



Продукти за здраве и красота

AquaSource

ЗАЩО „ЗЕЛЕНИТЕ“ СА ТОЛКОВА ПОЛЕЗНИ?

Като малки, често са ни казвали: „Изяж си зеленяшите“, за наш ужас. За дете вкусът на нагарчащите зеленолистни не е от най-приятните неща, особено що се отнася до брюкселското зеле и броколите. Добре е да се отбележи обаче, че родителите са ни давали възможно най-добрите наставления за храненето, защото много малко храни могат да са по-полезни от „зелените“ и най-вече тези с тъмнозелен цвят.

Има хора, които смятат, че като консумират много телешки и агнешки протеини ще бъдат здрави и силни. Представете си как кравите (от които получаваме месото) стават толкова големи и силни, след като естествено се хранят само със зелена трева. За съжаление има и такива, които не знаят, че зелените растения, и особено зелените и синьо-зелените водорасли, са невероятен източник на висококачествен протеин.

Преди да хукнем да косим поляната, нека помним, че нямаме полза от директното хранене с трева. За разлика от кравите и останалите „преживни“ животни, които имат 4 стомаха, необходимите бактерии и бавно транзитно време за преминаване на храната през цялата храносмилателна система, хората не могат да разграждат целулоза, която е в голямо количество в тревата. Други зеленолистни растения като спанак, къдраво зеле (кейл), кресон, броколи и кълнове от люцерна, са по-лесни за разграждане, особено когато листата им са все още „млади“ и крехки. Дори тогава е необходимо да се дъвче добре, за да се разрушат възможно най-голяма част от клетъчните стени, но въпреки това е най-добре да се направи сок от листата с блендер или висококачествена сокоизстисквачка за жив сок, тъй като това е много по-ефективно от продължителното дъвчене.

Естествено, не само зеленчуците със зелен цвят и плодовете са важни.

Нужни са ни всички цветове на дъгата. Във Великобритания за известно време, съветваха хората да се хранят „5 пъти на ден“, а в момента това се замени от „7 пъти на ден“. Ползите от това

храненията да са според принципа на дъгата се пишат навсякъде и въпреки това много хора се затрудняват да се хранят дори приблизително 7 пъти. Последните проучвания във Великобритания, отнасящи се до хранителната диета на населението показват, че само 30% от възрастните успяват да се хранят по схемата „5 пъти на ден“. При децата данните са изключително обезпокоителни – само 10% от момчетата и 7% от момичетата във възрастова група от 11 до 18 години се хранят „5 пъти на ден“. Статистическите данни не са окуражаващи и не дават голяма надежда относно новите препоръки – „7 пъти на ден“.



НАШИТЕ СПЕЦИАЛНИ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ЗА ВАС ПРЕЗ МЕСЕЦ ОКТОМВРИ:

(Промоциите са актуални до края на месеца или до изчерпване на количествата)

• Закупете 2 броя
Зелена Енергия – 60 капсули
за 60.00 лв.

СПЕСТЕТЕ 11.70 лв.
*** **

• Закупете 1 брой
Пакет „Уелнес“
(Зелена Енергия- 120 капсули & КолАктив 3)
за 149.00 лв.

СПЕСТЕТЕ 9.60 лв.
*** **

• Закупете 1 брой
Пакет „Уелнес Къмплит“
*(Зелена Енергия, КолАктив 3,
Храносмилателни ензими с водорасли
& Комплекс Есенциални Маслни киселини)*
за 239.00 лв.

СПЕСТЕТЕ 22.75 лв.
*** **

• Закупете 1 брой
Пакет „Уелнес Голд“
*(Зелена Енергия, КолАктив 3,
Храносмилателни ензими с водорасли,
Комплекс Есенциални Маслни киселини,
Коензим Q10 с хром,
Супер Антиоксидант с Пикногенол®,
& Органичен Витамин D)*
за 399.00 лв.

СПЕСТЕТЕ 60.80 лв.



Какво се случва?

Повечето хора са наясно с факта, че имат нужда да приемат повече зеленчуци. Много от нас, обаче, често не си дават достатъчно време за това в забързания си „модерен начин на живот“, нито пък имат желанието да готвят и да ядат свежо приготвена храна, защото полуфабриката е лесна алтернатива. Тъжен е фактът, че обработените полуфабрикати съдържат само фракция от хранителните вещества, които са ни нужни за добро здраве. В допълнение към това стресът, натрупан от забързания начин на живот, завишава нуждата на тялото от хранителни вещества (особено на магнезий), а това не може да се осигури от хранене с полуфабрикати.



Ясно е, че се нуждаем от завръщане към „старомодните“ навици и все по-често да си приготвяме сами качествена храна. Един от най-лесните начини е да инвестираме в

качествен блендер или висококачествена сокоизстисквачка за жив сок, например. В интернет има безброй рецепти за „зелени смутита“ – може да си правиш едно или няколко всеки ден, но не забравяй **ВИНАГИ** да добавяш лъжица зелен прах като спирулина, зелен ечемик или синьо-зелени водорасли.



Кое прави „зеленияшите“ толкова полезни?

Ето няколко причини, като най-важната е, че зелените растения, зелените и синьо-зелените водорасли съдържат хлорофил. В училище сме учили, че хлорофила има основна роля във фотосинтезата. Той използва енергията от слънчевата светлина, за да превърне водата и въглеродния диоксид от въздуха в органични съединения като глюкоза, например. **Фотосинтезата има основно значение за живота на Земята, защото чрез хлорофила в зелените растения и водораслите се е появил кислородът в атмосферата.**

В центъра на хлорофилната молекула стои минералът магнезий. Не е изненадващо, че магнезиевия дефицит е една от най-често срещаните анемии при хората. Това е още една причина, доказваща правотата на нашите родители, когато са ни карали да ядем зеленчуци.

Ясно е, че е необходимо да ядем повече зеленчуци, както и ярко оцветени плодове (особено боровинки). Не само, защото това би осигурило магнезия, от който се нуждаят толкова много хора, но ще ни предостави и фитонутриенти и пигменти, както и много важни фибри. За да се възползваме максимално от всичко горепосочено и да увеличим ползите за нашия хранителен режим, **можем да**

добавим към храната си зелени храни на прах. Те са обичани от всички хора, стремящи се към по-голяма жизненост.

В света на „зелените съставки на прах“ има голямо разнообразие, но те всички се различават.

Продуктите на AquaSource

са уникални, защото в процесите на сушене не излагаме **синьо-зелените**

водорасли на високи температури. Използваме нашия патентован процес на сушене BioActive Dehydration®, който запазва в най-голяма степен хранителните качества на водораслите.

Зелена Енергия винаги е бил един от най-популярните продукти на **AquaSource**. Той съдържа органична алфалфа, Афанизоменон флос-акве (синьо-зелени водорасли от езерото Кламат) и Хавайска спирулина. Тези три невероятни съставки действат в синергия и резултатът е мощен продукт, чиято цел е да осигури оптимални енергийни нива за нашето натоварено ежедневие.

1. AquaSource водорасли от езерото Горен Кламат - едно от най-чистите и богати на минерали езера в целия свят.

2. Органичната алфалфа осигурява концентрирани хранителни вещества в лесно смилаема форма. Думата алфалфа има арабски произход и означава „баша на всички храни“. Люцерната (или алфалфа) е храна, отглеждана в цял свят. Известна е със своите дълги корени, които събират минерали, аминокиселини и др. хранителни вещества от почвата.

3. Хавайската спирулина е друг вид синьо-зелено водорасло. Хавайската е най-добрата възможна спирулина, защото се обработва по естествен начин и расте на идеалния климат на Хавай. Подлага се на тестове за чистота, които гарантират най-добро качество и хранителна стойност. Често спирулината е наричана най-питателната естествена храна в света, защото съдържа забележително количество хранителни вещества, в сравнение с други растения, билки и зърнени и други храни. Тя е най-богатата на протеин храна – съдържа над 60% лесносмилаем растителен протеин. Притежава също в най-високи концентрации бета каротен, желязо и микроелементи и рядко срещаната гама линоленова киселина (GLA).

Приемайте по 3 капсули на ден или отворете капсулите и прибавете към зеленото си смути.



**Вашият независим
AquaSource дистрибутор е:**

Георги Георгиев
Мобилен: 0887-105-200
E-mail: georgi@vodorasli.com
www.vodorasli.com