bienveillantes avec autrui.

Remarques importantes: Les pierres n'ont pas d'effet thérapeutique avéré. En cas de problème de santé, consultez impérativement un médecin!

Cet article n'est pas un jouet! Petits éléments susceptibles d'être ingérés.

A conserver hors de portée des enfants.

Si vous portez des lentilles de contact, retirez-les avant d'utiliser les pierres.

AVERTISSEMENT! N'utilisez pas les pierres de relaxation des yeux et de méditation au niveau de plaies, de brûlures, de tuméfactions ou d'irritations de la peau ou en cas d'autres maladies de peau.

Pour nettoyer les pierres, lavez-les à l'eau chaude additionnée de savon doux. Les pierres ne vont pas au lave-vaisselle. Essuyez bien les pierres avec un chiffon sec.

Utilisation

- ▷ Choisissez un endroit calme et allongez-vous dans une position confortable. Posez les pierres de relaxation des yeux et de méditation sur vos yeux pendant 5 à 10 minutes. Les pierres appuient doucement sur les yeux car elles sont spécialement taillées pour épouser la forme de l'œil. Relaxez-vous. **Ou**
- ▷ Asseyez-vous dans une position confortable, en tailleur, par exemple. Prenez une pierre dans chaque main, posez les mains, paume vers le ciel, sur le sol à côté de vous ou sur vos genoux. Les pierres sont posées sur les paumes de vos mains ouvertes et détendues. Si vous le souhaitez, partez mentalement à l'exploration de votre corps et essayez d'identifier les tensions et de lâcher prise.

CS Oči jsou často unavené stálým pozorováním a tím jsou podrážděné. Použití očních a meditačních kamenů je doporučeno po dlouhém a únavném dni, po dlouhé práci na počítači nebo kdykoli to budete potřebovat.

Oční a meditační kameny Vám mohou pomoci různými způsoby: účinkem a chladem kamenů a příjemným zatemněním. Lze je výborně využít i s jinými aplikacemi, např. v kombinaci s pleťovou maskou.

Tyto speciálně broušené drahokamy jsou mimo jiné velmi hladké a příjemné na dotek - ideální na odpočinkovou meditaci.

Růženín je kamenem pro velmi obsáhlou harmonii, lásku a romantiku.

Jsou mu přisuzovány vyrovnávající účinky.

Má se za to, že pomáhá rozpoznat a uplatnit vlastní potřeby, ale i potřeby ostatních. Tak si můžete radostně užívat života a láskyplné interakce s ostatními.

Důležité pokyny: Lékařské léčivé účinky nejsou dokázané.

V případě zdravotních potíží bezpodmínečně vyhledejte radu lékaře!

Výrobek není hračka! Obsahuje malé díly, které je možno spolknout. Uchovávejte mimo dosah dětí.

Před používáním vyjměte kontaktní čočky.

VÝSTRAHA! Nepoužívejte oční a meditační kameny na otevřené rány, popáleniny, kožní otoky, podrážděnou kůži anebo při kožních onemocněních.

K čištění omyjte oční a meditační kameny teplou vodou s přidáním jemného mýdla. Nejsou vhodné pro mytí v myčce. Poté kameny pečlivě osušte.

Použití

- ▷ Najděte si klidné místo, pohodlně si lehněte a uvolněte se. Oční a meditační kameny položte na cca 5 - 10 minut na oči. Kameny mají výhlubeň a leží tak příjemně na očích. Uvolněte se. **Nebo**
- ▷ Pohodlně si sedněte, např. do sedu s překříženýma nohama. Do každé ruky uchopte jeden kámen, položte ruce dlaněmi nahoru vedle sebe nebo na kolena. Kameny by se měly nacházet ve volně otevřených dlaních. Případně se vydejte na mentální cestu svým tělem, vnímejte napětí a uvolněte ho.

pl Oczy są nieustannie zalewane obrazami, co powoduje ich nadmierną stymulację. Zastosowanie kamieni na oczy i do medytacji jest zalecane po męczącym dniu, po pracy przy komputerze lub gdy tylko użytkownik ma na to ochotę.

Kamienie na oczy i do medytacji mogą przynieść ulgę na różne sposoby: poprzez działanie i chłód kamieni oraz przyjemne zaciemnienie. Znakomity efekt przynosi zastosowanie kamieni w połączeniu np. z masażem na twarz.

Dzięki specjalnemu wyprofilowaniu kamienie są bardzo gładkie i przyjemne w dotyku - idealne do relaksującej medytacji.

Kwarc różowy jest symbolem wszechogarniającej harmonii, miłości i romantyzmu.

Przypisuje mu się działanie wyciszające.

Uważa się, że pomaga w rozpoznawaniu i zaspokajaniu potrzeb własnych i innych osób. Pozwala tym samym cieszyć się życiem i przyjacielskimi relacjami z innymi ludźmi.

Ważne wskazówki: Nie wykazano działania leczniczego.

W przypadku problemów zdrowotnych należy zasięgnąć opinii lekarza!

Produkt nie jest zabawką! Drobne elementy mogą zostać połknięte.

Przechowywać poza zasięgiem dzieci.

Przed użyciem należy wyjąć soczewki kontaktowe.

OSTRZEŻENIE! Nie należy używać kamieni na oczy i do medytacji na otwartych ranach, oparzeniach, obrzękach lub podrażnieniach skóry ani na obszarach skóry objętych zmianami chorobowymi.

Kamienie na oczy i do medytacji należy **myć** w ciepłej wodzie z dodatkiem delikatnego mydła. Nie nadają się do mycia w zmywarce do naczyń. Po umyciu kamienie należy starannie osuszyć.

Zastosowanie

- ▷ Połóż się wygodnie w spokojnym miejscu.
Połóż kamienie na oczy na ok. 5-10 minut. Kamienie mają zagłębienie i łagodnie przylegają do oczu.
Zrelaksuj się. **Albo**
- ▷ Usiądź wygodnie, np. po turecku. Weź do ręki po jednym kamieniu, połóż ręce po bokach lub na kolanach, tak aby wnętrza dłoni były skierowane do góry. Kamienie powinny leżeć w swobodnie otwartych dłoniach. Wybierz się w myślach w podróż przez swoje ciało, spróbuj dostrzec napięte miejsca i rozluźnić je.

sk Oči sú často zahltené obrázkami a podráždené. Aplikácia očných a meditačných kameňov sa odporúča po náročnom dni, po práci pri počítači alebo kedykoľvek, keď na to budete mať chuť.

Očné a meditačné kamene môžu byť prospešné rozličným spôsobom: účinkom a chladom kameňov a príjemným zatemnením. Dajú sa výborne kombinovať s inými aplikáciami, napr. maskou na tvár.

Špeciálne vybrúsené drahokamy sú okrem toho veľmi hladké a príjemné na dotyk - idálne na uvoľňujúcu meditáciu.

Ruženín predstavuje všeobjímajúcu harmóniu, lásku a romantiku. Vraví sa o ňom, že má vyrovňavajúci účinok.

Predpokladá sa, že pomáha spoznávať a rozvíjať vlastné potreby ale aj potreby blízkych. Tak sa dá s plnou radosťou vychutnávať život a láskavé zaobchádzanie s inými.

Dôležité upozornenia: Medicínsky liečebný účinok nie je dokázaný.

Pri zdravotných ťažkostiach bezpodmienečne vyhľadajte radu lekára!

Výrobok nie je hračka! Malé diely, ktoré možno prehltnúť. Uchovajte na mieste nedostupnom pre deti.

Pred aplikovaním vyberte kontaktné šošovky.

VAROVANIE! Očné a meditačné kamene nepoužívajte na otvorených ranách, popáleninách, opuchnutej alebo podráždenej pokožke ani pri kožných chorobách.

Na čistenie umyte očné a meditačné kamene v teplej vode jemným mydlom. Nie sú vhodné do umývačky riadu. Následne kamene dôkladne osušte.

Aplikácia

- ▷ Nájdite si pokojné miesto a pohodlne si ľahnite.
Položte si očné a meditačné kamene na cca 5 - 10 minút na oči. Kamene majú priehlbinku a jemne ležia na očiach. Uvoľnite sa.
alebo
- ▷ Pohodlne sa posadíte, napr. do sedu so skríženými nohami. Do rúk si vezmite po jednom kameni a ruky položte dlaňami nahor vedľa seba alebo na kolená. Kamene by mali ležať vo voľne otvorených dlaniach. Myšlienkami sa príp. prechádzajte vaším telom a pokúste sa vnímať napätie a uvoľniť sa.

hu A szemek túl sok kép hatására sokszor túlterheltek. Javasoljuk, hogy egy fárasztó nap vagy számítógépes munka után, valamint, ha egyszerűen kedve támad, akkor használja a szem- és meditációs köveket.

A szem- és meditációs kövek többféleképpen is segíthetnek: A kövek tulajdonságai, hűsítő hatásuk, valamint a kellemes elsötétítés következtében. Nagyon jól kombinálhatók más kezelésekkel pl. arcmaszkkal.

A speciálisan csiszolt nemeskövek ezen felül nagyon simák és kellemes a fogásuk - ideálisan használhatók egy nyugodt meditációhoz.

A **rózsakvarc** az általános harmónia, a szerelem és a romantika kristálya.

Kiegyensúlyozó tulajdonságot tulajdonítanak neki.

Azt mondják, hogy segít a saját és más emberek szükségletének felismerésében és kiélésében. Így teljes mértékben élvezheti a többi emberrel való szeretetteljes bánásmódot.

Fontos tudnivalók: Gyógyászati hatása orvosilag nincs bizonyítva.

Egészségügyi panaszok esetén feltétlenül forduljon orvoshoz!

Nem gyerekjáték! Ne engedje, hogy gyermekek kezébe kerüljön.

A használat előtt vegye ki a kontaktlencsét.

VIGYÁZAT! Ne használja a szem- és meditációs köveket nyílt seben, égési sérülésen, bőrduzzanaton vagy irritált bőrfelületeken, bőrbetegségek esetén.

A tisztításhoz mossa meg a szem- és meditációs köveket meleg vízzel és kímélő szappannal. Mosogatógépben nem tisztíthatók. Végül gondosan törölje szárazra a köveket.

Használat

- ▷ Keressen egy nyugodt helyet és kényelmesen feküdjön le.
Helyezze a szem- és meditációs köveket kb. 5 - 10 percig a szemére. A köveken mélyedések találhatók, és gyengéden felfekszenek a szemekre.
Pihenjen. **Vagy**
- ▷ Kényelmesen üljön le, pl. törökülésben. Vegyen egy-egy követ a kezébe, helyezze kezeit a tenyerével felfelé maga mellé vagy a térdeire. A kövek lazán helyezkedjenek el a nyitott tenyerekben. Például menjen végig gondolatban a testén, és próbálja meg megragadni a feszültséget, majd elengedni.

tr Gözler genellikle görüntülerle doludur ve aşırı kullanılırlar. Yorucu bir günden sonra, bilgisayar başında çalıştıktan sonra veya gözlerinizi dinlendirmek istediğiniz her zaman göz ve meditasyon taşlarının kullanılması önerilir.

Göz ve meditasyon taşları burada farklı şekilde rahatlatılabilir: Taşların etkisi ve serinliği ve hoş bir karanlık sayesinde. Diğer uygulamalar, örn. bir yüz maskesi ile kusursuz şekilde kombine edilebilir.

Özel olarak kesilmiş değerli taşlar ayrıca çok pürüzsüzdür ve iyi bir his verirler - rahatlatıcı bir meditasyon için idealdir.

Gül kuvars, her şeyi kapsayan uyumu, aşkı ve romantizmi temsil eder. Dengeleyici bir etkiye sahip olduğu söylenir.

Sadece kişinin kendi ihtiyaçlarını değil, başkalarının da ihtiyaçlarını tanımasına ve yaşamasına yardımcı olduğuna inanılmaktadır. Böylece yaşam ve başkalarıyla sevgi dolu etkileşimin tadı mutlulukla çıkarılabilecektir.

Önemli bilgiler Medikal bir iyileşme etkisi kanıtlanmamıştır.

Sağlığınız ile ilgili şikayetleriniz olursa kesinlikle bir doktora danışmalısınız!

Çocuk oyuncakı değil! Yutulabilir küçük parçalar. Çocukların erişemeyeceği yerde saklayın.

Kullanmadan önce kontakt lenslerinizi çıkarın.

UYARI! Göz ve meditasyon taşlarını açık yara, yanık, şişlik, tahriş veya cilt hastalığınız varsa kullanmayın.

Temizlemek için göz ve meditasyon taşlarını sıcak suda yumuşak bir sabun ile yıkayın. Bulaşık makinesinde yıkamaya uygun değildir. Ardından taşları iyice kurulayın.

Kullanım

- ▷ Sakin bir yer seçin ve rahat edeceğiniz şekilde uzanın. Göz ve meditasyon taşlarını yakl. 5 - 10 dakika süreyle gözlerinizin üzerine yerleştirin. Taşlar bir oyuğa sahiptir ve gözlere fazla baskı yapmaz. Dinlenin. **Veya**
- ▷ Rahat bir şekilde oturun, örneğin bacak bacak üstüne atın. Ellerinize birer taş alın, ellerinizi avuç içi yukarı doğru yanınızda olacak şekilde veya dizlerinizin üzerine koyun. Taşlar hafif açık olan el yüzeyinde bulunmalıdır. Gerekirse, zihinsel bir yolculuk yapın ve bunu hissetmeye ve gerginliği gidermeye çalışın.

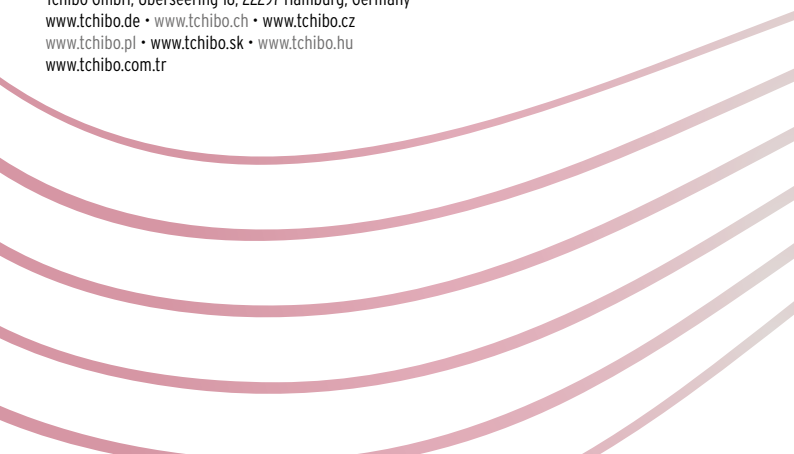
Made exclusively for:

Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany

www.tchibo.de • www.tchibo.ch • www.tchibo.cz

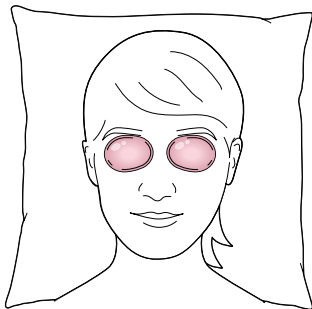
www.tchibo.pl • www.tchibo.sk • www.tchibo.hu

www.tchibo.com.tr

The background of the lower half of the image features several thick, wavy, horizontal lines in a light pink or rose-gold color, creating a modern, flowing design.



www.tchibo.de/anleitungen | www.tchibo.de/instructions
www.fr.tchibo.ch/notices | www.tchibo.cz/navody
www.tchibo.pl/instrukcje | www.tchibo.sk/navody
www.tchibo.hu/utmutatok | www.tchibo.com.tr/kilavuzlar



Artikelnummer | Product number
Référence | Číslo výrobku
Numer artykułu | Číslo výrobku
Cikkszám | Ürün numarası : 601 595
