



Nutriline™ Body Cleansing PROGRAMM

**SCHRITT-
FÜR-SCHRITT-
ANLEITUNG**

Das Ziel: Wohlbefinden

Ihr geführter Weg zu einem glücklicheren und gesünderen Leben

Unser allgemeines Wohlbefinden trägt dazu bei, wie wir das Leben genießen, was wir leisten – bei der Arbeit, zu Hause, bei unseren Lieblingsaktivitäten – und wie wir uns fühlen. Die Verbesserung Ihres Wohlbefindens geschieht nicht von heute auf morgen: dies erfordert einen ganzheitlichen Ansatz und außerdem Beratung und Unterstützung.

Das Ziel: Wohlbefinden ist ein ganzheitlicher Leitfaden für einen gesunden Lebensstil-, der professionelles Fachwissen, Unterstützung und Nahrungsergänzungsmittel kombiniert.



Ganzheitlich

Bietet Lösungen für unterschiedliche Gesundheits- und Wellnessbedürfnisse und berücksichtigt solche Aspekte wie **Ernährung, Flüssigkeitszufuhr, Bewegung und geistige Gesundheit**.



Wissenschaftlich

Basierend auf bewährten wissenschaftlichen Ansätzen und entwickelt **in Zusammenarbeit mit Dr. Francesco Avaldi**, Nutrilite™ Ernährungsberater und Allgemeinmediziner, Experte für Sporternährung mit einem Master in vegetarischer Ernährung, der mit europäischen Spitzen-Fußballteams und olympischen Sportlern zusammenarbeitet.



Bewährt

Umfasst Produkte von **Nutrilite, der weltweiten Nummer 1 im Verkauf von Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln**¹ mit über 85 Jahren Erfahrung, Menschen zu einem gesünderen und glücklicheren Leben zu verhelfen.



Unterstützend

Begleitet von kontinuierlicher Unterstützung durch Ihren **Amway Geschäftspartner, mit kostenlosem Zugang zu Amway Tools**, die Ihnen helfen, auf Ihrem Weg engagiert und motiviert zu bleiben.

„Das Ziel: Wohlbefinden“ bietet Zugang zu Programmen, Lösungen und Sets für spezifische Bedürfnisse und um **Menschen zu einem besseren und gesünderen Lebensstil** zu verhelfen.

¹ Quelle: Euromonitor International Ltd.; Vitamine und Nahrungsergänzungsmittel, Word GBN, Einzelhandelsumsatz, Aufschlüsselung in %, Daten 2022 basierend auf einer spezifischen Untersuchung im Zeitraum von April bis August 2022.



Erfahren Sie mehr
über Nutrilite



Beginnen Sie mit dem **Nutrilite Body Cleansing Programm¹** und nehmen Sie Ihr Wohlbefinden in die Hand!



DAS PROGRAMM SOLL IHNEN HELFEN:



+ IHRE POSITIVE STIMMUNG ZU UNTERSTÜTZEN²



+ IHR AUSSEHEN ZU VERBESSERN³



+ FIT UND AKTIV ZU BLEIBEN



+ IHRE SCHLAFQUALITÄT ZU VERBESSERN



+ DIE NATÜRLICHE REINIGUNGSFUNKTION IHRES KÖRPERS ZU STÄRKEN¹



+ DIE NORMALE FUNKTION DES VERDAUUNGSSYSTEMS ZU UNTERSTÜTZEN⁴



+ IHR IMMUNSYSTEM ZU UNTERSTÜTZEN⁵



+ IHRE POSITIVEN LEBENSGEWOHNHEITEN ZU FÖRDERN



Das Ziel meiner Zusammenarbeit mit Amway und der Marke Nutrilite™ ist es, Menschen zu unterstützen, ihre wichtigsten Ziele für das Wohlbefinden zu erreichen und den Druck zu verringern, den der moderne Lebensstil auf sie ausübt. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg auf Ihrem Weg.

Dr. Francesco Avaldi

Nutrilite Ernährungsberater,
Master in vegetarischer Ernährung,
Experte für Sporternährung



SET ZUM NUTRILITE™ BODY CLEANSING PROGRAMM

Best.-Nr. 127059

Weitere Informationen finden Sie unter www.amway.de

¹ Mit Nutrilite Mariendistel, da Mariendistel dem Körper hilft, sich selbst zu reinigen.
² Vitamin B6 und Folsäure (B9) tragen zu einer normalen psychischen Funktion bei.
³ Mit physischen und mentalen Übungen
⁴ Mariendistel fördert die Verdauung.
⁵ Vitamin B6 und Folsäure (B9) tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

Bevor Sie beginnen: SELBSTEINSCHÄTZUNG¹

Bevor Sie wissen, wohin Sie gehen möchten und wie Sie dorthin kommen, müssen Sie zunächst wissen, wo Sie sind.

Mit diesem Schnelltest können Sie sich ein Bild von Ihrem momentanen Wohlbefinden machen.

- + Reflektieren Sie, wie Sie sich bei den verschiedenen Aspekten des Wohlbefindens fühlen.
- + Denken Sie sich für jeden Aspekt einen Wert von 1 bis 10 aus.
- + Eine Bewertung mit 1 bedeutet: „Ich habe wirklich Probleme damit“; eine Bewertung von 10 bedeutet: „Ich fühle mich großartig“ oder „Ich habe keine Probleme damit“.
- + Für die Zuweisung eines Wertes füllen Sie den kleinen Kreis von 1 bis 10 aus. (Beispielbewertungen finden Sie in den Beschreibungen unten.)
- + Danach zeichnen Sie eine Linie zwischen den Markierungen, sodass Sie sehen, auf welche Bereiche des Wohlbefindens Sie sich konzentrieren sollten.

Stressmanagement

Kommen Sie in stressigen Situationen gut zurecht (z. B. Bewertung 8) oder haben Sie Probleme – geistig und körperlich –, wenn das Leben kompliziert wird (z. B. Bewertung 2)?



Immunität

Bleiben Sie gesund, während andere um Sie herum krank werden (z. B. Bewertung 9) oder fangen Sie sich leicht Erkältungen und Viren ein (z. B. Bewertung 2)?



Schlafqualität

Haben Sie das Gefühl, regelmäßig ausreichend Schlaf zu bekommen (z. B. Bewertung 8) oder haben Sie den Eindruck, dass Ihre Schlafzeit und Schlafqualität unregelmäßig sind (z. B. Bewertung 2)?

6



Körperliche Aktivität

Sind Sie gern und regelmäßig körperlich aktiv und verpassen nie ein Workout (z. B. Bewertung 10) oder halten Sie Bewegung für eine lästige Pflicht, die Sie lieber vermeiden würden (z. B. Bewertung 2)?

3

Verdauung

Ist Ihr Stuhlgang regelmäßig und angenehm (z. B. Bewertung 9) oder selten und gelegentlich schwierig (z. B. Bewertung 3)?



Gesamterscheinung

Fühlen Sie sich mit Ihrer Haut und Ihrem Körper zufrieden (z. B. Bewertung 8) oder gibt es Bereiche, die Sie sehr gern verbessern würden (z. B. Bewertung 3)?

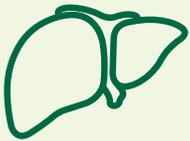
Zu viele Markierungen in der Mitte des Rades deuten darauf hin, dass Sie von einigen Änderungen Ihres Lebensstils profitieren könnten.

¹ Diese Selbsteinschätzung ist nicht als medizinische Diagnose gedacht; im Zweifelsfall sollten Sie einen Arzt konsultieren.

Einführung in das Nutrilite™ Body Cleansing Programm



Damit Sie sich wohl fühlen, muss Ihr Körper die Abfälle, die er erzeugt, effektiv entfernen. Diesen natürlichen Reinigungsprozess übernimmt eine Gruppe von Organen, die rund um die Uhr zusammenarbeiten.



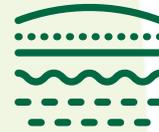
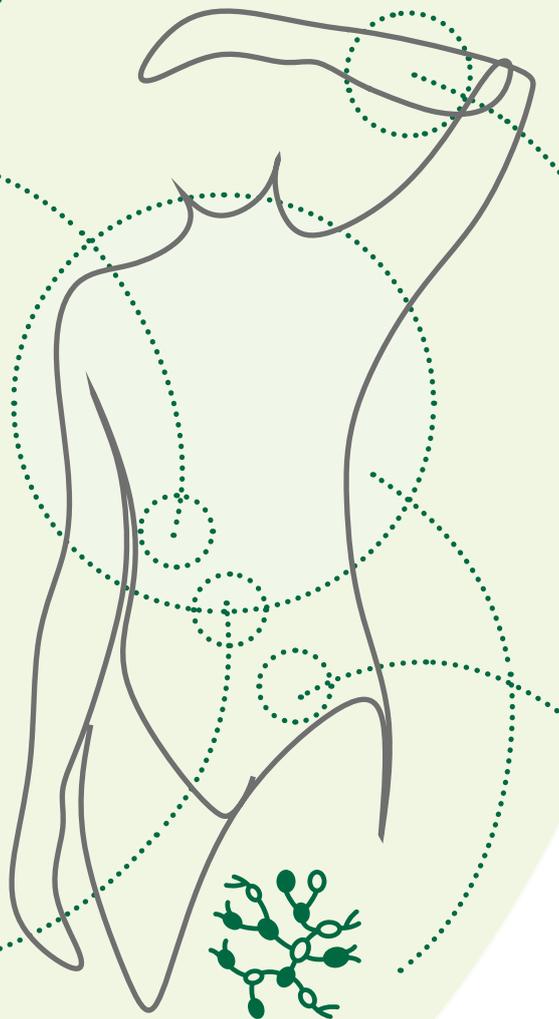
LEBER

Als „**Entgiftungskönigin**“ sorgt die Leber für unser Wohlbefinden, indem sie unser Blut filtert und reinigt. Wir können unsererseits der Leber etwas Gutes tun, indem wir fetthaltige und frittierte Lebensmittel sowie auch Alkohol und Lebensmittel mit hohem Zuckergehalt meiden. Zusätzlich können wir die Leber unterstützen, indem wir Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel zu uns nehmen, die ihre gesunde Funktion unterstützen, wie beispielsweise **Mariendistel**¹.



DARM

Der Darm ist so etwas wie die Kantine des Körpers: er nimmt **Nährstoffe** aus der Nahrung auf und beseitigt feste **Abfallstoffe**. Wir sollten auf unsere Ballaststoffaufnahme achten, um eine angemessene Stuhlmenge, gesunde Darmfunktion und gute Darmtätigkeit sicherzustellen.



HAUT

Die Haut ist das **größte Organ im menschlichen Körper** und spielt eine wichtige Rolle bei der Entfernung von Giftstoffen aus dem Körper.



NIEREN

Die Nieren wirken wie ein Wasserfilter, der **unerwünschte Substanzen und Abfälle aus dem Blut filtert** und aus dem Körper beseitigt. Die Nieren benötigen eine **ausreichende und regelmäßige Zufuhr von Wasser**, damit sie sauber und funktionsfähig bleiben.

LYMPHSYSTEM

Das lymphatische System **entfernt Fremdstoffe**, indem es sie zum Kreislauf transportiert und gleichzeitig Gewebe und Zellen reinigt.



¹ Mariendistelextrakt hilft, eine normale Leberaktivität aufrechtzuerhalten und die Gesundheit der Leber zu unterstützen.

Ein ganzheitliches Programm zur gesunden Lebensweise, das Ihnen mit einer Kombination aus **professioneller Expertise, Unterstützung** und **Nahrungsergänzungsmitteln** hilft, Ihr **allgemeines Wohlbefinden**, Ihre **Nährstoffaufnahme** und Ihr **Aktivitätsniveau** zu verbessern.

Bei dem **Programm geht es nicht um Kalorienzählen oder Gewichtsmanagement**: es soll Ihnen helfen, den natürlichen Reinigungsprozess Ihres Körpers zu unterstützen, **positive Gewohnheiten einzuführen** und ein **glücklicheres, gesünderes Leben** zu führen.



Säulen des Wohlbefindens



Ernährung

Die richtige Menge an Makronährstoffen, Vitaminen, Mineralstoffen und Pflanzennährstoffen als Teil einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung zur Unterstützung des Stoffwechsels und der wichtigsten Körperfunktionen – wie dem Nervensystem und der natürlichen Körperreinigung – ist der Schlüssel zu Ihrem allgemeinen Wohlbefinden.



Körperliche Aktivität

Das Annehmen gesunder Gewohnheiten mit einem guten Maß an Aktivität ist eine gute Möglichkeit, das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern.



Positive Einstellung

Wohlbefinden beginnt im Kopf. Wichtig ist, dass Sie sich die Zeit nehmen, richtig zu atmen und hin und wieder für einige Minuten den Kopf frei zu bekommen.



Flüssigkeitszufuhr

Stellen Sie sicher, dass Sie Ihrem Körper über ausreichend Flüssigkeit zuführen, indem Sie eine angemessene Menge Wasser, mindestens 2 Liter pro Tag, aus allen Quellen zu sich nehmen. Wasser trägt zur Aufrechterhaltung der normalen körperlichen und kognitiven Funktionen bei.



Bleiben Sie mit Ihrem Amway Geschäftspartner in Verbindung, der Ihnen helfen kann, motiviert zu bleiben.

Produkte für Ihr Nutrilite™ Body Cleansing Programm

Das Nutrilite™ Body Cleansing Programm umfasst sorgfältig ausgewählte Nutrilite Produkte:



Nutralite Mariendistel¹

Mariendistel unterstützt den Körper bei der Reinigung.

Übermäßiges Essen, der Konsum von schädlichen Nahrungsmitteln, Alkohol und Nikotin und auch schlechte Umweltbedingungen können die Leber erheblich belasten. Mariendistelextrakt trägt zur Gesundheit der Leber bei, schützt sie und unterstützt ihre entgiftende Funktion.



Nutralite All Plant Protein

Eiweiß aus drei pflanzlichen Quellen – ohne unerwünschte Zusatzstoffe!

Eiweiße sind für alle Menschen lebensnotwendig, unabhängig von Alter oder Lebensstil. Sie dienen als tragende Struktur für den Körper und bilden das Gerüst für Knochen und Muskeln. Nutrilite All Plant Protein ist Ihre Alternative zu herkömmlichen Eiweißquellen und enthält keine unerwünschten Extras (z. B. Geschmacks- oder Farbstoffe).



Nutralite Balance Within™

Unsichtbare Unterstützung für Ihr Immunsystem!²

Schnell lösliches Pulver mit 6 Milliarden Milchsäure produzierenden Bakterien aus 2 wissenschaftlich gut dokumentierten Bakterienstämmen. Vitamin B6 und B9 in Nutrilite Balance Within können das Immunsystem und eine positive Stimmung unterstützen.³



Nutralite Fibre Powder

Eine bequeme Lösung, um zusätzliche Ballaststoffe zu erhalten.

Eine spezielle Mischung aus drei löslichen Ballaststoffen aus natürlich gewonnenen pflanzlichen Quellen, die eine praktische Lösung zur Aufnahme zusätzlicher Ballaststoffe bietet.

¹ Nehmen Sie Nutrilite Mariendistel nicht während der Schwangerschaft oder Stillzeit ein. Bei Erkrankungen der Leber oder des Gallentrakts, einem Verschluss der Gallenwege (z. B. bei Gallensteinen) wird die Einnahme dieses Produkts nicht empfohlen. Wenn Sie Medikamente einnehmen, fragen Sie Ihren Arzt.

² Vitamin B6 und Folsäure (Vitamin B9) tragen zur normalen Funktion des Immunsystems bei.

³ Vitamin B6 und Folsäure (Vitamin B9) tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems und der psychischen Funktion bei.