

BY ORIFLAME
Wellness™



Wellness Life+

Встреча Клуба
17' 2018!

ВСТРЕЧА ВЭЛНЭС КЛУБА

Каталог №17 2018

ПЛАН ВСТРЕЧИ:

Теоретическая часть встречи

Замеры/Результаты

Вопросы и ответы: сложности и успехи за прошлый месяц

Темы для обсуждения:

- Тренды и новости – **Встречаем Новый Год в стиле Wellness**
- Слово эксперту - **Вэлнэс от Орифлэйм для активности и здоровья**
- Вэлнэс продукт – **Протеиновый комплекс**

Практическая часть встречи

- Кулинарный мастер-класс. **Блюдо для праздничного стола: «Курица, фаршированная шпинатом».**

ИСТОРИЯ УСПЕХА

1. Какова была ваша личная цель, которой вы хотели достичь с помощью Вэлнэс Лайф+?
2. Как вы работали с этой программой, чтобы достичь целей?
3. Уже добились результатов или пока еще на пути к достижению своих целей?
4. Вам удалось вдохновить кого-то на изменения в жизни?



ТРЕНДЫ ВЭЛНЭС

ИНДУСТРИИ

Встречаем Новый Год в стиле Wellness

Новый год и Рождество – праздники, любимые многими. Именно в этот период бывает непросто сохранить форму, вес и вэлнэс-достижения.

Как сохранить свои результаты?

Вот несколько простых советов:

- Полноценный завтрак и легкий ужин, позволяют перераспределить основной рацион на утро, снизив набор килограммов вечером.
- Пить больше воды без газа.
- Перекусывайте перед ужином.
- Постарайтесь есть побольше овощей и фруктов и зелени.
- Замените майонез легкими заправками на основе подсолнечного или оливкового масла.
- Соблюдайте режим сна
- Побольше двигайтесь.



ВСТРЕЧА ВЭЛНЭС КЛУБА

СОВЕТЫ ЭКСПЕРТА

ВЭЛНЭС ОТ ОРИФЛЭЙМ ДЛЯ АКТИВНОСТИ И ЗДОРОВЬЯ!

Для большинства людей еда – это больше удовольствие, при этом все же **главная цель пищи – заправить «топливом» тело**, чтобы поддержать жизнь.

Люди с активным образом жизни всегда обращают внимание на то, что едят, понимая, что все, что попадает в желудок, должно обеспечивать организм ценными компонентами, которые питают достаточным количеством энергии и помогают сократить время восстановления.

Ежедневное потребление продуктов Вэлнэс обеспечивает организм ценными веществами, а в период повышенной активности и занятий спортом дополнительно «подпитывают» тело полезными веществами.



BY ORIFLAME
Wellness™



Wellness Life+

К новой жизни за 12 недель!

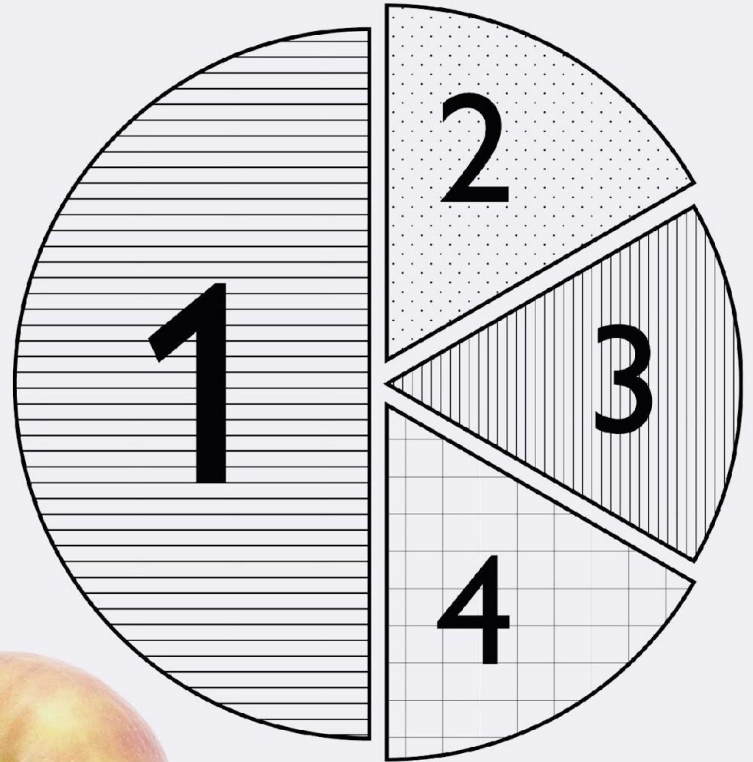
ПРОТЕИНОВЫЙ КОМПЛЕКС



ЧТО ВЛИЯЕТ НА СОСТОЯНИЕ ВАШЕГО

ЗДОРОВЬЯ?

1. Питание и образ жизни
2. Медицинское обеспечение
3. Наследственность
4. Состояние окружающей среды



ЧТО С НАМИ ПРОИСХОДИТ



МЫ ПОТРЕБЛЯЕМ:

- Мало белка
- Мало клетчатки
- Слишком много жиров
- Мало витаминов



ДЕФИЦИТ
ВАЖНЫХ
ЭЛЕМЕНТОВ



У НАС ПРОБЛЕМЫ С:

- Фигурой
- Иммуитетом
- Сердцем
- Метаболизмом
- Энергичностью





ЧТО

ДЕЛАТЬ?

ВКЛЮЧИТЬ В РАЦИОН

ПРОТЕИНОВЫЙ КОМПЛЕКС:

1. Обязательный элемент в ежедневном питании
2. Сбалансирует количество необходимых веществ
3. Поможет сбросить вес
4. Поможет набрать мышечную массу
5. Защитит от негативного влияния окружающей среды



КАКИЕ

ПРЕИМУЩЕСТВА?

1. БЕЛКИ И
НЕОБХОДИМЫЕ
ОРГАНИЗМУ
АМИНОКИСЛОТЫ
ИЗ 3
НАТУРАЛЬНЫХ
ИСТОЧНИКОВ

2. КЛЕТЧАКА ИЗ 3
РАСТИТЕЛЬНЫХ
ИСТОЧНИКОВ

3. НЕЙТРАЛЬНЫЙ
ВКУС





ПОЧЕМУ БЕЛОК ТАК ВАЖЕН?

- Неотъемлемая часть любой клетки организма
- Участвует во многих процессах:
от восстановления тканей до производства
ЭНЗИМОВ

В ПОРЦИИ ПРОТЕИнового КОМПЛЕКСА – 8 Г БЕЛКА



ПОЧЕМУ КЛЕТЧАТКА ТАК _____

ВАЖНА?

Выводит токсины

Дарит долгое чувство сытости

- Снижает уровень холестерина
- Улучшает состояние кожи

ПРОТЕИНОВЫЙ КОМПЛЕКС СОДЕРЖИТ БОЛЬШОЕ
КОЛИЧЕСТВО КЛЕТЧАТКИ

ЧТО В НЁМ?



СЫВОРОТОЧНЫЙ ПРОТЕИН



ЯЙЦО



ГОРОШЕК



ЯБЛОКИ



СВЕКЛА



ШИПОВНИК



С ЧЕМ

СОЧЕТАТЬ?

ПОДХОДИТ ДЛЯ ЛЮБЫХ
БЛЮД И НАПИТКОВ:

1. Супы
2. Соусы
3. Смузи
4. Йогурты
5. Выпечка

BY ORIFLAME
Wellness™



Wellness Life+

К новой жизни за 12 недель!