Herbalife

Inspire

PORTUGAL NÚMERO 153

imagine-se no seu melhor absoluto...

nutrido, com mais bem-estar, ***ansioso por acção***

sinta a diferença!

...e ***aproveite ao máximo a sua idade***

HERBALIFE.

Faça uma boa gestão do seu bem-estar a caminho da terceira idade.

Fórmula 1 – uma opção de refeição equilibrada

Formulada por especialistas nutricionais, a Fórmula 1 contém um excelente equilíbrio de ingredientes para uma refeição equilibrada. Disponível em seis deliciosos sabores, constitui uma refeição equilibrada prática e fácil de preparar, criada especialmente para todos aqueles que desejam estar no seu melhor absoluto.

Ao envelhecermos, o corpo modifica-se e isso afecta os nossos requisitos físicos e nutricionais. Mas isso não significa que chegou a hora de desistir de uma boa nutrição ou reduzir os seus níveis de actividade. Pelo contrário, agora até deve ter mais tempo livre, provavelmente os filhos já saíram de casa. Por isso, agora é uma excelente altura para começar a olhar mais atentamente para a sua dieta e para os seus níveis de actividade física.

Comece com os produtos nutricionais base da Herbalife – Fórmula 1 Substituto de Refeição para Controlo de Peso e Nutrição Equilibrada, Fórmula 2 Complexo Multivitamínico e Farelo e Ervas. Estes são os componentes básicos para uma nutrição equilibrada, para suplementar a sua dieta e, são concebidos para optimizar a sua ingestão nutricional.

Na Herbalife, criámos uma gama fantástica de produtos nutricionais específicos, concebidos para cuidar das suas necessidades nutricionais, independentemente da sua idade, e, de modo a apoiar um estilo de vida mais saudável.

Uma das principais preocupações à medida que envelhecemos é, com frequência, o sistema digestivo. Existem algumas medidas simples que pode tomar já para o ajudar nesse sentido: coma cinco doses de fruta e legumes por dia e opte por legumes frescos ou cozidos a vapor. Dê preferência a alimentos ricos em fibra, como cereais integrais, e procure beber dois litros de água por dia. Se for difícil para si beber a quantidade de água necessária, experimente adicionar o Concentrado de Herbal Aloés. O Concentrado de Herbal Aloés da Herbalife contém gel de Aloés Vera, que apoia naturalmente o sistema digestivo e auxilia a acção de auto-limpeza do corpo.

Os comprimidos revestidos de Fibra são outro produto que ajuda a apoiar o sistema digestivo do organismo.

O bem-estar do coração torna-se ainda mais importante à medida que envelhecemos. Nunca é demasiado tarde para implementar alterações na sua dieta diária, de modo a ajudar a manter o bem-estar do coração: reduza o consumo de sal, açúcar e gorduras saturadas. Aumente o consumo de ácidos gordos ómega 3, que podem ser encontrados principalmente no peixe e que são conhecidos por ajudar a manter o bem-estar do coração. O programa Bem-Estar do Coração da Herbalife oferece produtos de apoio; leia a última página para saber mais.

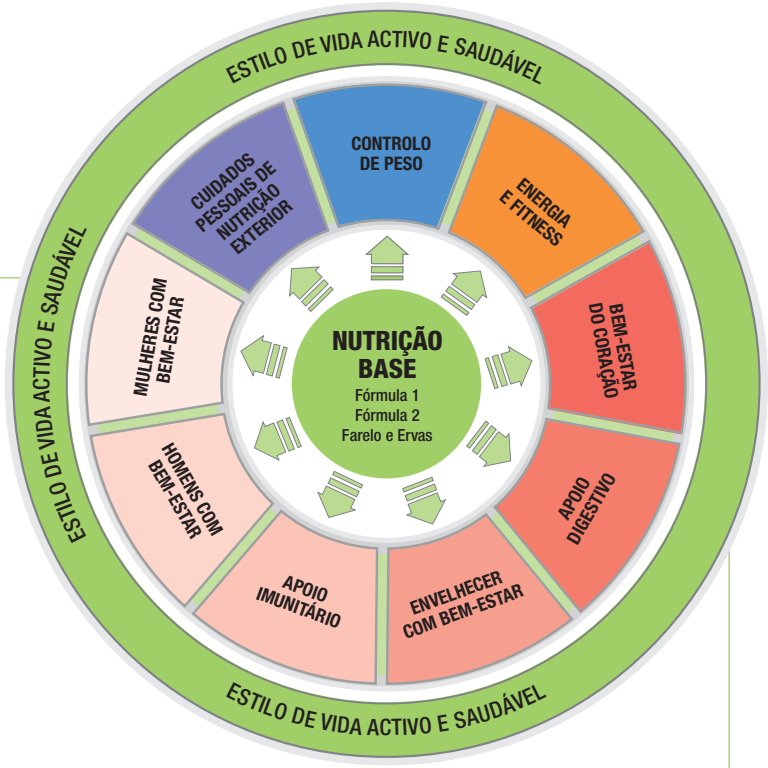
Mas, para além de melhorar a sua dieta, procure ser mais activo fisicamente – não interessa a idade que tem, nem mesmo o quão fora de forma pensa que está. Nunca é tarde demais para começar a fazer alterações ao seu estilo de vida. E ser activo não tem a ver apenas com actividades físicas como correr ou ir ao ginásio – tem também a ver com tarefas do dia-a-dia, como andar a pé, de bicicleta, fazer jardinagem ou subir as escadas.

"Sinto-me muito mais nova do que sou; sinto que posso fazer qualquer coisa"
Kirsti Juntunen - Finlândia

O seu Distribuidor Independente Herbalife irá desenvolver um programa à sua medida, de acordo com as suas necessidades específicas. Tudo o que tem a fazer é manter o empenho, que nós iremos apoiá-lo durante todo o percurso.

sinta a diferença!

Fórmula 1 :
factos absolutos



- Menos de 220* calorias, para o ajudar a controlar a sua ingestão calórica
- Rica em vitaminas e minerais essenciais, para o ajudar a atingir a Dose Diária Recomendada (DDR)
- Contém proteína de soja, que o ajuda a sentir-se satisfeito durante mais tempo

Use em conjunto com a Fórmula 2 Complexo Multivitamínico e o Farelo e Ervas, para o ajudar a atingir 100% da DDR de vitaminas e minerais essenciais e para optimizar o bem-estar do seu sistema digestivo.

*** quando preparada com 250 ml de leite meio gordo.**

"Sinto-me muito mais nova do que sou; sinto que posso fazer qualquer coisa"

Kirsti Juntunen – Finlândia

Nutrição base: Fórmula 1 Substituto de Refeição para Controlo de Peso e Nutrição Equilibrada, Fórmula 2 Complexo Multivitamínico e Farelo e Ervas – este trio formidável fornece diariamente níveis equilibrados de vitaminas, minerais, hidratos de carbono bons, proteínas vegetais, gorduras saudáveis, fibras benéficas, ervas e antioxidantes. Estes produtos base são a plataforma para um regime de boa forma bem sucedido – nada mais resultará!

A Fórmula 1 está disponível em seis deliciosos sabores:

Baunilha #0141
Chocolate #0142
Morango #0143
Frutos Tropicais #0144
Cappuccino #1171
Biscoito & Nata #0146

Fórmula 2 Complexo Multivitamínico #3122

Farelo e Ervas #3114

As Saquetas de Fórmula 1 já se encontram disponíveis:
práticas saquetas de dose individual, disponíveis em dois sabores:
Baunilha #2655 ou Biscoito & Nata #2659.

Sinta-se bem por dentro…

Esta é a melhor altura – arranje tempo AGORA para pensar seriamente no seu bem-estar geral – que melhorias pode implementar? A seguir, damos alguns exemplos de produtos que o vão ajudar a sentir-se no seu melhor absoluto!

Herbalifeline®

Os óleos de peixe ómega 3 são gorduras boas necessárias à nossa alimentação, uma vez que são conhecidas por ajudar a manter o bem-estar do coração; algo que se pode tornar mais importante à medida que envelhecemos. Está a comer as 2-3 doses de peixe todas as semanas, conforme recomendado pelos especialistas? Se não, não se preocupe – pode desfrutar dos benefícios dos ácidos gordos ómega 3, todos os dias, com as cápsulas Herbalifeline® – os óleos essenciais de tomilho, hortelã-pimenta e cravo-da-índia minimizam qualquer sabor ou cheiro a peixe.

#0065

Concentrado de Herbal Aloés

A planta Aloés Vera é conhecida pelas suas qualidades digestivas; e também por conter mais de 75 nutrientes diferentes, incluindo a maior parte das vitaminas, minerais, enzimas e aminoácidos – um suplemento rico para uma nutrição equilibrada. O nosso delicioso Concentrado de Herbal Aloés contém 40% de gel de Aloés Vera, que apoia naturalmente o sistema digestivo. Esta bebida refrescante também o ajuda a atingir a ingestão de líquidos necessária diariamente.

#0025

RoseOx*

Um sistema imunitário enfraquecido deixa o organismo vulnerável e, em parte, isso é causado pela má nutrição. Um sistema imunitário saudável está mais bem equipado para lidar com os desafios do dia-a-dia e, à medida que envelhecemos, ter um sistema imunitário saudável torna-se cada vez mais importante. Os antioxidantes, como as Vitaminas C e E de fontes alimentares e de suplementos, como é o caso do RoseOx*, podem proteger e actuar como um sistema defensivo no interior do organismo, ajudando a combater os efeitos nocivos do stress e dos poluentes – ou radicais livres.

#0139

* O nome RoseOx é propriedade de Zuellig Botanicals Inc.

Tenha uma óptima aparência por fora…

Skin Activator™ Uma linha inteligente de produtos rejuvenescedores de cuidados com a pele, que visam o colagénio, concebida especificamente para ajudar a combater as linhas finas e rugas. Todos os produtos são criados para re-hidratar, nutrir, dar firmeza e proteger a sua pele:

Loção de Dia FPS 15, protecção média

Esta suave loção hidratante pode ser usada todas as manhãs, para ajudar a reduzir a aparência das linhas finas e rugas e para ajudar a melhorar a transparência e luminosidade da sua pele.

#0862

Creme de Olhos

Este Creme para Olhos visa aquela área frágil da pele por debaixo dos olhos. Pode ajudar a suavizar, hidratar e nutrir a pele e a criar um efeito 'lifting' à volta dos olhos, dando-lhes um aspecto mais jovem.

#0863

Creme para Colo

A pele à volta da delicada zona do pescoço, colo e peito torna-se mais fina à medida que envelhecemos. Este creme ajuda a minimizar as linhas finas e rugas, deixando a pele mais macia.

#0864

Creme Revitalizante de Noite

A reparação da pele dá-se praticamente durante a noite, enquanto dorme; altura em que a renovação celular está no auge da sua actividade. Este creme estimula a produção natural de colagénio, apoiando a hidratação e nutrição da pele e, pode aumentar visivelmente a luminosidade e a transparência, ajudando a aumentar a sua firmeza.

#0865

Creme Labial FPS 15, protecção média

Este suavizante creme para lábios contém FPS 15, protecção média, para ajudar a manter os lábios hidratados e protegidos, ao mesmo tempo que ajuda também a reduzir as linhas finas.

#0866

NouriFusion®

NouriFusion® é a nossa linha básica de cuidados com a pele. A sua fórmula exclusiva contém Vitaminas A, C e E – para ajudar a reabastecer a sua pele, mantendo-a nutrida e reluzente. O NouriFusion é adequado a todos os tipos de pele e pode ajudar qualquer pessoa a manter os cuidados básicos com a pele: limpeza, tonificação e hidratação. Quer a sua pele seja normal, seca ou oleosa, temos um Kit NouriFusion® indicado para si.

Pele Normal a Seca #901

Pele Normal a Oleosa #902

A Linha Herbal Aloés –

Champô Hidratante e Amaciador Hidratante:

Este duo é suficientemente suave para usar todos os dias e hidratar o cabelo.

Champô #0457

Amaciador #04587

Creme de Mãos

As suas mãos merecem algum cuidado e carinho diários! Este creme rico é formulado especialmente para a pele seca – contém o nível e pureza mais elevados de Aloés, para assegurar umas mãos sedosamente suaves e sem marcas do tempo!

#0450

O seu plano de bem-estar para toda a vida começa **Hoje**

A excelente gama de produtos nutricionais de nutrição, controlo de peso e de cuidados pessoais, cientificamente avançados, é apoiada por um serviço personalizado e cordial e uma garantia de devolução de dinheiro de 30 dias. Por favor, peça uma Brochura de Produto.

O seu Distribuidor Independente Herbalife é:
treinadores pessoais de bem-estar
rui nunes & daniela gordo
telem: 96 512 44 54 | 91 802 43 33
e-mail: info@casadanutricao.com
www.casadanutricao.com
www.opcaodevida.com

IPVD
Instituto Português de Venda Directa

Impresso por Antilope, Lier, Bélgica. Departamento de Marketing. © 2008, Herbalife International, S.A., Lisboa, Portugal. Março de 2008

Issue 153 – Insert - Portuguese - #6361–PO–53

HERBALIFE.