

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

34 ГОДА



45 ЛЕТ



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Елена Мархасина
GET
7 лет в бизнесе
Гербалайф

Наше тело - это дом, в котором мы живем! Другого не будет!



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Дома бывают разные



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ
Независимый Партнер Herbalife

Такие...такие... и
даже такие...
Дома, как люди

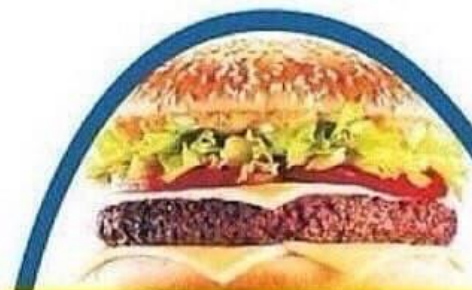


HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ
Независимый Партнер Herbalife

Наше питание **НЕСБАЛАНСИРОВАНО**

В ИЗБЫТКЕ:

- Сахар
- Жиры
- Пищевые красители
- Усилители вкуса
- Химикаты
- Гормоны
- Антибиотики
- Консерванты
- Вредные вещества, образующиеся в результате приготовления пищи
- Соль
- Табак
- Пестициды



- Белок
- Растительный белок
- Витамины
- Минералы
- Микроэлементы
- Аминокислоты
- Клетчатка
- Вода
- Растительные масла



В НЕДОСТАТКЕ:

Дефицит основных витаминов 56-58%
Дефицит витамина С 80%



И все это мы несем к себе домой, т.е. в свой организм, в каждую **КЛЕТЧКУ**



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Необходимо сбалансировать наше питание

ИЗБЫТКИ

- Жиры;
- Углеводы;
- Химия – консерванты, пищевые добавки, лекарства;



СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

НЕДОСТАТКИ

- + Вода;
- + Белок;
- + Кальций;
- + Клетчатка;
- + Витамины и минералы;



Дефицит основных витаминов - 56-58%
Дефицит витамина С - 80%

По данным Института питания РАМН



ОЦЕНКА WELLNESS

И помочь нашему организму в очищении



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

ЧЕЛОВЕК



12 СИСТЕМ
ОРГАНОВ



ОРГАНЫ



ТКАНИ



КЛЕТКИ



ОСНОВА
ВСЕГО —
ЗДОРОВЬЕ
КЛЕТКИ



УСЛОВИЯ ДЛЯ ЖИЗНИ КЛЕТКИ

НАЛИЧИЕ КИСЛОРОДА

ПРИСУТСТВИЕ ВОДЫ

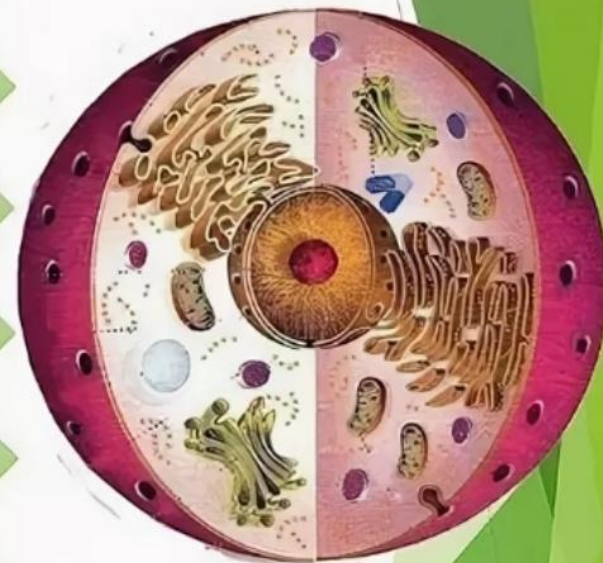
СЛАБОЩЕЛОЧНАЯ СРЕДА

ТЕМПЕРАТУРА СРЕДЫ 36,6

ОТСУТСТВИЕ ИНТОКСИКАЦИИ

КЛЕТОЧНОЕ ПИТАНИЕ

НАША ЦЕЛЬ – создание благоприятных условий



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife



ХОЧЕТСЯ ВЕДЬ ИМЕННО ТАКОЙ
НАДЕЖНЫЙ ДОМ
НА ДОЛГИЕ ГОДЫ



А НЕ ТАКОЙ, КОТОРЫЙ КОГДА ТО БЫЛ
КРАСИВЫМ И КРЕПКИМ, НО ПОЧЕМУ-ТО
ОБВЕТШАЛ



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

НАЧИНАЕМ УБОРКУ В ДОМЕ (в нашем организме)

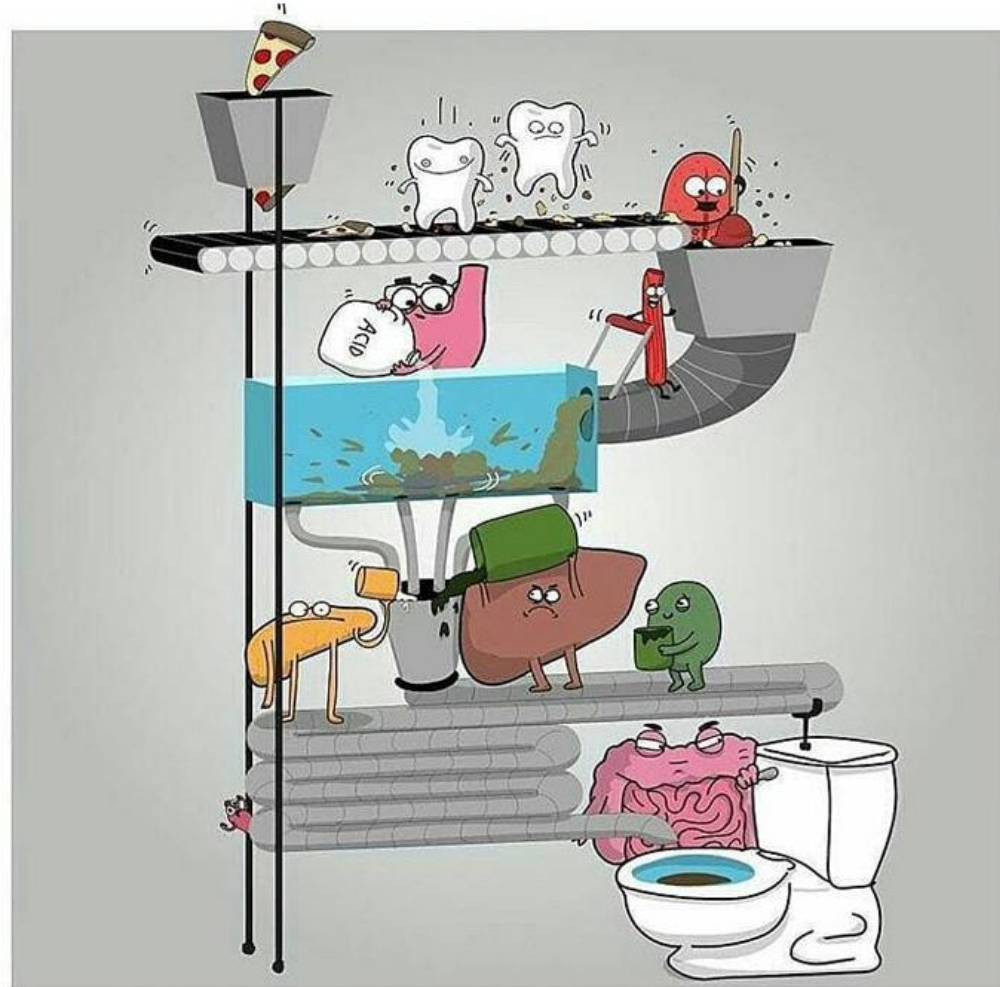


HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife



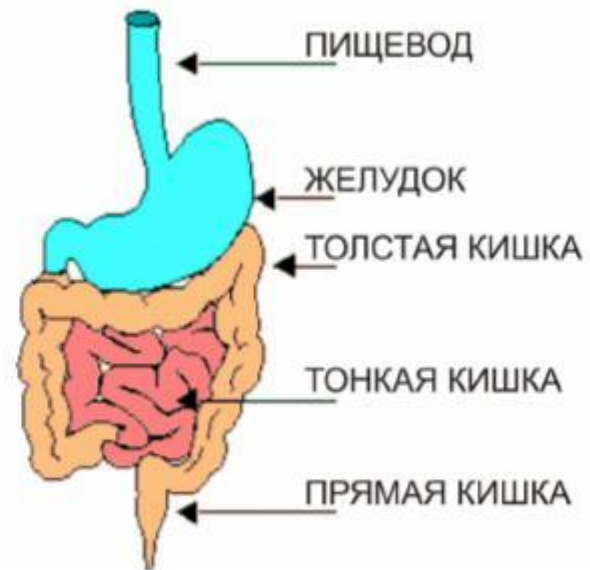
КАК РАБОТАЕТ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

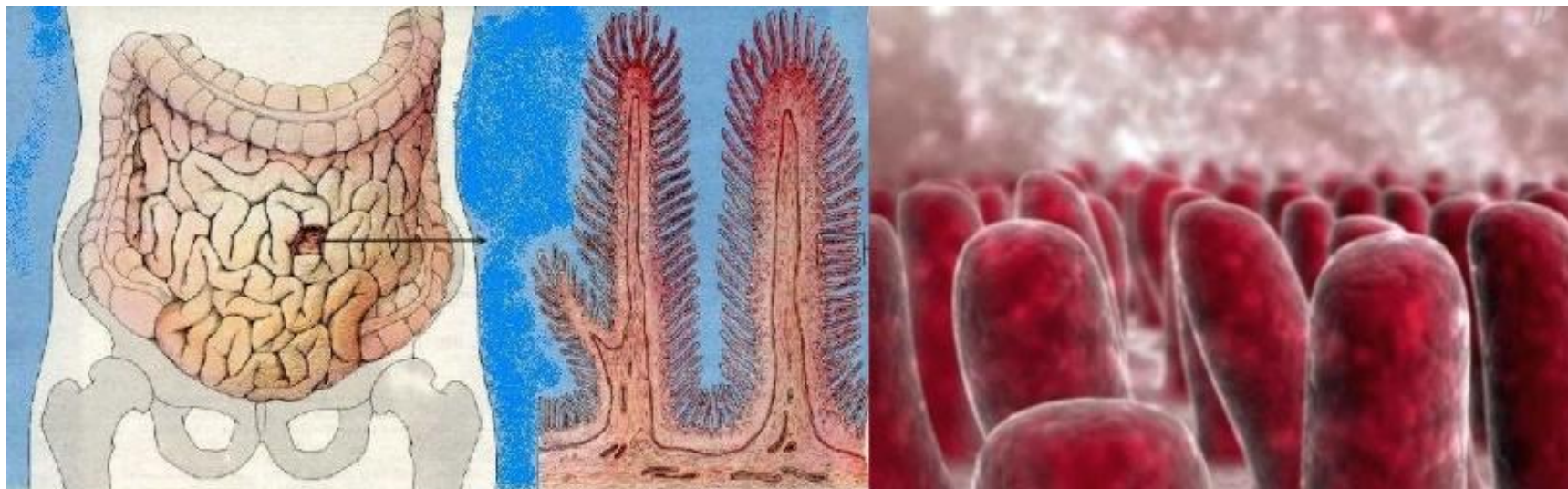
Наш ПИЩЕВАРИТЕЛЬНЫЙ тракт работает как канализация в доме. При этом ТОНКИЙ кишечник – это канализационные трубы, а толстая кишка – ОТСТОЙНИК. Очень важно поддерживать нашу пищеварительную систему в хорошем состоянии.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Всасывание питательных веществ в ТОНКОМ
кишечнике
происходит благодаря миллионам ворсинок.
Через ВОРСИНКИ питательные вещества
попадают в кровь
и разносятся ко ВСЕМ клеткам организма.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ
Независимый Партнер Herbalife

Когда в канализацию ежедневно СЛИВАЮТСЯ жиры и отходы, трубы забиваются. То же самое происходит и в КИШЕЧНИКЕ: в нем накапливаются пищевые отходы и токсины, которые негативно отражаются на работе всего организма. ТОКСИНЫ могут переноситься кровью во все части организма и попадать в клетки.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

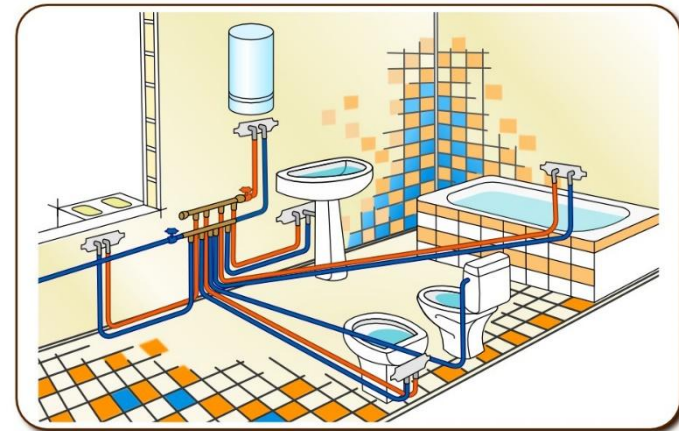
Избыток токсинов в организме может привести к таким проблемам, как:
непереносимость некоторых продуктов;
плохой запах изо рта;
нарушение пищеварения;
ослабление защитной системы организма;
непереносимость жирной пищи;
низкий уровень энергии, слабость;
проблемы с кожей.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ
Независимый Партнер Herbalife

Как поддержать процесс
САМООЧИЩЕНИЯ организма?

Ведь «труб» в организме очень много: это и
пищеварительная система, и дыхательная, и
сосудистая... И через эти системы все попадет в
клеточку



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ
Независимый Партнер Herbalife

Прекратите есть на ночь.

Если в период сна желудок не переполнен, то происходит естественный процесс детоксикации и ОЧИСТКИ кишечника. Плотный ужин и переедание могут привести к перенасыщению организма пищевыми отходами.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Максимально ограничьте ЖИРНУЮ, жареную пищу и СЛАДОСТИ.

Жирная, жареная пища и сладости УГНЕТАЮТ работу кишечника. Их ИЗЛИШКИ, смешиваясь с естественной слизью кишечника, превращаются в шлаки и ОТКЛАДЫВАЮТСЯ в организме.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ
Независимый Партнер Herbalife

Увеличьте потребление ВОДЫ.

- Все процессы обмена веществ происходят в ВОДНОЙ среде.
- Вода УДАЛЯЕТ отходы из организма и регулирует пищеварение.
- Недостаток воды может ТОРМОЗИТЬ процессы естественной очистки организма и вызывать самоотравление клеток, тканей и органов.
- Повышенное накопление токсинов обычно обнаруживается у людей, хронически недопивающих воду.
- Пейте 1,5-2 литра воды в сутки* (норма у каждого своя) и откажитесь от сладких соков и газировки.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Растительный напиток Алоэ

Натуральное алоэ для стимуляции пищеварительной системы.

Содержит алоэ, которое:

- поддерживает естественную работу пищеварительной системы;
- стимулирует процесс пищеварения.

Три вкуса: Классический, Клюква, Манго

КОНЦЕНТРАТ АЛОЭ ВЕРА ГЕРБАЛАЙФ



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Включите в рацион клетчатку. Клетчатка и пищевые волокна обладают уникальной способностью стимулировать **ОЧИЩЕНИЕ** желудочно-кишечного тракта от токсинов. Все начинается с очищения ворсинок, на которые приходится основная нагрузка при усвоении пищи, и заканчивается улучшением **ПЕРИСТАЛЬТИКИ** кишечника, что приводит к более интенсивному освобождению организма от всех видов токсинов.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ
Независимый Партнер Herbalife

Овсяно-яблочный напиток

Ежедневная поддержка пищеварительной системы.

Содержит растворимые и нерастворимые пищевые волокна, которые:

- поддерживают функцию естественного очищения кишечника;
- помогают в формировании и поддержке полезной микрофлоры кишечника.

17% суточной потребности организма в пищевых волокнах в 1 порции, всего 14 калорий. Нежный яблочный вкус.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Комплекс пищевых волокон

Ежедневная поддержка оптимальной микрофлоры.

В 1 порции Комплекса пищевых волокон содержится 10% пищевых волокон от рекомендуемого уровня суточного потребления.

В 1 порции:

- 3 г пребиотиков (растворимых пищевых волокон);
- натуральный вкус;
- 15 ккал.

**КОМПЛЕКС
ПИЩЕВЫХ ВОЛОКОН**

**СУТОЧНАЯ
НОРМА
РАСТВОРИМЫХ
ПИЩЕВЫХ
ВОЛОКОН**

**ОПТИМАЛЬНАЯ
ПОДДЕРЖКА
МИКРОФЛОРЫ
КИШЕЧНИКА**

**НАТУРАЛЬНЫЙ
ВКУС, 15 ККАЛ**

HERBALIFE.
Комплекс пищевых
волокон

натуральный вкус
МАССА НЕТО 210 г

HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife



Ваш кишечник скажет вам СПАСИБО!



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife



ПЛОСКИЙ ЖИВОТИК

Овсяно-яблочный напиток — 1 мерн. л.

Комплекс пищевых волокон —
1 мерн. л.

Напиток Алоэ — 1 колпачок

Вода — 400 мл

Смешать все ингредиенты. Украсить
ягодой клубники и долькой лимона.

ккал	белки	жиры	углеводы
23,3	0,2 г	0 г	2,3 г

Есть еще одна проблемка, которая доставляет немало хлопот девушкам.....это всем известный Целлюлит – структурные изменения в подкожном слое, ведущие к нарушению микроциркуляции и лимфатического оттока. Его можно охарактеризовать как застойные явления в жировой ткани, приводящие к её дистрофии. А если совсем просто - застойная вода в межклеточном пространстве. Которая тормозит обменные процессы и доставляет косметический дискомфорт!



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

ИЗБЫТОК ЖИДКОСТИ

Неправильное питание, лишний вес и недостаточная физическая активность часто являются причинами **нарушения естественного процесса выведения жидкости из организма**. Удержание ее излишков может приводить к появлению отечности и эффекту «апельсиновой корки».

Калий вместе с натрием регулирует водный баланс в организме. Если в организме калий содержится в недостаточном количестве, то на его место в клетку устремляется натрий, таща за собой молекулы воды. В результате клетка отекает.





#0111



Целл-у-лосс

- Петрушка – способствует выведению лишней жидкости¹
- Калий – регулирует содержание в организме солей, щелочей и кислот²
- Магний – контролирует баланс калия и натрия для поддержания внутриклеточного водного баланса³

Входящие в состав ингредиенты способствуют деликатному...



Результат за
2 месяца



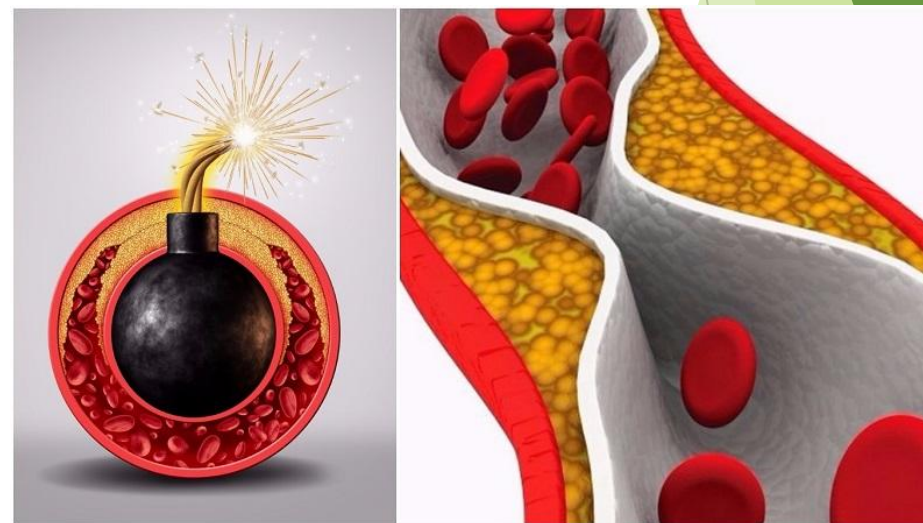
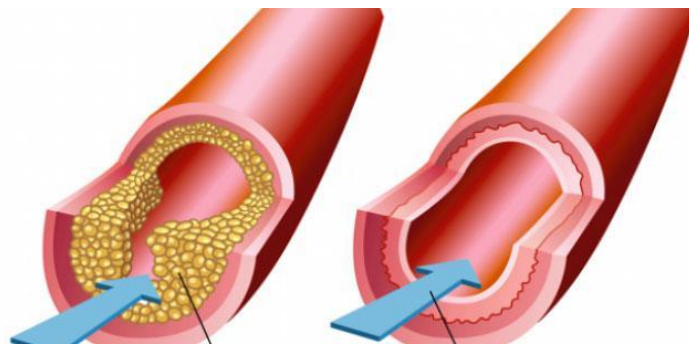
HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Следующим этапом, куда пища попадает после обработки в кишечнике, являются сосуды и уже по ним питательные элементы попадают в наши клеточки!

Состояние нашего сердца и сосудов тесно связано с качеством питания. Жирная пища и насыщенные жиры, рафинированные углеводы, избыток холестерина в пище, канцерогены, консерванты, дефицит кальция, магния, хрома, цинка, йода, недостаток клетчатки и соли, избыток сахара, недостаток витаминов-антиоксидантов А, Е, С, Р негативно влияют на состояние вашей сердечно-сосудистой системы.

К тому же каждый 1 кг жира сверх нормы, «растягивает» наши сосуды до 22 км! Чтобы обеспечить эту ткань питанием!



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

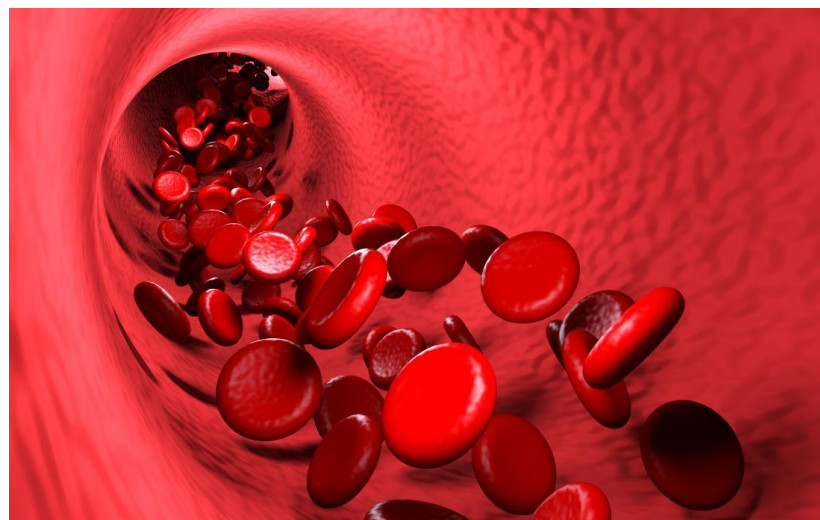
Начните заботиться о своем сердце прямо сейчас. Эксперты считают: заботиться о сердце и сердечно-сосудистой системе нужно в любом возрасте, но лучше начинать это делать не позднее 30 лет. Даже если вы никогда не занимались спортом и не придерживались сбалансированного питания, вы можете оказать положительное воздействие на состояние вашего сердца и сосудов. Перемена образа жизни и привычек в питании позволяет улучшить сердечную функцию и в 30, и в 60 лет*.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Пересмотрите свои привычки питания и образ жизни для контроля уровня холестерина в крови. Наш организм получает слишком много насыщенных жиров с пищей животного происхождения. Это может привести к повышению уровня «плохого» холестерина (LDL) в крови. «Плохой» холестерин способствует формированию атеросклеротических бляшек, что может привести к фиксации тромбоцитов на стенках артерий и, как следствие, не лучшим образом сказаться на состоянии наших сосудов. «Хороший» холестерин (HDL) помогает уменьшить уровень «плохого» холестерина и благотворно влияет на стенки сосудов. Сбалансированное питание поможет вам контролировать уровень «плохого» холестерина, увеличивая долю «хорошего» холестерина в рационе.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Правила сбалансированного питания для здорового сердца
Питайтесь здоровой пищей: уменьшите поступление холестерина, ограничив жирную пищу. Увеличьте потребление клетчатки – добавьте в рацион больше свежих овощей и фруктов. Соблюдайте питьевой режим: выпивайте по меньшей мере 6–8 стаканов воды в день*.
Упражняйте мышцы: это поможет кровообращению, поддержанию формы и улучшению настроения.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Включите в рацион «полезные» жиры — такие как жирные кислоты Омега-3.

Омега-3 – это группа ненасыщенных жирных кислот, в которую входят 11 полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК), 3 из которых (альфа-линоленовая кислота (АЛК), эйкозапентаеновая кислота (ЭПЕ) и докозагексаеновая кислота (ДГЕ) являются незаменимыми.

При их недостатке возникают разнообразные биохимические и физиологические нарушения.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Гербалайфлайн Макс* Полиненасыщенные жирные кислоты Омега-3 в капсулах для поддержания функций мозга, зрения и сердца. • Более высокие концентрации жирных кислот Омега-3 ДКГ и ЭПК в капсуле. • ДКГ и ЭПК в составе формулы обладают пятью ключевыми свойствами. • Содержат эфирные масла тимьяна и перечной мяты, которые освежают вкус.

Гербалайфлайн Макс

Комплекс незаменимых жирных кислот для нормализации функций Мозга, Сердца и Зрения

ПРЕИМУЩЕСТВА:

- Обеспечивает организм необходимым полезным жиром
- Помогает поддерживать сердечно-сосудистую систему, Сердце и Зрение
- Не оставляет послевкусия рыбьего жира
- Удобный формат капсул

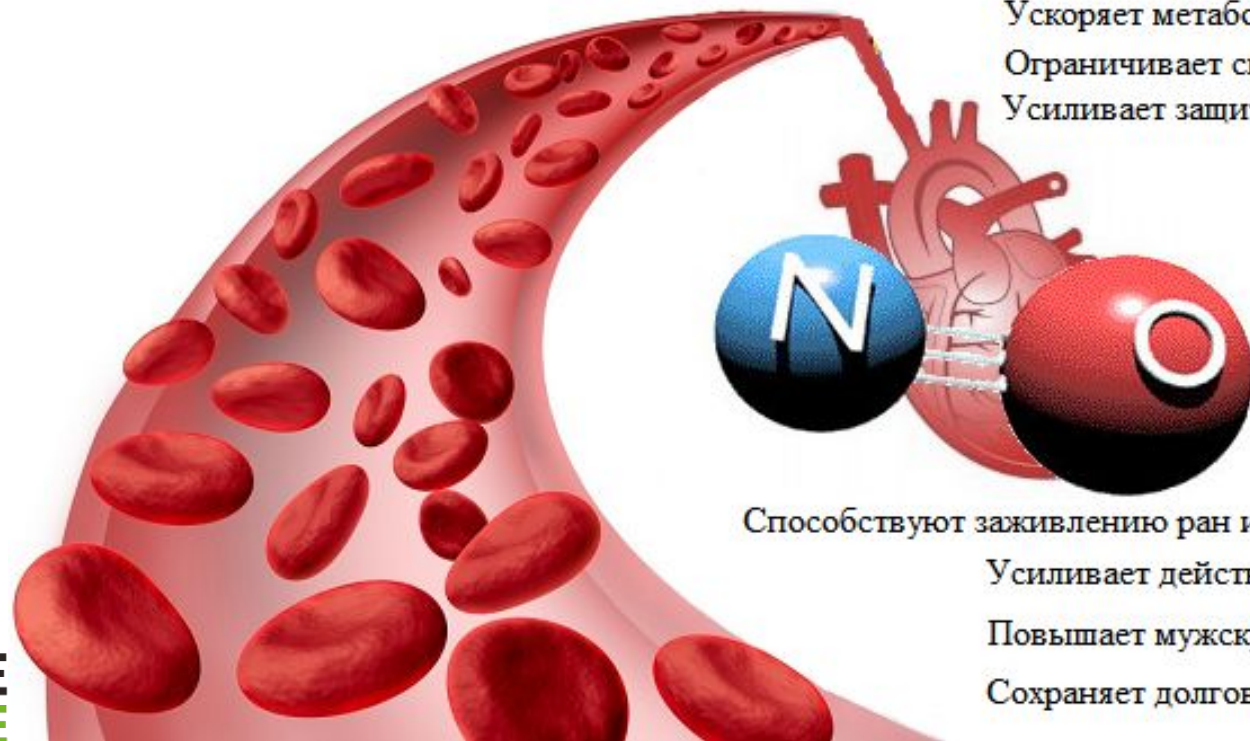


HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Для нормального функционирования сердечно-сосудистой системы важно поддерживать уровень оксида азота в организме. С возрастом способность организма вырабатывать оксид азота снижается.

Окись, или оксид, азота в сочетании со сбалансированной диетой и упражнениями способствует поддержанию нормального кровоснабжения сердца, всех органов и тканей, а также поддержанию оптимального кровяного давления.



Снижает артериальное давление
Ускоряет метаболизм в клетках скелетных мышц
Ограничивает синтез и выброс гормонов стресса
Усиливает защитную функцию лейкоцитов

ОКСИД АЗОТА

Способствуют заживлению ран и сращению переломов
Усиливает действие антибиотиков
Повышает мужскую потенцию
Сохраняет долговременную память



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Найтворкс* Комплекс аминокислот, созданный для защиты нормальной функции сердца и сосудов. Разработан в сотрудничестве с Нобелевским лауреатом** Луи Игнарро. Содержит: • L-аргинин, который способствует: - выработке оксида азота, играющего роль в циркуляции крови; - поддержанию эластичности стенок кровеносных сосудов; - оптимальному кровоснабжению сердца; • L-цитруллин, который способствует более высокой концентрации L-аргинина в организме; • таурин, который благотворно влияет на работу сердечно-сосудистой системы.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

au.ru
интернет-магазин

ЧТО ТАКОЕ КЛЕТОЧНОЕ ПИТАНИЕ И ПОЧЕМУ ОНО ЭФФЕКТИВНЕЕ ЛЕКАРСТВ И ВИТАМИНОВ

Клеточное питание - это потребление организмом пищевых элементов в таком количестве и разнообразии, чтобы обеспечить клеткам нашего организма самые оптимальные условия существования. Цель клеточного питания - дать организму силы и возможности исцелять себя самому, а не за счет воздействия лекарственных препаратов.



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife

Формула 2. Комплекс витаминов и минералов для Женщин

Формула красоты и уверенности.

Всесторонняя поддержка рациона при помощи 24 витаминов и минералов в том числе тех, которые организм не способен выработать самостоятельно или в достаточном количестве. Создан с целью обеспечить организм женщин оптимальным количеством витаминов и минералов. Разработан экспертами в сбалансированном питании

Для достижения оптимального количества микронутриентов сочетается с протеиновым коктейлем Формула 1

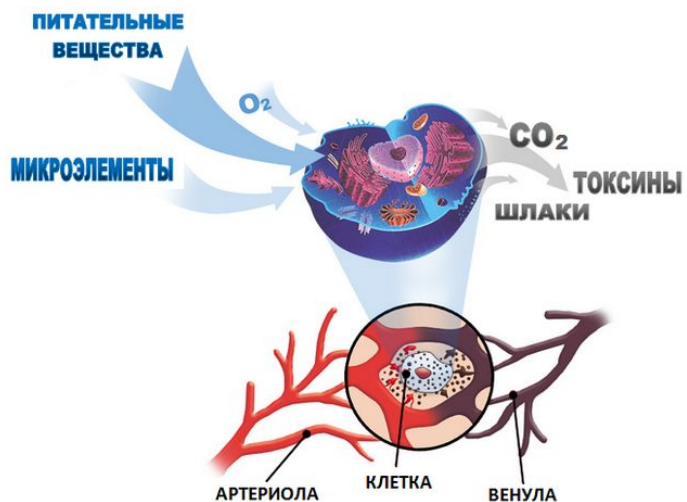


ФОРМУЛА 2

КОМПЛЕКС ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛОВ
ДЛЯ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ

Независимый Партнер Herbalife



На первичное обновление организму требуется как минимум 3 месяца!

А что из этого получается, смотрите сами....

В наших клубах очень много историй преобразований.

Молодость можно вернуть и научиться сохранять!



HERBALIFE
СБАЛАНСИРОВАННОЕ
ПИТАНИЕ
Независимый Партнер Herbalife