

Itt van az ősz, itt van újra...



DR. SAMU TERÉZIA

sebész – érsebész szakorvos
Soaring Manager



Vége a nyári kánikulának, a szabadságoknak és a szünetnek is. Visszatérünk a munkahelyekre, gyerekek az óvodába, iskolába mennek. A napok egyre zsúfoltabbak, hiszen az év utolsó harmada még egy nagy hajtást is jelent. A gyerekek transzportja – óvoda, iskola, edzés, egyéb külön programok, no és a tanulás is plusz időt és szervezést igényel. Növekednek a feladatok és az elvárások, aminek meg kell felelni. Az időjárás is őszi fordulóra kerül, hűvös, gyakran párás, ködös. Igazán ideje támogatni a szervezetünket, hogy megőrizzük az egészségünket, és bírjuk a növekvő terhelést is.

A JAVASLATOM FELNŐTTEKNEK:

Ha eddig még nem próbáltad, akkor tedd meg most, ha használtad, akkor folytasd tovább – **Vital 5**-öt. Hogy miért? A **Forever Aloe Vera Gel** egy tartósítószer-mentes biózöldséglé, ami tartalmaz számtalan vitamint, ásványi anyagot, fehérjéket építő aminosavakat, több növényi tápanyagot, köztük anti-oxidánsokkal. Magas C-vitamin tartalma hozzájárul az immunrendszer megfelelő működéséhez, a fáradtság és kifáradás csökkentéséhez.

Forever Arctic Sea: (lazac, tintahal, tőkehal és olívaolaj) az omega3 úgynevezett esszenciális zsírsav, vagyis a szervezet működéséhez feltétlenül szükséges, de nem tudjuk előállítani, be kell vinni. Optimális az EPA és DHA arány. Ezek építőkövei többek között az agynak, szemnek, a bőrnek, így támogatja az egészséges agyműködést, látást és a keringést.

Forever Active Pro-B: a mikrobiom egy olyan ökológiai rendszer, amelyet támogatni lehet jótékony baktériumokkal. Az utóbbi évek kutatásai igazolták, hogy a bélflóra állapota nemcsak az emésztőrendszer működésére hat, hanem jelentősen befolyásolja a központi idegrendszer működését – ez az úgynevezett bél–agy tengely. A készítmény 8 milliárd CFU élőflórát (3 Lactobacillus és 3 Bifidobacterium törzs) és cinket tartalmaz, saválló kapszulában. A cink hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.

Forever Daily: az exkluzív AOS Complex alkalmazásával a napi multivitamin biztosítja a legfejlettebb tápanyag felszívódási rendszert.

A szabadalmaztatott formula kiegyensúlyozott, aloe bevonattal ellátott tápanyagok keveréke. Tartalmaz 12 féle vitamint, 8 féle ásványi anyagot – szerves kötésben –, 10 féle zöldség és 10 féle gyümölcs kivonatát, és még egyéb növényi tápanyagokat.

Argi-: a vitaminok mellett 1500 mg L-arginint tartalmaz, mely szervezetünk egyik fontos aminosava. A B12-, a B6-vitamin, és a folsav hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez, a D-vitamin részt vesz az egészséges izomfunktó fenntartásában, ezzel támogatja a lendületes életet. A C-vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.

Ha a napjaid úgy telnek, hogy a teendők csak egyre nőnek, és a teljesítményed a végén jár, vedd át az irányítást a **Forever Focus** segítségével, mely a tradicionális gyógynövényeket, vitaminokat és a cinket kombinálja a klinikailag vizsgált Cognizin®-nal (Citikolin). A B6-, a B12- vitamin, és a pantoténsav hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez. A pantoténsav támogatja a normál mentális teljesítményt, a cink

pedig a normál szellemi működés fenntartását. A *Rhodiola rosae* (rózsagyökér) hozzájárul az optimális mentális és kognitív aktivitáshoz, a megfelelő szellemi és fizikai erőnlét fenntartásához, a normál vérkeringéshez, amely támogatja az agy teljesítményét és reakcióképességét. A *Bacopa monnieri* támogatja a koncentrációt és a memóriát, hozzájárul a perifériás vér egészséges mikrocirkulációjához, mely hozzájárul az agyi teljesítményhez. Tartalmaz még *Ginkgo biloba*, zöldtea, *Guarana* kivonatot és koffeint. Ajánljuk a nagyon elfoglalt felnőtteknek, sportolóknak, diákoknak, és aktív idősöknek az egészség megőrzéséhez.

A nagy hajtásban is jó segítség lehet a **Forever CardioHealth**: ez az étrend-kiegészítő a CoQ10 mellett olyan összetevőket tartalmaz, amik hozzájárulnak az egészséges szív működéshez. B- vitaminokat (B6, folsav, B12), és gyógynövényes kivonatokat (olajfa levél, szőlőmag, kurkuma gyökér, tömjénfa kivonat) is biztosít a szervezet számára, melyek hozzájárulnak a megfelelő keringéshez. Napjainkban egyre több időt töltünk a

monitor előtt, az okostelefonnal vagy akár a TV előtt. Ebben a modern világban a **Forever iVision** már elengedhetetlen támogatója a szemnek. A klinikailag tesztelt Lutemax 2020 luteint tartalmaz, mely a retina és a szemlencse egyik összetevője. A cink hozzájárul a normál látás fenntartásához, és elősegíti az A-vitamin anyagcseréjét. A béta karotin az A-vitamin provitaminja. Az A-vitamin hozzájárul a normál látás fenntartásához. A C-vitamin és az E-vitamin részt vesznek a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelmében.

Az őszi – téli időszakban különösen indokolt kiegészítés a **Forever ImmuBlend**: ez az átfogó étrend-kiegészítő fruktooligoszacharidokat (FOS), laktoferint, maitaki – és shiitake-gombát, D- és C-vitamint és cinket tartalmaz. A tápanyagok és természetes botanikai szerek szinergikus keveréke, melynek

“The Power of Forever is the Power of Love.”

– Rex Maughan



segítségével az immunrendszer csúcsteljesítményt nyújthat.

A méhészek a jobb egészségi állapotú emberek voltak, mert rendszeresen fogyasztották a méhészetük termékeit. A propoliszal védték a méhek a méhkaptárt – ezt mi is hasznosíthatjuk a **Forever Bee Propolis** tablettá segítségével.

Az egészségünk megőrzése érdekében napi 2-4000 NE **D3-vitamint** is fogyasztunk, lehetőleg olyat, amiben van K1- és K2-vitamin is.

MIT AJÁNLOK A GYERMEKEKNEK?

Ilyenkor sok gyermek kezd az óvodát, iskolát. Az új helyzet, az új környezet komoly feladat elé állítja a kicsiket. Az ő egészségük megőrzésére adjunk nekik **Forever Aloe Vera Gelt**, persze ők gyakrabban részesítik előnyben a **Forever Berry Nectart**, **Forever Aloe Peachest** vagy a **Forever Aloe Mangot**, hadd válasszanak! Tegyük mellé a **Forever Kidset** is: természetes ízű rágótabletta, 12 vitaminnal, ásványi anyagokkal és több mint 20féle zöldség és gyümölcs kivonattal (többek között goji, acerola, acai).



ÉLETMÓDVÁLTÓ

Kapják meg ők is a **Forever Arctic Seat**, ha a kapszulával gondjuk van, akkor a kapszulát kiszűrva tegyűk valamilyen ételre.

A **Forever Royal Jelly** vagy méhpempő a méhkirálynő eledele, amitől sokkal nagyobb lesz, hosszabb életű és nagyobb teljesítményű, mint a dolgozó méhek. Fantasztikus természetes táplálék. Az íze olyan jó, hogy a lefinnyásabb gyerek sem utasítja el. Amikor az unokáim még kicsik voltak, ez volt a jutalomfalat: ha minden bogyót megettek, kaptak Royal Jelly-t.

A gyerekek folyamatosan növésben vannak, és egyre többen sportolnak is – ez a két dolog fokozott ásványi-anyag igényt jár, amit pótolni kell. Erre alkalmas a **Forever Calcium**: biztosítja a csontok napi kalciumszükségletét, hatékonyabb ásványi-anyag összetétellel rendelkezik a maximális felszívódás érdekében. A kalcium szükséges a megfelelő csontozat fenntartásához. Részt vesz a normál ingerület-átvitelben, és az energiatermelő anyagcsere-folyamatokban. A magnézium részt vesz a normál csontozat fenntartásában, és hozzájárul a megfelelő izomműködéshez, a pszichológiai funkció fenntartásához, a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez. A D-vitamin hozzájárul az egészséges csontozat és izomfunkció fenntartásához, valamint részt vesz az immunrendszer

normál működésében. A C-vitamin pedig hozzájárul a normál kollagéneképződéshez, és ezen keresztül a normál csontozat fenntartásához. A cink és a mangán részt vesz a normál csontozat fenntartásában, a rez hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.

A **Forever Nature-Min**: 10 alapvető, nyomelemekben gazdag ásványianyagot tartalmaz, amely tengeri növények természetes lerakódásából származnak. A természetben elérhető ásványi-anyagok komplex keveréke biztosítja a teljes felszívódást. A cink, a jód és a vas elősegíti a normál szellemi működés fenntartását. A szelén és a rez támogatja az immunrendszer megfelelő működését.

A cink hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez, szerepet játszik a sejtosztódásban, a normál DNS-szintézisben.

6 éves kor alatt napi 1000NE, fölötte 1-2000 NE **D3-vitamin** javasolt.

Ősszel és télen is legyenek egészségesek!

