



КЛИЕНТСКИ

ИНФОРМАЦИОНЕН
БЮЛЕТИН

Продукти за здраве и красота

БРОЙ 55, ГОДИНА 6
Февруари 2016 г.

AquaSource

МАЗНИНИТЕ СА ОТ СЪЩЕСТВЕНО ЗНАЧЕНИЕ ЗА НАШЕТО ЗДРАВЕ

През 2015 г. Консултативният комитет по въпросите на храненето на САЩ **отмени всички препоръки за ограничаване на мазнините в храната** (след като заключи, че не те ни правят дебели или болни!).

Изследванията показват, че захарта и въглехидратите са истинската причина за затлъстяването и сърдечно-съдовите заболявания, а не мазнините. Консумирането на мазнини забавя абсорбцията, поради което в продължение на по-дълго време не усещаме глад; те действат и като носители на важните мастно-разтворими витамини А, D, Е и К. Натуралните мазнини са необходими за превръщането на каротина във витамин А, за усвояване на минералите и за множество други процеси, важни за:



- запазване хормоналния баланс;
- контролиране на кръвообращението и кръвното налягане;
- подхранване и изграждане структурата на мозъка (особено докозахексаенова ДНА киселина, която е установено, че се съдържа в морските водорасли);
- стабилизиране на нивата на кръвната захар, и
- контролиране на възпалителните процеси.

Установено и потвърдено е, че хроничното възпаление участва в почти всички основни болести. Така можем да видим колко важни са тези мастни киселини за нашето здраве.

Ето защо мазнините са абсолютно необходими за доброто ни здраве, но само правилните видове. В продължение на много години именно това е посланието на хора като д-р Уестън Цена, Мери Г Ениг, Сали Фелън, д-р Джефри Бланд и много други уважавани лекари и изследователи в областта на натуропатията.

В общи линии мазнините са разделени на наситени, моно-ненаситени и различни нива на поли-ненаситени мазнини. Всички са здравословни, стига да избираме правилните. Но кои са те?

- Наситените мазнини са най-стабилни и чисти. Наред с множеството други ползи, кокосовото масло и маслото от животни, хранени с трева (като Kerrygold), осигуряват енергия и действат антимикробно.

- Моно-ненаситените включват добре познатите и обичани зехтин, който в средиземноморската диета има здравословна репутация, както и маслото от морски зърнастец.

- Следва групата на поли-ненаситените есенциални мастни киселини – това са различните Омега мазнини. Тук трябва да бъдем много внимателни – необходимо е да се избягват хидрогенираните растителни масла, както и евтините масла за готвене, но продукти като **Комплекс Течно злато на AquaSource** са безценни – почти буквално, злато!



НАШИТЕ СПЕЦИАЛНИ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ЗА ВАС ПРЕЗ МЕСЕЦ ФЕВРУАРИ:

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

- Закупете 2 броя
Комплекс Течно злато – 50 ml
за **140.00 лв.**

СПЕСТЕТЕ 36.00 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 Мастни 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 Мастни киселини,

Коензим Q10 с хром,

Супер Антиоксидант с Пикногенол®,
& Органичен Витамин D)

за **399.00 лв.**

СПЕСТЕТЕ 60.80 лв.



Наясно сме, че телата ни не могат сами да произведат необходимите Омега 3 и 6 мазнини и е необходимо да си ги набавяме чрез храната. Всички вече добре знаем, че много от нас можем да се справим и с малко по-голямо количество Омега 3.

Действително, Европейският орган за безопасност на храните (EFSA), който дава научно обосновани съвети, за да помогне провеждането на правилната политика, е потвърдил, че са установени ясни ползи за здравето от хранителния прием на двете поли-ненаситени Омега 3 мастни киселини – Докозахексаенова киселина (DHA) и Ейкозопентаенова киселина (EPA). Те допринасят за поддържане на нормално: кръвно налягане, нива на триглицериди в кръвта и функцията на сърцето.

В допълнение, според EFSA, DHA-киселината допринася за поддържане на нормална мозъчна функция и добро зрение.

През 2014 г. Световната здравна организация препоръчва възрастните да получават Омега 3 полиненаситени мастни киселини в размер на 1-2% от енергийния дневен прием.



Комплекс Течно злато на AquaSource съдържа Омега 3, 6, 7 и 9 от растителни източници и от морски водорасли.

Продуктът съдържа **Schizochytrium Sp** - бързо растящи морски водорасли с изключително високи нива на Омега 3 DHA (докозахексаенова киселина). DHA представлява 97% от Омега 3 мастните киселини в

мозъка. Мазните риби, живеещи в студена вода, като съомгата, са добри хранителни източници на DHA, но морските водорасли представляват отличен и устойчив вариант за вегетарианци.

В неговия състав също така влиза и **масло от морски зърнастец**, което осигурява по-рядко срещаните в природата Омега 7 мастни киселини. Противно на името му, морският зърнастец не се добива от морето, а расте в планинските и крайбрежни райони на Азия и Европа. Ботаническото му наименование, *Hipporphae rhamnoides*, означава "дърво, което прави коня бляскав", което идва от неговата способност да подобрява здравето на конете и да прави техния косъм блестящ и гладък. Морският зърнастец е бил използван от древните гърци и други европейски култури. Информация за него се появява и в древните тибетски текстове, индийската Материя Медика и ранната китайска медицина. Така

става ясно, че ползите и използването на морския зърнастец са добре известни от векове.

Според д-р Джоузеф Меркола*, морският зърнастец съдържа над 190 хранителни вещества и фитонутриенти, включително витамин С, чието съдържание е 12 пъти повече от това в един портокал. Този дребен плод съдържа също толкова витамин Е, колкото и пшениченият зародиш, три пъти повече витамин А от моркови и четири пъти повече пероксидисмутаза (СОД - важен ензим, който помага за предотвратяване вредата от свободните радикали) от женшена. Също така това е единственият растителен източник, който съдържа четири различни Омега мастни киселини - 3, 6, 9 и 7.



Освен това **Комплекс Течно злато на AquaSource** съдържа растително **масло от ехиум** - то осигурява стеаридонова киселина (SDA), която по-лесно се превръща в изключително важната Ейкозопентаенова киселина (EPA) от маслото от ленено семе. Маслото от ехиум също е източник на гамаленоленова и алфалипоева киселини (GLA и ALA). Може би си спомняте от предишни бюлетини, в които сме писали за продукта Комплекс Есенциални мастни киселини, че GLA, или гамалиноленова киселина е доста рядко, но безценно противовъзпалително Омега масло.

Продуктът **Комплекс Течно злато на AquaSource** е подходящ за вегетарианци и вегани и представлява фантастично допълнение към другите продукти на AquaSource, а именно – синьо-зелените водорасли АФА, Зелена Енергия и Морска Енергия.

Типичното съдържание на 2 ml от продукта е:

Омега 3 мастни киселини	690mg
от които стеаридонова киселина (SDA)	173mg
докозахексаенова киселина (DHA)	107mg
Омега 6 мастни киселини	493mg
от които гама-линоленова киселина (GLA)	144mg
Омега 9 мастни киселини	319mg
Омега 7 мастни киселини	24mg

Може да се използва в салатени сосове или да се добави към шейкове. Цялото семейство, включително бебета и деца, могат да се възползват от този невероятен продукт на AquaSource.

***д-р Джоузеф Меркола** - един от най-известните холистични лекари в света, автор на много книги за здравословен начин на живот, директор на Здравен център.

Как да ни „върви“ всеки ден?

Голяма част от създаването на позитивна нагласа започва с това, с което храним ума си. Той е най-сложният създаван някога суперкомпютър, способен да направи милиарди пресмятания едновременно.

Всеки в живота си има проблеми, препятствия и предизвикателства. Разликата между тези, които постигат положителни резултати и тези, които не успяват, се намира в процеса на мислене, който ни отвежда до намиране на решението на тези ежедневни въпроси.

Хубаво е да превърнем в навик започването на деня с нещо хубаво – да прочетем, напишем или видим нещо положително. Чудесно би било, ако имаме възможност, да споделим положителна мисъл или действие с някой друг. Актът на даването често е най-големия дар за растеж, който можем да си подарим.

Обратното на планирането и изразяването на положителни действия е отлагането. Вземете решение за себе си днес да направите трайна промяна в живота си, като започнете да работите върху собствената си положителна нагласа всеки ден, започвайки още сега!

Източник: http://leadersclub.com/html/positive_attitude.asp

**Вашият независим
AquaSource дистрибутор е:**

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