



TopLife

- company -



Я люблю...
TopLife



**ПОПРОБУЙ ЗДОРОВЬЕ
НА ВКУС!**

- ✓ Проверенный продукт с потрясающими результатами, который нужен всем!
- ✓ Ваш ежедневный источник клетчатки и витаминов.
- ✓ Это дополнение к вашему питанию, помогающее вести здоровый образ жизни в современных условиях!
- ✓ Полностью натуральный, экологически чистый продукт, от которого не возникает никаких побочных эффектов.

«В здоровом теле – здоровый дух» - именно с этой миссией мы выступаем на всех мировых площадках интернет ресурса и во всех спортивных учреждениях



О КОМПАНИИ

5 факторов выбора:

✓ *Эффективность продукта*

Вкусный, полезный, питательный злаковый коктейль с использованием новейших технологий – это современная основа здорового питания.

Действие коктейля направлено на поддержание аминокислотного и витаминно – минерального баланса в организме человека. Снижает массу тела, нормализует обмен веществ и поддерживает работу желудочно–кишечного тракта.

Натуральные ингредиенты с низким гликемическим индексом обеспечивают полноценный рацион питания.

✓ *Доступность*

- Ценовая политика – 15 порций в одной пачке по приемлемой цене.
- Возможность приобрести в сервисном центре вашего города, получив информацию о продукте и о возможностях высокого заработка.

✓ **Натуральность, экологическая чистота**

Вся продукция компании TopLife производится только из натуральных компонентов, без добавления консервантов и пищевых красителей. А так же, все компоненты, входящие в состав, закупаются с экологически чистых районов. Все это подтверждено международными сертификатами соответствия качества ISO 9001, ISO 22000, ISO 140001 и сертификат BRC уровня А

✓ **Состав продукта Fit Cocktail**

В состав коктейлей входят:

- Цельные злаки – пшеница, кукуруза, гречка, овес
- Отруби – пшеничные и овсяные
- Фито компоненты – расторопша, топинамбур, семена льна, семена подсолнечника, семена тыквы.

Благодаря такому составу, коктейли направлены не только на питание, а так же на поддержание здоровья.

✓ **Создание собственного вкуса**

При ежедневном употреблении коктейля можно навсегда забыть о диетах! Не ограничивая себя в еде, добавляйте 2 ст. л. во все блюда, таким образом, сожгутся жиры, а организм получит все питательные макро, микроэлементы и витамины.

Натуральный коктейль практически не имеет вкуса, поэтому возможно приготовление любых рецептов на ваш вкус.

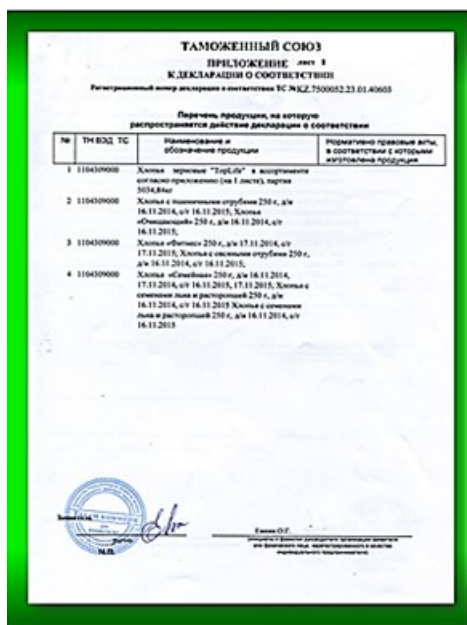
Основой нашей компании являются заложенные, с самого начала ее зарождения, этические принципы. Для нас важна честность и соблюдение нравственных норм во всех аспектах деятельности, как в процессе производства товара, так и с нашими единомышленниками. Именно эти принципы являются залогом нашего успеха и процветания!

Компания TopLife с самого начала задумана в лучших традициях европейского качества. Подтверждением чего, являются международные сертификаты качества ISO 9001 и ISO 2002, ISO 140001, Сертификат BRC уровня Аи Сертификат соответствия в системе ГостКз (Казахстан) Мы не стоим на месте! На данный момент, планируется запуск новой ассортиментной линейки, выход на новые рынки Россия, Украины, ОАЭ. Но, с каким бы товаром мы ни работали – это будет всегда натуральный, высококачественный продукт!

История TopLife началась в мае 2012 года. И, появилась идея создания компании не на пустом месте – всем известно, что залогом прекрасного самочувствия было есть и будет правильное и сбалансированное питание. Так и появилась компания TopLife - идея, воплощенная в реальность! Завод по производству злаковых коктейлей находится в Литве, г. Каунас. Он оснащен оборудованием, соответствующий всем европейским стандартам качества. Важно отметить, что сырье поставляется с Греции, с экологически чистых районов, что и позволило получить столь высокую оценку качества, подтвержденную международными сертификатами соответствия и качества.

Сертификат соответствия в системе ГостКз (Казахстан)

Обязательной сертификации подлежит продукция, входящая в специальный перечень, утвержденный Постановлением Правительства Республики Казахстан от 20 апреля 2005 года № 367 "Об обязательном подтверждении соответствия продукции в Республике Казахстан"



ISO 9001, ISO 140001 и ISO 22000

Сертификаты системы менеджмента качества ISO 9001 и системы экологического менеджмента ISO 14001, а так же сертификат ISO 22000, который подтверждает, что на предприятии работает система регламентирующая обращение с пищевым сырьем и изготовленными из него продуктами на протяжении всего производственного цикла, начиная с сырья и заканчивая поставкой потребителям.

Экструзивный метод производства.



Юрий Александрович Синявский

Вице-президент, профессор, руководитель лаборатории биотехнологии специализированных продуктов питания

Злаковый продукт **Fit Cocktail** производится во втором по величине городе Литвы, Каунасе. Сырье поставляется с экологически чистых районов Греции, что обеспечивает высокое качество, и подтверждается международными сертификатами соответствия качества [ISO 9001](#), [ISO 2002](#), [ISO 140001](#), [Сертификат BRC уровня Аи](#) [Сертификат соответствия в системе ГостК \(Казахстан\)](#).

Производственный процесс ведется асептическим способом. Данный метод обеспечивает стерильность, так как обслуживающие персонал, от подачи сырья до расфасовки в пакеты, не прикасается руками к продукту, на протяжении всего процесса производства.

Для производства продукта также применяется [технология экструдирования](#), позволяющая сохранять, без изменений содержащиеся в

сырье, питательные вещества. Данный способ делает компоненты **Fit Cocktail** более усвояемыми, что обеспечивает быстрое поступление полезных веществ к клеткам организма.

Fit Cocktail относится к категории безопасного и здорового питания. Это источник всех необходимых питательных веществ и фито компонентов для клеток организма. Мало того, что это очень полезный продукт, так еще и вкусный. В его производстве используется оригинальный рецепт и вкус. Клетчатка, которая улучшает деятельность пищеварительного тракта и кишечника, а так же минеральные вещества и микроэлементы (Na, K, Ca, Mg, P, Fe), витамины (группы B, PP, E, C, фолиевая кислота, биотин, ниацин). Основная часть в составе продукта цельно зерновая пшеница. Фито-компоненты, такие как расторопша, топинамбур, лен, семена тыквы способствуют не только профилактике организма, но и его оздоровлению, очищению от шлаков. Организм очищается на клеточном уровне!

Срок хранения: 12 месяцев, в нераспечатанной упаковке.

Консерванты: не применяются.



В составе **Fit Cocktail** не применяют консервирующие вещества, для удлинения срока годности. Длительность срока хранения обеспечивается тремя основными аспектами:

- **асептическое производство** – позволяет избежать загрязнения в процессе производства;
- **технология экструдирования** – уничтожение опасной микрофлоры, за счет кратковременной сушки сырья при высокой температуре;
- **чрезвычайно низкая влажность** – создаются условия, непригодные для размножения микроорганизмов.

Экструзионная технология - один из самых перспективных и высокоэффективных процессов, совмещающий термо-, гидро- и механическую обработку сырья, и позволяющий получать продукты нового поколения с заданными свойствами. Метод экструзионной обработки имеет ряд преимуществ по сравнению с другими видами тепловой обработки сырья. Он позволяет значительно интенсифицировать производственный процесс, повысить степень использования сырья, получить готовые к применению пищевые продукты или создать для них компоненты, обладающие высокой водо- и жиро-удерживающей способностью, расширить ассортимент пищевых продуктов, снизить их микробиологическую особенность и повысить усвояемость, а также уменьшить загрязнение окружающей среды. Кроме того, в результате экструзии происходят существенные изменения не только на клеточном уровне, но и сложные химические, микробиологические и физические процессы. При экструдировании происходит измельчение, термообработка, уничтожение микроорганизмов, клейстеризация крахмала, разрушения токсичных веществ, изменения текстуры, обезвоживание и т. д. В зависимости от температуры различают три основных вида экструзии: холодную, теплую и горячую (варочную). При холодной экструзии температура формируемой массы не превышает 50 °С, при теплой - находится в пределах 60... 100 °С, при горячей - составляет 120...200°С.



Процесс экструдирования протекает следующим образом: продукт захватывается шнеком, перемещается вдоль корпуса, проходит зоны сжатия, разогрева за счет сил трения продукта о поверхность вращающегося шнека и корпуса происходит его гомогенизация

Продолжительность обработки составляет 1-2 мин, давление и температура при этом возрастают и достигают 50 МПа и 180 °С. Наиболее часто экструдированию подвергают зерновое сырье (пшеницу, ячмень, рис, кукурузу и т.д.), Крахмал, являющийся основным компонентом зерновых, подвергается во время экструзии значительным изменениям, он теряет свою естественную кристалличность, повышается его ферментативная атакуемость, уменьшаются размеры, и увеличивается поверхность зерен крахмала.

Влажная температурная обработка и механическое воздействие вызывают структурные изменения молекул белка с разрывами ионных, дисульфидных и водородных связей естественной третичной структуры. Денатурация белка приводит к увеличению количества пептидов и свободных аминокислот, как следствие этого процесса - повышение перевариваемости белка и частичное или полное разрушение антипитательных факторов, например, таких, как ингибиторы трипсина, что очень важно для зерновых продуктов, и в особенности для бобовых. В связи с тем, что сырьевые материалы подвергаются высокотемпературной обработке, а также то, что белковые вещества используются для изготовления продуктов, сбалансированных по основным пищевым компонентам, особое внимание уделяется исследованию пищевой ценности экструдатов.

Практически во всех работах, посвященных этому вопросу, отмечается повышение пищевой ценности после экструзии. Это связано главным образом с повышением перевариваемости белка в результате тепловой денатурации белков и инактивации ингибитора трипсина. Большинство экструдированных зерновых продуктов содержит менее 6-7% жиров, инактивация липазы и липоксигеназы помогает предупреждать окисление во время хранения, что обеспечивает не только повышенные сроки их сохранности, но и неизменность органолептических свойств продукта. Во время экструзии наблюдаются потери термочувствительных витаминов группы В в зависимости от роста температуры, витамина С, вероятно, в результате повышенного окисления. При этом содержание железа в смеси катализирует этот процесс. Довольно устойчивы к экструзии каротиноиды. Учитывая незначительные потери в основном водорастворимых витаминов, перспективным является напыление витаминов на готовые экструдаты.



Недостаток диетической клетчатки в питании (балластных веществ, пищевых волокон), отмечаемый сегодня во всех развитых странах мира, вызвал бурный рост работ по созданию высоковолокнистых продуктов. Особое внимание уделяется производству экструдированных продуктов на зерновой основе, так как зерновые сами по себе являются важным источником диетической клетчатки.

Существенных изменений в соотношении растворимых и нерастворимых пищевых волокон в экструдатах не обнаруживается, но повышается их перевариваемость и растворимость почти в 2 раза. Из-за сильного механического воздействия разрушаются не только крахмальные зерна, но матрица пищевых волокон, в результате чего освобождается часть макрофибрилл целлюлозы, повышается ее доступность.

На сегодняшний день различными видами экструзии получают компоненты кормов для домашних птиц, животных, рыб, кондитерские изделия (шоколад, конфеты, печенье, жевательную резинку), продукты детского и диетического питания, воздушные крупяные палочки (кукурузные, рисовые, перловые и т. д.), компоненты овощных консервов и пище концентратов, широкий диапазон макаронных изделий и др. Кроме того, экструзия - это идеальный технологический процесс для обогащения продуктов питания функциональными пищевыми ингредиентами: пищевыми волокнами, витаминами, ненасыщенными жирными кислотами, минеральными веществами, пробиотиками, пребиотиками для получения обогащенных или функциональных изделий, обеспечивающих профилактику заболеваний, связанных с возникновением в организме человека дефицита тех или иных питательных веществ.



Предлагаемые сегодня коктейли компании **TopLife** на основе зерновых, разработаны на основе последних достижений экструзионной технологии, благодаря которой удалось сохранить не только полезные ингредиенты пшеницы, гороха, ячменя, овса, гречки и других зерновых источников, обогатив при этом продукты весьма ценными компонентами, такими как семя льна, топинамбуром, расторопшей, отрубями и др.

Компания **TopLife с торговой маркой Fit Cocktail**, используя экструзионную технологию, подобрав научно-обоснованные композиции зерновых, с включением ценных добавок, создала уникальные функциональные продукты питания,

направленные на профилактику таких заболеваний как ожирение, сахарный диабет, дисбактериоза, сердечнососудистые и онкологические заболевания, иммунодефициты и т.д.

Успешное внедрение данных продуктов во многом позволит решить вопросы не только профилактики, но и лечения в комплексе с медикаментозными средствами широко распространенных неинфекционных заболеваний, а также повысить качество жизни современного человека.

Пока человек слушает и смотрит информацию о продукте, он понимает, как многим людям вокруг него тоже нужен этот продукт. А когда знакомится с маркетингом, то понимает, какие огромные деньги здесь заложены, хотя стоимость и продукта и входа в бизнес небольшая.

Здесь всё сделано **ДЛЯ ЛЮДЕЙ!** Маркетинг так и называется: **ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЙ!**

Система качества

На предприятии внедрена и успешно работает *система анализа факторов риска и важных точек управления* (НАССР), обеспечивающая безопасность окружающей среды и регламентирующая обращение с пищевым сырьем и изготовленными из него продуктами на протяжении всего производственного цикла, начиная с сырья и заканчивая поставкой потребителям.

Сертификат BRC уровня А действителен в отношении следующих продуктов и услуг компании: разработка, производство и продажа. **Стандарт BRC** Международный пищевой стандарт Британского Розничного Консорциума - ведущий единый стандарт качества и безопасности пищевой продукции, используемый аккредитованными поставщиками в более чем 100 странах.



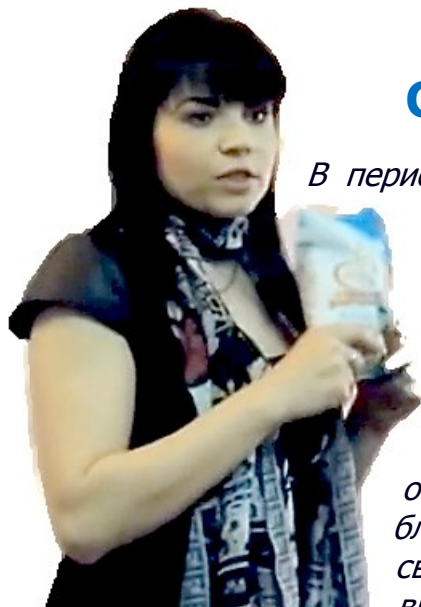
Цели и стратегические задачи предприятия:

Производство безопасного и качественного продукта, соответствующего запросам потребителей.

- Постоянно снижать негативное воздействие на окружающую среду путем реализации мер по предупреждению загрязнения.
- Сохранять лидирующие позиции на рынке за счет слежения за системой менеджмента качества, безопасности продукта и охраны окружающей среды согласно требованиям стандарта качества.
- Совершенствовать технологию производства и внедрять технические новшества. Обеспечить ответственность каждого работника за качество изготавливаемого продукта и своей работы в соответствии с занимаемыми должностями и компетенцией.

Генеральный директор «TopLife» -

Сахновская Светлана Анатольевна



В период становления и профессионального роста бывает много всего: и радость достижения, и горечь разочарования, и сомнения, и трудности. Но главное, чтобы была великая мечта и большая вера. Чтобы было огромное желание изменить свою жизнь, жизнь своих детей и жизнь людей, которые находятся рядом. Для любого достижения в сетевом бизнесе необходимо, чтобы все дистрибьюторы шли в ногу со своим Наставником и двигались в одном направлении. Это определяет тандем в работе и в достижение целей. Будьте благодарны компании, в которой вы работаете, благодарны своим первым учителям, тренерам, психологам за огромный вклад в ваше обучение. Пересмотрите свои взгляды на жизнь, пересмотрите себя, научитесь находить подход к каждому человеку, ценить все то, что преподносит жизнь. Научиться уверенно, смотреть в будущее. Вот тогда вы получите результат-это яркую, насыщенную событиями жизнь, замечательных интересных людей, личностный рост и неограниченные возможности. Главное, всегда помнить – все в ваших руках!

Когда Вы притягиваете успех, он обязательно придет, когда вы делаете все для осуществления своей мечты - она осуществляется.

Миссия компании: "Всё лучшее людям!"

Приоритеты компании: Вера. Отношения. Профессионализм.



Цельные, пророщенные зерновые культуры в составе «FIT Cocktail» – это продукт, который организм идеально усваивает и за счет этого может противостоять неблагоприятным факторам внешней среды, восстанавливать больные, пораженные ткани и системы организма. Зерно не лечит какую-то определенную болезнь, оно излечивает весь организм.

При прорастании зерна, содержащиеся в нем белки, начинают расщепляться на аминокислоты, которые частично усваиваются, а остальные разлагаются дальше на нуклеотиды; те, в свою очередь, также частично усваиваются, а частично разлагаются на различные основания. А они-то и являются основой нуклеиновых кислот, т. е. генов. Это очень важно – есть материал для замены и восстановления, а все болезни – это изменения, прежде всего в генах.

В пророщенных злаках «биохимическое перерождение» пищи уже произошло примерно на 90% под воздействием ферментов самого зерна, «работающих по программе вскармливания своего дитя». При приеме такой «биохимически самопереваренной» пищи нашему организму остается только подстроить эти полуфабрикаты под индивидуальную волновую и химическую среду, чтобы обеспечить беспрепятственное прохождение питательных веществ через мембраны. Зерновая клетчатка не усваивается полностью организмом, а под действием щелочей и кислот желудочно-кишечного тракта разбухает и впитывает все токсические вещества.

Пророщенное зерно очень быстро насыщает, и поэтому его можно использовать для диетического питания людям, страдающим ожирением. Употребляя его в пищу уже через 12 дней, вы можете почувствовать положительные изменения в организме.

Употребление наших коктейлей - практически от всех болезней.

- ✓ благотворно влияют на функционирование организма и мягко координируют его работу.
- ✓ регулируют и восстанавливают правильное действие жизненно важных процессов в организме.
- ✓ уравнивают и нормализуют обмен веществ.
- ✓ повышают иммунитет.
- ✓ стабилизируют и омолаживают все системы организма: нервную, эндокринную, кровеносную, лимфатическую, пищеварительную, дыхательную, выделительную, терморегулирующую, энергетическую, опорно-двигательную, репродуктивную и ряд других мелких систем и подсистем.
- ✓ способствуют рассасыванию различных новообразований: злокачественных и доброкачественных опухолей, полипов, кист, жировиков, миом, фибром и т.п
- ✓ обогащают кровь кислородом, доокисляя различные продукты распада и энерготизируя ткани, повышают выносливость организма к холоду и кислородному голоданию.
- ✓ устраняют все воспалительные процессы.
- ✓ нормализуют микрофлору кишечника, восстанавливая ее до кондиций микрофлоры ребенка, не отравленного «цивилизованной» пищей.
- ✓ выводят из организма продукты жизнедеятельности клеток, яды, «плохой» холестерин, неорганические, лекарственные и другие вредные вещества.
- ✓ устраняют ломкость ногтей, выпадение волос, восстанавливая их цвет и природную густоту.
- ✓ возвращают остроту зрения.
- ✓ снижают ожирение, как общее – тучность, так и местное – отдельных частей тела; при употреблении проростков практически невозможно переест.
- ✓ способствуют активному долголетию.

Продукт «FITcocktail» работает на клеточном уровне



КОД КЛЕТКИ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА.

28 ~ 15 ~ 12 ~ 7 ~ 3

это - незаменимые аминокислоты, минералы, витамины, ферменты, незаменимые жирные кислоты.

~ 28 Аминокислот

~ 15 Минералов (наиболее важных)

~ 12 Витаминов.

~ 7 групп ферментов (основных)

~ 3 незаменимых жирных кислоты, которые являются строительным материалом для наших клеток.

Питание для клеток это не привычные для нас продукты питания: мясо, картошка, масло, лук и т.д.

Незаменимые жирные кислоты или полиненасыщенные жирные кислоты (ПНЖК)

составляют основу клеточных мембран (оболочку), обеспечивая необходимую проницаемость. Без здоровой мембраны клетки утрачивают способность удерживать воду, аминокислоты и др. питательные вещества. Также незаменимые жирные кислоты крайне важны для работы нервной системы мозга. Незаменимые жирные кислоты – это омега3, в большом количестве содержащиеся в рыбьем жире. Из растительных продуктов незаменимые жирные кислоты содержатся в льняном масле.

Ферменты - запускают работу витаминов

Витамины - запускают процесс замены минералов в аминокислотах, дают энергию минералам для перестройки аминокислот.

Они так и называются: Вита - жизнь, Мин - минерал. Жизнь минералов.

Усваиваются витамины только в натуральной форме, в составе овощей, фруктов и других продуктов в сложном, связанном с другими микроэлементами виде. В чистом виде, синтезированные искусственно, они не усваиваются. Поэтому, покупая в аптеке синтетические витамины и минералы, мы выбрасываем деньги на ветер!

Минералы - перестраивают аминокислоты в нужном организму порядке.

В человеческом теле должны присутствовать лишь органические минералы (неорганические плохо усваиваются и откладываются в организме в виде шлаков).

В природе органические минералы, усвояемые человеческим организмом, находятся в аминокислотной форме. Они образуются путем переработки растениями неорганических минералов, получаемых из почв.

Истощение почв ведет к нехватке минералов в растениях, а следовательно и в нашем организме. Т.е фрукты и овощи, которые мы употребляем в пищу не содержат в полной мере всех необходимых минералов (при удобрении почв в лучшем случае добавляют всего 3 минеральных удобрения).

Животные, которые питаются травой, тоже не получают в полной мере всех необходимых минералов, значит мясо этих животных тоже не содержит этих минералов.

Синтетические минералы не усваиваются организмом, зачастую они просто вредят, откладываясь в почках, желчном пузыре в виде песка, камней, зашлаковывая наш организм. Все, что в природе нерастворимо, для нас бесполезно и опасно.

А все, что растворяется в воде - безопасно и полезно.

Что произойдет, если бросить в стакан с водой кусок мела?

Ничего, мел не растворится.

Почему же мы пили глюконат кальция всю предыдущую жизнь и давали его своим детям?

Ни один минерал, который не растворяется в воде, организму не нужен, он бесполезен, потому что в организме он тоже не растворится и не усвоится, а зашлакует почки, печень, кишечник. Это относится ко всем синтетическим минералам, витаминам (соли железа, глюконат кальция, и т.д.)

Аминокислоты, в том числе незаменимые аминокислоты -

это строительный материал для всех живых существ: людей, животных, растений.

Наши клетки состоят из человеческих белков, но мы не едим себе подобных. Мы употребляем растительную и животную пищу, незаменимые аминокислоты которой наш организм с помощью ферментов расщепляет на составляющие и, при помощи минералов, перестраивает в человеческие.

Иначе, мы выглядели бы так, как то, что мы едим.

Существуют 28 аминокислот, многие из них образуются в организме человека.

Но не все аминокислоты могут быть синтезированы в организме, поэтому человек должен получать их с пищей. Это незаменимые аминокислоты. В случае, когда незаменимые аминокислоты отсутствуют (не поступают к нам с пищей), образование белков приостанавливается (в этом причина заболеваний).

При употреблении 3 порций в день нашего коктейля (1 порция-2 ст.л. на стакан любой жидкости) вы получаете код клетки. Тем самым вам и вашей семье обеспеченно здоровье на долгие годы!

Накормите в первую очередь свои клетки!

КАТАЛОГ

Каждая пачка стоит 800рублей



Коктейль «ОЧИЩАЮЩИЙ»

В состав коктейля входят:

пшеница, гречка, семена льна, расторопша, топинамбур.

В состав коктейля входят три вида полиненасыщенных жирных кислот (Омега-3,Омега-6,Омега-9), правильный баланс которых необходим для всех процессов жизнедеятельности человеческого организма. Коктейль помогает улучшить зрение и мозговую деятельность, он является отличным источником селена, который препятствует развитию опухолей, очищает

организм не только от шлаков и токсинов, а так же от тяжелых металлов. Оказывает антибактериальный и противовирусный эффект.

Коктейль «С ПШЕНИЧНЫМИ ОТРУБЯМИ»

В состав коктейля входят:

пшеница, овсянка, семена тыквы, расторопша, пшеничные отруби.



Коктейль с пшеничными отрубями – это отличный источник клетчатки, незаменимых макро – и микро элементов, витаминов группы В, Е и А. Регулирует работу желудочно-кишечного тракта, функции нервной и сердечно – сосудистой системы, щитовидной железы. Способствует поддержанию гормонального баланса. Устраняет воспаления желчных протоков, желчекаменной болезни, заболевания селезенки, малокровие, отложение солей, радикулит и аллергические реакции. Сводит к минимуму риск возникновения онкологических заболеваний, помогает при геморрое. В коктейле содержится большое количество фосфора и кальция, необходимых для развития костной системы, а так же железа от анемии. Коктейль отлично помогает людям, страдающим алкогольной зависимостью. Благодаря мягкому очищению организма, есть возможность иметь стройную фигуру.

Коктейль «С СЕМЕНАМИ ЛЬНА И РАСТОРОПШЕЙ»

В состав коктейля входят:

пшеница, гречка, семена льна, расторопша.



Коктейль способствует нормализации функции печени, помогает выводить из организма вредные химические вещества, токсины, способствует расщеплению жиров, снижает риск развития сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, повышает энергетический статус, нормализует процессы переваривания пищи, благоприятно действует на кожу, нормализует обменные процессы, снижает лишний вес.

Коктейль «С СЕМЕНАМИ ТЫКВЫ И ПРОБИОТИКОМ»

В состав коктейля входят:

пшеница, гречка, семена тыквы, топинамбур.



Коктейль богат витаминами, макро -и микроэлементами, пищевыми волокнами, обеспечивающими нормальное функционирование желудочно-кишечного тракта, печени и поджелудочной железы. Повышенный уровень кальция и магния, а также железа и цинка благоприятно влияет на формирование скелета, сократительную активность мышц, профилактику анемии, повышение защитных функций организма и нормализации функции предстательной железы.

Коктейль «С ОВСЯНЫМИ ОТРУБЯМИ И ПРОБИОТИКОМ»

В состав коктейля входят:

гречка, расторопша, топинамбур, семена льна, овсяные отруби.



Коктейль дает 100% эффект похудения. Он способствует нормализации функции печени, помогает выводить из организма вредные химические вещества, токсины, способствует расщеплению жиров, снижает риск развития сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, повышает энергетический статус, нормализует процессы переваривания пищи, благоприятно действует на кожу, нормализует обменные процессы, снижает лишний вес, препятствует развитию сахарного диабета. Повышенный уровень, калия, магния, селена нормализует работу сердца.



Коктейль «СЕМЕЙНЫЙ»

В состав коктейля входят:

пшеница, кукуруза, семена тыквы, топинамбур.

Коктейль способствует стимуляции двигательной активности кишечника, препятствует превращению сахаров и углеводов в жир, сорбирует токсические соединения в кишечнике, снижает уровень сахара в крови, препятствует развитию дисбактериоза кишечника, ожирения, сахарного диабета, усиливает работу кроветворной системы, повышает энергетические возможности организма, присутствие полиненасыщенных жирных кислот благоприятно влияют на работу сердечно-сосудистой и иммунной систем. Коктейль обладает противовоспалительным действием,

улучшает деятельность предстательной железы. Рекомендован людям,

страдающим аллергией. Коктейль подходит всем членам семьи, детям начиная с трехлетнего возраста.

Коктейль «ФИТНЕС»

В состав коктейля входят:

пшеница, кукуруза, топинамбур, семена тыквы, овсяные отруби.

Действие коктейля :

- Эффективно снижает вес
- Нарращивает мышечную массу
- Улучшает самочувствие
- Укрепляет иммунитет
- Способствует повышению устойчивости нервной системы к стрессам
- Укрепляет кости и суставы
- Регулирует уровень холестерина
- Нормализует давление
- Стимулирует работу желудочно-кишечного тракта



«Живой Злаковый Фито Коктейль»							
СОСТАВ:							
Состав	Фит-нес	Пшенич. отруби	Овсяные отруби + пробиотик	Очищающий	Семейный	Лен + Расторопша	Тыква + Пробиотик
Пшеница	✓	✓		✓	✓	✓	✓
Зел. гречка			✓	✓		✓	✓
Кукуруза	✓				✓		
Овес		✓					
Отруби пш.		✓					
Отруби овс.	✓		✓				
Лен			✓	✓		✓	
Расторопша		✓	✓	✓		✓	
Топинамбур	✓		✓		✓		✓
Тыква	✓	✓			✓		✓

Злаки, входящие в состав Fit Cocktail.

Полезные свойства пшеницы

Еще с древних времен человек использовал пророщенные зерна в своем питании. **Индийские веды и греческий античный ученый Гиппократ оставили нам упоминание о целебных свойствах ростков пророщенного зерна.** До сих пор в рационе индийских йогов пророщенные зерна и орехи занимают большую часть питания. **Наши предки в Древней Руси также использовали пророщенные зерна («зерновой ил») для приготовления каш и киселей в зимний и весенний период.**



Среди всех семян, пророщенная пшеница обладает наиболее ярко выраженными **целительными свойствами**. Это универсальная пища и **эффективнейшее лекарство**.

Пророщенная пшеница содержит весь набор **витаминов и микроэлементов**. Лечебные свойства проростков пшеницы проявляются не сразу, а в результате систематического и длительного употребления. При этом излечивается множество болезней, очищаются такие заброшенные уголки организма, до которых другими средствами не добраться. Через две недели питания проростками, а иногда и раньше, наблюдается заметное улучшение самочувствия, что свидетельствует о повышении энергетики организма. Фундаментальные изменения наступают через более длительные промежутки времени, иногда через пол года, год.

Для практически здорового человека главное достоинство проростков пшеницы состоит в **очищении организма от мусора**. Происходит это только в случае систематического и длительного употребления. Ведь организм засорялся десятилетиями. Среди сравнительно краткосрочных результатов можно отметить заметное улучшение внешнего вида волос – такого изменения не добиться никакими шампунями. Далее: эффективная профилактика рака и кариеса, нормализация обмена веществ, повышение общего тонуса и сопротивляемости организма, укрепление нервной системы, улучшение сна, очищение кишечника, и многое другое. **Особо следует отметить благотворное влияние проростков на зрение.** Если вы носите очки, но в принципе, способны обходиться без них, – можете их выбросить, потому что через несколько месяцев питания проростками, очки вам больше не понадобятся. В зависимости от текущего состояния, сто процентное зрение восстанавливается в срок от одного месяца до года, если вы смирились с временным неудобством обхождения без очков и каждый день жуete проростки. Спустя несколько месяцев, или раньше, вы однажды с удивлением обнаружите, **что резкость зрения заметно улучшилась**. Потом заметите, что краски стали более сочными и яркими. Наконец, наступит день, когда окулист вам скажет, что у вас сто процентное зрение. **Зрение можно восстановить и с помощью операции, но если у вас нет денег, а есть намерение хорошо видеть, можете смело рассчитывать на проростки.**

Пророщенная пшеница: польза для организма

- повышение общего иммунитета благодаря наличию в ней большого количества витаминов и полезных веществ;
- выведение из организма продуктов жизнедеятельности клеток, ядов, лишнего холестерина и других «вредностей»;
- нормализация обмена веществ;
- предотвращение возникновения и развития инфекций и воспалительных процессов;
- регулирование, восстановление жизненно важных функций организма;
- омолаживание и стабилизация всех систем организма: эндокринной, кровеносной, лимфатической, пищеварительной, дыхательной, репродуктивной, опорно-двигательной и ряда других систем и подсистем;



- нормализация микрофлоры кишечника;
- повышение выносливости к холоду (очень актуально);
- восстановление волос и ногтевых пластин;
- повышение остроты зрения;
- употребление пророщенных зерен пшеницы способствует естественному похудению.

Полезные свойства кукурузы



■ Полезные свойства кукурузы включают контроль сахарного диабета, профилактику заболеваний сердца, снижение гипертонии, предотвращение дефектов нервной трубки у новорожденных и многое-многое другое. В действительности, этот популярнейший во всем мире злак, являющийся важнейшей составляющей многих традиционных национальных кухонь, является не только вкусным, но еще и полезным. Он не только обеспечивает необходимые калории для ежедневного обмена веществ, но и является важнейшим источников витаминов А, В, Е, а также минералов.

Высокое содержание клетчатки обеспечивает важную роль кукурузы в профилактике заболеваний пищевода, запоров и геморроя. Антиоксиданты, содержащиеся в кукурузе, также выступают в качестве противоракового средства и предотвращают появление болезни Альцгеймера.

Все это – лишь короткий перечень той колоссальной пользы, которую употребление в пищу кукурузы может принести организму. Итак, на какие полезные свойства кукурузы необходимо обратить пристальное внимание?

Источник калорий, витаминов и минералов

Кукуруза является чрезвычайно богатым источником калорий, благодаря чему она, собственно, и является основополагающим ингредиентом рациона многих народов и популяций. В 100 граммах кукурузы содержится 342 калорий – по этому показателю кукуруза является одним из лидеров среди зерновых. Однако кукуруза снабжает организм не только калориями, но и витаминами. Кукуруза богата витаминами группы В, особенно – тиамин и ниацином. Тиамин необходим для поддержания здоровья нервной и когнитивной функции, а дефицит ниацина приводит к пеллагре (заболевание, которое характеризуется диареей, деменцией и дерматитом). Кукуруза также является хорошим источником пантотеновой кислоты, которая просто необходима организму для обмена углеводов, белков и липидов. Дефицит фолиевой кислоты (ей кукуруза тоже богата – она обеспечивает значительную часть суточной потребности фолиевой кислоты) у беременных приводит к рождению детей с пониженной массой тела, а также может привести к дефектам нервной трубки при рождении. Помимо этого, кукуруза является богатым источником бета-каротина, который необходим для поддержания хорошего зрения и кожи.

Но не только лишь витаминами богата кукуруза – полезные свойства этого продукта объясняются еще и богатым содержанием минералов. В кукурузе в изобилии содержится фосфор, цинк, железо, магний, медь и селен. Эти минералы необходимы для поддержания нормального роста, здоровья костей и правильного функционирования почек, а также для поддержания нормальной частоты сердечных сокращений и для прочности костей.

Антиоксидантные и сердечно-защитные свойства

Согласно научным исследованиям, кукуруза является богатым источником антиоксидантов, которые борются с вызывающими рак свободными радикалами. Кукуруза является богатым источником соединений фенольной кислоты, противоракового средства, особенно эффективными в борьбе с раковыми опухолями

грудь (очень полезное свойство кукурузы для женщин) и печени. Антоцианы, также найденные в кукурузе, и вовсе уничтожают свободные радикалы, вызывающие рак.

Кроме того, свежая кукуруза и кукурузное масло обладают антиатерогенным влиянием на уровень холестерина в крови, а значит – предотвращают тем самым риск появления сердечнососудистых заболеваний.

Защита от анемии, диабета и гипертонии

Витамин B12 и фолиевая кислота, которые содержатся в кукурузе, предотвращают анемию, вызванную дефицитом этих витаминов. Защищает кукуруза и от диабета, поскольку кукурузные зерна помогают регулировать уровень инсулиннезависимого сахарного диабета. Эффективна кукуруза и при лечении гипертонии – это обусловлено наличием фенольных фитохимических элементов, находящихся в кукурузе.

Словом, очевидно, что кукуруза является богатым источником многих необходимых питательных веществ и клетчатки, и потому регулярное употребление кукурузы в пищу может иметь большое значение в защите организма от болезней и недугов.



Зеленая гречка для ума и здоровья



Сегодня мало кому известно, что среди зерновых культур гречка зеленая - это настоящий врачеватель, обладающий в пророщенном состоянии широчайшим спектром действия, в том числе и [свойствами против рака](#), исследованными и подтвержденными Университетами Китая и Кореи, учеными из Корнельского Университета США. Многие даже не знают, что с помощью не хитрых способов можно многократно увеличить лечебное действие этого растения, сделать его целебным эликсиром молодости. Чтобы многократно усилить полезные свойства зеленой гречки, нужно всего лишь прорастить ее.

Немногие знают, что в тех коричневых крупинках-пирамидках, в той гречке, которая привычна нам как утренняя каша или гарнир, сохраняется лишь малая часть свойств изначально мегаполезной гречихи. И всё это из-за мощной обработки – пропаривании при высоких температурах и сушке. Именно в процессе такой промышленной переработки бледно-зеленые крупинки гречихи приобретают привычный нам сегодня коричневатый вид. Попутно уходят многие полезные свойства и полностью убиваются ферменты, важные для нашего пищеварения. И если такая обжаренная гречка все равно остается полезной и питательной, то исходная зеленая просто кладезь пользы.

Зеленая гречиха содержит витамин E, большое количество рутина. Это вещество уплотняет стенки кровеносных сосудов, останавливает кровотечения, оказывает профилактическое и лечебное воздействие на вены, например, при варикозном расширении вен и при геморрое. В соединительных тканях рутин укрепляет мельчайшие кровеносные сосуды. Поэтому свежая гречиха крайне полезна при различных

заболеваниях сосудов, ревматических заболеваниях и артритах. Она улучшает кровообращение, укрепляет иммунную систему.

Употребление зеленой гречки способствует выведению из организма избыточного холестерина, а также шлаков и ионов тяжелых металлов.

Гречневая крупа содержит органические кислоты, которые содействуют пищеварению. Гречка понижает уровень глюкозы и позволяет держать сахар в крови под контролем, а это особо важно тем, кто страдает избыточным весом, повышенным содержанием холестерина в крови и диабетом второго типа.

Лимонная, яблочная кислоты, которыми она очень богата, являются катализаторами усвоения пищи. Гречневая крупа содержит органические кислоты, которые содействуют пищеварению.

Зеленая гречка очищает печень и кишечник, помогает избавиться от заболевания пищеварительного тракта и поджелудочной железы, способствует заживлению язв в желудке и кишечнике, выводит из организма токсины и радионуклеиды, способствует нормализации обмена веществ.

Стоит отметить и тот немаловажный факт, что гречку выращивают без применения пестицидов (так как она сама вытесняет сорняки с поля) и до гречки еще не добралась генная инженерия (в отличие от той же многострадальной сои, которую уже и покупать-то страшно).

Гречку можно применять и как способ похудения: всем известная [гречневая диета](#) может спокойно проводиться и на зеленой гречке, будет гораздо больше пользы, чем от обжаренных семян. Но, конечно, в данном случае крупу запаривать не нужно, просто замачивайте или проращивайте. Будьте готовы к тому, что пойдет мощное очищение кишечника: я уже упоминала, что гречка – природный чистильщик желудочно-кишечного тракта.

В гречке содержится меньше углеводов, чем в [овсяной](#) или пшеничной крупе. Они относятся к сложным, а значит, требуют более длительного переваривания. Поэтому сохраняют сытость в желудке на долгое время. Такие полезные свойства гречки делают ее одним из лучших диетических продуктов. А витаминов, микро- и макроэлементов в этой крупе ничуть не меньше: B1, B2, B6, B9(или фолиевая кислота), PP, P, кальций, магний, йод, в особенности, железо, фосфор, магний. Калий способен снижать артериальное давление. В белках этого растения высоко содержание лизина и метионина, усваивается он очень легко. Этот продукт способен поднимать уровень гормона дофамина, который влияет на мотивацию и двигательную активность.

«Живая» гречка завоёвывает всё большую любовь среди приверженцев здорового образа жизни.

А почему бы и вам не начать употреблять этот поистине ценный дар природы?

Полезные свойства овсянки.

Само название «ОВСЯНКА» с латыни переводится как «НЕСУЩИЙ ЗДОРОВЬЕ».

Сегодня все большее количество медиков, диетологов и других специалистов рекомендуют мужчинам и женщинам, следящим за своим здоровьем и внешним видом, питаться овсянкой. Полезные свойства овсянки действительно бесспорны и актуальные едва ли не для каждого.

Овсянка - правильное питание

Фраза «правильное питание» и слово «овсянка» - это практически синонимичны. Овсянка необходима для укрепления нервной системы, сердца, легких, сердечнососудистой системы и улучшения обмена веществ. Вообще, на латыни само слово «овсянка» пошло от фразы «будь здоров». И не даром – овсянка



действительно обладает укрепляющими, тонизирующими и диетическими свойствами. Кроме того, в овсянке содержится огромное количество полезных питательных веществ, витаминов, поэтому овсянка заслуженно титулована званием одного из полезнейших пищевых продуктов.

Что до пищевого состава данной крупы, то достаточно лишь беглого взгляда на них, чтобы понять, откуда берут ноги полезные свойства овсянки. В овсянке – очень много жиров и белков, среди которых – незаменимые для организма аминокислоты лизин и триптофан. Также в овсянке множество макро- и микроэлементов, витаминов B1, B2, B6, K и E. В овсянке больше железа, чем в любой другой крупе, а также очень много калия, фосфора, силиция и серы.

Разносторонняя польза

Итак, какие конкретные полезные свойства овсянки известны современной медицине? Перечислять их можно очень долго. К примеру, овсянка содержит биоактивные элементы, которые укрепляют мышцы и улучшают деятельность мочевого пузыря, а также ферменты, помогающие расщеплять находящиеся в кишечнике жиры.

Едва ли не наиболее важное полезное свойство овсянки объясняется тем, что в овсянке содержится клетчатка обоих видов (растворимая и нерастворимая), которая особенно полезна людям, страдающим от диабета, ведь клетчатка эффективно уменьшает количество сахара и инсулина в крови. Клетчатка улучшает обмен веществ, удаляет из организма токсины и шлаки. Диетологи утверждают, что при помощи клетчатки можно эффективно бороться с лишним весом, а косметологи им вторят, что дорогие кремы можно заменить обыкновенными масками, приготовленными из овсянки. Такие маски позволяют тонизировать шелушащуюся, сухую и морщинистую кожу, удалить неживые клетки, смягчить кожу, улучшить ее цвет. Так что овсянка должна стать лучшим другом для женщин. Секрет хорошей кожи у англичан заключается именно в традиции каждое утро завтракать овсяной кашей.

И для диабетиков, и для спортсменов

Кроме того, в овсянке содержится кальций, поэтому она чрезвычайно полезна для зубов и костей. В овсянке содержится инзолит, уменьшающий количество холестерина в крови. Углеводы, содержащиеся в овсянке в большом количестве – основной источник ежедневной энергии, поэтому питаться ей полезно людям, ведущим активный образ жизни, спортсменам. Овсянка рекомендуется для профилактики и лечения гастрита и других заболеваний пищеварительного тракта. Гликемический индекс овсянки очень низок, поэтому питаться этой крупой рекомендовано диабетикам.

В народной медицине овсяный отвар используется как средство номер один **против заболеваний мочепускающей системы и простаты**, что особенно актуально для мужчин в возрасте. Этот же отвар помогает излечивать хронические воспалительные процессы, помогает при заболеваниях кишечника и желудка.

Плохое настроение? Съешь овсянки.

И это еще далеко не все, чем полезна овсянка – полезные свойства ее можно перечислять еще очень долго. В частности, овсянка – это натуральный способ борьбы с депрессией и стрессом. Все дело в том, что в овсянке содержится витамин B, который положительно влияет на нервную систему. Так что овсянка очень полезна для современных мужчин и женщин, особенно – для живущих в больших городах.

Кроме того, овсянка годится и для профилактики сердечнососудистых заболеваний. Овсянка помогает поддерживать фигуру и контролировать аппетит. Она обладает лечебными свойствами, уменьшает риск появления рака желудка, борется с канцерогенами, стабилизирует работы эндокринной системы. Одним словом, овсянка – это определенно один из самых полезных пищевых продуктов, который просто обязательно должен находить место в рационе каждого.

Польза и полезные свойства отрубей



Зерна различных злаковых культур широко применяются в качестве основной пищи. Пшеница, рожь, рис, овес, просо – из этих зерен делают муку, крупу, применяют в очищенном виде, никто не сомневается в чем **польза риса**, пшеницы или **овсянки**, а вот оболочку, которая при очищении зерен уходит в отходы,

практически не ценят, отправляя ее на корм скоту. Однако отруби (именно так называется оболочка очищенных зерен) чрезвычайно полезный и нужный человеческому организму продукт.

В чем польза отрубей?

Отруби – это измельченная оболочка зерна, включающая зерновой зародыш и алейроновый слой (самые полезные компоненты зерна, содержащие массу полезных веществ). Оценивая биологическую ценность, можно сказать, что в оболочках, зародыше и алейроновом слое находится до 90% полезных веществ, все это сохраняется в отрубях, остаток очищенного зерна, которые измельчается в муку, содержит лишь углеводистую часть и клейковину.

Польза отрубей для организма человека очевидна, это источник витаминов группы В, незаменимых для нормального функционирования нервной системы. Также в отрубях содержатся витамины А, Е – известные борцы со старением, питающие клетки кожи, укрепляющие зрительные органы. Минеральный состав отрубей довольно обширен, в них содержатся: калий, кальций, цинк, магний, медь, селен. Микро и макроэлементы, содержащиеся в отрубях, положительно влияют на состав крови, выводят холестерин низкой плотности и нормализуют уровень сахара.

Но основную часть отрубей составляют пищевые волокна – клетчатка, которая по своему действию напоминает чистящее средство. Перемешиваясь в кишечнике с пищей, волокна отрубей впитывают в себя лишнюю влагу, токсины, соединения тяжелых металлов и образуют мягкую массу, которая заполняет диаметр кишечника и продвигается на выход, выводя с собой все ненужное и вредное. Не смотря на то, что клетчатка не несет в себе никаких полезных минеральных или витаминных соединений – это очень полезный компонент, необходимый для нормального пищеварения и очищения организма. Вследствие очищения кишечника и нормализации его работы неизменно повышается иммунитет, повышается устойчивость организма к возбудителям различных заболеваний.

Весьма велика **польза отрубей** для тех, кто старается похудеть, попадая в пищеварительный тракт, отруби «набухают» и возникает чувство насыщения, в результате чего порция съеденной пищи будет намного меньше. Плюс очистительный эффект, который дает употребление отрубей – польза отрубей при похудении доказана.

Чтобы использовать в полной мере **полезные свойства отрубей**, необходимо соблюдать правила их приема. Самый оптимальный объем – 30 г в сутки, увеличение количества отрубей уже не польза, а вред. Чрезмерное употребление отрубей может привести к нарушению работы кишечника, вызвать повышенное газообразование, привести к гиповитаминозу, ведь питательные и полезные вещества не будут успевать усваиваться организмом, клетчатка отрубей будет оперативно выводить все из кишечника.

Употребляя отруби необходимо помнить и про водный баланс в организме, необходимо выпивать не менее двух литров воды в



сутки, иначе может развиваться обезвоживание. Отруби будут «вытягивать» на себя воду и организм начнет страдать от ее нехватки.

Употребляют отруби в сухом виде, запивая водой, либо запаривают их кипятком, воду сливают, а кашницу добавляют в различные блюда или принимают в чистом виде, также запивая большим количеством воды.

Противопоказано употреблять отруби людям, страдающим заболеваниями пищеварительного тракта: гастритами, колитами, язвами.

ФИТОКОМПЛЕКС входящий в состав "FitCocktail"

Полезные свойства тыквенных семечек



Тыквенные семечки – далеко не самая популярная закуска в странах постсоветского пространства. А зря – ведь полезные свойства тыквенных семечек прекрасно известны были даже американским аборигенам множество веков тому назад. Вообще, тыква – не очень широко распространившийся овощ, и выращивают ее преимущественно на родине – в Мексике и США. Надо отметить, что непопулярность тыквы и тыквенных семечек не является заслуженной, ведь тыквенные семечки оказывают положительное воздействие на здоровье человека, да и по вкусу они – тоже очень ничего. Итак, какие же полезные свойства тыквенных семечек известны современной медицине?

Польза для мужчин

Экспериментальными исследованиями было доказано, что тыквенные семечки эффективно защищают простату. Всевозможные растительные масла, содержащиеся в тыквенных семечках, позволяют железам простаты не сокращаться и сохранять свой нормальный размер. Правда, точно неизвестно, сколько семечек нужно съесть, чтобы почувствовать положительный эффект, однако сам положительный эффект является научно доказанным фактом, поэтому тыквенные семечки должны стать другом для мужчин, особенно – для мужчин старшего возраста.

Польза для костей

Также медицине известно еще одно важнейшее полезное свойство тыквенных семечек – они сохраняют крепость костей. С возрастом кости обычно начинают становиться более ломкими и хрупкими, что увеличивает риск получить перелом или другую болезненную травму кости. Большое количество цинка, содержащегося в тыквенных семечках, помогает эффективно сохранить нужную плотность костей.

И хотя, разумеется, одно лишь употребление в пищу тыквенных семечек еще не может предохранить от остеопороза, однако цинк как минимум не позволит болезни прогрессировать очень быстро.

Противовоспалительный эффект

Артрит может одолеть как старого, так и молодого человека. Пациентам, у которых начинают болеть суставы, врачи для обезбоживания зачастую начинают выписывать различные противовоспалительные лекарства, однако в природе существует натуральное лекарство артрита. Экспериментами подтверждено, что полезные свойства тыквенных семечек при уменьшении воспалений едва ли не серьезнее, чем польза от лекарств. Уменьшает количество холестерина в крови и стабилизирует давление

Важное полезное свойство тыквенных семечек – они являются натуральным способом уменьшения переизбытка в организме вредного холестерина. Фитостерол, содержащийся в тыквенных семечках, эффективно уменьшает количество холестерина в крови, если его употреблять на регулярной основе. Так что химические препараты, которые чистят организм от вредного холестерина, можно свободно заменить горсточкой натуральных и вкусных тыквенных семечек. А уж для диабетиков и людей, страдающих ожирением, тыквенные семечки должны стать лучшим товарищем и другом.

Кроме того, тыквенные семечки очень эффективно стабилизируют кровяное давление, поэтому употреблять их в пищу рекомендовано гипертоникам, а также помогают справиться с приступами тошноты и рвоты при укачивании и морской болезни.

Борется с раком



Фитостерол, который отважно сражается с холестерином, также укрепляет иммунитет и помогает бороться с некоторыми формами раковых опухолей. Саму тыкву зачастую связывают с помощью при борьбе с раком груди (очевидная польза тыквы и тыквенных семечек для женщин в профилактике женского бича двадцать первого века), желудка, легких и кишечника. И хотя тыквенные семечки чаще всего ассоциируются с пользой в лечении рака простаты и вообще нормализации состояния здоровья простаты, при профилактике рака груди семечки тыквы также очень полезны, поскольку они нейтрализуют негативное воздействие эстрогена, вызывающего рак груди.

Все это – лишь небольшая часть того, что сегодняшние медики знают про тыквенные семечки – их польза куда более многогранна и разностороння. Как бы то ни было, вреда для организма тыквенные семечки не приносят никакого, никаких противопоказаний, связанных с их употреблением, нету, по вкусу они очень даже приятны – так отчего бы не пополнить свой рацион этим богатым источником полезных для организма веществ?

- Исследования, которые проводились и проводятся учеными из разных стран, доказывают пользу семян тыквы в борьбе с таким грозным заболеванием, как рак. Благодаря своему составу, продукт этот **повышает иммунитет**, снижает уровень, так называемого, плохого холестерина.
- Воспаленные **суставы** тоже с благодарностью откликаются своим выздоровлением, после того, как больные вводят в рацион свои семена тыквы. Некоторые имеющиеся в семенах компоненты очень эффективны в борьбе с артритом. В отличие от медикаментозного лечения они не дают побочных эффектов.
- Еще одна проблема может решиться благодаря тыквенным семечкам. Цинк, которым изобилует этот продукт, причем в естественном, природном виде поможет восстановить плотность костной ткани и предотвратит тем самым возникновение **остеопороза**.
- Очень полезны тыквенные семена для мужчин. Хотя точный механизм этого благотворного воздействия на простату не изучен, но те мужчины, которые предпочитают семечки тыквенные, весьма довольны положительными результатами. И такое заболевание, как аденома простаты им неведомо.
- Вещество кукурбитин, которое абсолютно безвредно для человека, прекрасное средство в борьбе с паразитическими червями. Поэтому семечки можно принимать для лечения, если глисты все-таки обнаружены. Показаны они и для профилактики такого рода заболеваний.
- Женщинам тоже не стоит отказываться от удовольствия полакомиться семенами тыквы. Благодаря им волосы станут красивее, а кожа сохранит молодость дольше.
- На деток этот продукт воздействует не только укрепляюще, а и как успокаивающее средство.

Расторопша – полезные свойства обычного сорняка



Расторопша известна как обычная сорная трава, однако ее полезные свойства настолько велики, что она используется как лекарственное средство в народной и традиционной медицине. Человечество уже более 1000 лет знает, чем полезна расторопша, полезные свойства этой травы заключены в ее уникальном составе.

Состав расторопши:

В семенах расторопши содержится более двухсот различных компонентов, оказывающих мощный оздоровительный эффект на организм человека, это: макро- и микроэлементы, уникальное по своим целительным свойствам вещество силимарин, **витамины D, A, E, F, K, витамины группы B**, особо полезные для нервной системы.

В одном грамме расторопши содержатся следующие химические элементы:

— 16,6 мг кальция, 9,2 мг калия, 4,2 мг магния, 0,08 мг железа, 0,1 мг марганца, 1,16 мг цинка, 0,15 мг хрома, 22,9 мг селена, 0,09 мг йода, 22,4 мг бора.

Расторопша – сильнейший гепатопротектор

Силимарин, который содержится в растении, является эффективным лечебным и профилактическим средством при заболеваниях печени и желчного пузыря. Силимарин нейтрализует действие ядовитых веществ, оказывающих пагубное влияние на печень. Благодаря этому веществу, расторопшу можно использовать для лечения варикозного расширения вен, постгепатитного синдрома, хронических холецистопатиях, полиартритов. Силимарин восстанавливает клеточную структуру печени – предупреждает повреждение клеточной мембраны и усиливает ее защитные функции.

Семена расторопши в сухом виде рекомендуют принимать для лечения гепатитов, циррозов, желчнокаменной болезни, дистрофии печени, при алкоголизме и его последствиях, при отравлении ядовитыми веществами, и последствиями их влияния на работу печени.

Воздействие расторопши на организм

Отвар семян расторопши используют при зубных болях, диарее, варикозном расширении вен, для выведения шлаков из крови и при сахарном диабете. Он также облегчает состояние беременных при токсикозе. Расторопшу можно применять и для лечения многих кожных заболеваний, а именно: угревой сыпи, псориазе, облысении, витилиго.

Массой целительных свойств обладает масло и шрот из расторопши. В масле содержится много жирорастворимых витаминов D, A, F, E, и большое количество витамина С, который является мощным антиоксидантом. Этот витамин нейтрализует разрушительное действие свободных радикалов, ломающих ферментативные реакции, и тем самым наносящих вред организму. Витамин Е, также входящий в состав масла расторопши нормализует работу половых желез, как у мужчин, так и у женщин, укрепляет стенки капиллярных сосудов, удлиняет период ремиссии при псориазе, а также лечит множество других заболеваний. Масло этого растения оказывает ранозаживляющее, противоожоговое и гепатопротекторное действие.

Шрот (истолченные в порошкообразную массу семена) кроме уже перечисленных витаминов содержит практически весь ряд витамина В, необходимого для нормализации жирового обмена, питания нервной системы, сердечной мышцы, органов зрения и кожи.

Шрот и масло расторопши оказывают на организм антисклеротический эффект, но разными способами: шрот – благодаря повышенному содержанию клетчатки, впитывающей жирные кислоты, а масло – посредством витамина F. Шрот это незаменимое средство при запорах, так как он стимулирует перистальтику кишечника.

Расторопша ценна еще и тем, что ее применение не вызывает никаких побочных эффектов, и не имеет противопоказаний.



Семена льна – польза и полезные свойства

Чудесные свойства семян льна и их благотворное действие на организм были известны еще нашим далеким предкам, которые активно использовали этот продукт, как в кулинарии так и для решения многих проблем со здоровьем. Сегодня эти маленькие семечки пользуются не меньшей популярностью. Из них готовят льняное масло, делают отвары, маски, их добавляют во многие косметические и лекарственные средства.

Конечно же, основная польза семян льна заключается в их уникальном составе. Особую ценность представляют содержащиеся в них жирные кислоты, растворимая и нерастворимая клетчатка и уникальные вещества лигнаны. Также льняное семя богато витаминами: PP, E, K, B, C, и минералами: марганцем, кальцием, железом, йодом, калием, цинком, алюминием, селеном, хромом и никелем. Для обеспечения организма всеми необходимыми питательными компонентами в день достаточно съесть всего небольшую горстку (около 23 грамм) семян.



Все вышеперечисленные вещества наделяют семена льна множеством полезных свойств. Они оказывают слабительное, бактерицидное, обволакивающее, обезболивающее, противогрибковое, ранозаживляющее, отхаркивающее и противовоспалительное действие.

Регулярное потребление льняного семени оказывает благотворное действие **на состояние сосудов и сердца**, улучшает кровоток, нормализует в крови уровень сахара и снижает уровень холестерина. Они могут стать прекрасной профилактикой тромбоза, гипертонии, инфаркта, артрита и ревматизма. Кроме этого семена льна помогут повысить иммунитет, нормализуют работу печени, уменьшат воспалительные явления, улучшат функции мозга и зрение. Большую пользу семена льна способны принести людям, чей организм предрасположен к возникновению опухолей и заболеванию раком. Они станут прекрасной профилактикой злокачественных образований в предстательной и молочной железе, а также толстой кишке.

Эти маленькие семечки должны присутствовать **в рационе каждой женщины**, поскольку в них присутствуют фитоэстрагены – вещества подобные женским гормонам. Особенно они будут полезны в период климакса. Кроме того потребление семян и продуктов из них улучшит состояние кожных покровов, волос и значительно продлит молодость.

Нередко используют семена льна для похудения. Они снижают аппетит, прекрасно очищают организм от токсинов, тяжелых металлов и прочих вредных веществ, способствуют быстрому насыщению и долго сохраняют чувство сытости.

Также семена льна полезны для снижения веса еще и тем, что наилучшим образом сказываются на функционировании всей пищеварительной системы. Они оказывают мягкий слабительный эффект, улучшают прохождение пищи по кишечнику, обволакивают стенки желудка, тем самым защищая его от повреждений. Такие свойства семени льна можно с успехом использовать не только в похудении, но и в лечении гастритов, запоров и язв.

Также получили семена льна применение и в косметологии. Они **помогают избавиться от морщин**, снимают с кожи воспаления, улучшают ее эластичность и регенеративные функции. Для достижения такого эффекта из семян рекомендуется готовить отвары и наносить на лицо, получившуюся после этого слизь вместе с разбухшими и перемолотыми в блендере семечками. Тот же состав можно использовать и для волос.

Масло, приготовленное из семян льна, позволит быстрее устранить язвочки и ранки, уменьшить угревую сыпь и решить еще множество других кожных проблем. Также его можно применять для укрепления и улучшения состояния волос, просто нанося на локоны или включая в состав масок или компрессов.



Полезные свойства топинамбура



Топинамбур также известный как иерусалимский артишок или земляная груша, принадлежит к семейству сложноцветных или астровых. В это же семейство входят астры, маргаритки и подсолнухи. Если взглянуть на фото топинамбура, то мы увидим прямой тонкий стебель, который вырастает до 3 метров высотой, жесткие листья и продолговатые клубни. Цвет последних варьируется от желтоватого до коричневого и даже красного. В августе появляются красивые цветы топинамбура, по виду напоминающие маленькие желтые подсолнухи.

Лечебные свойства топинамбура

Топинамбур исторически использовался в качестве пищевой добавки для людей, страдающих от сахарного диабета и других панкреатических жалоб. Он помогает уменьшить уровень сахара в крови и свести к минимуму потребность в инсулине.

Топинамбур отличается высоким содержанием инулина, который расщепляется во фруктозу в толстой кишке. В результате, топинамбур от диабета имеет очень низкий гликемический индекс.

- Топинамбур также содержит пребиотические ФОС (фруктоолигосахариды), которые поддерживают нормальную флору кишечника и баланс дрожжей в организме и кишечнике.

- Сок топинамбура обладает слабительными, мочегонными и противовоспалительными свойствами. Кроме того, лечение топинамбуром рекомендовано при повышенной кислотности желудка, анемии, артрите, камнях в почках, подагре и цистите. Однако перед началом самостоятельных лечебных процедур нужно посоветоваться с лечащим врачом.
- Топинамбур при сахарном диабете можно есть как в сыром виде, так и в виде сиропа, сока или БАДов.
- Популярен топинамбур для похудения в составе различных диет. Ведь употребление данного овоща приводит к улучшению жирового и углеводного обмена. Несмотря на все свои полезные свойства, сам по себе топинамбур для похудения не поможет, им следует заменять один из приемов пищи, при этом днем занимаясь физической активностью.
- Топинамбур — это один из лучших источников растворимых, а также нерастворимых волокон. Растворимые волокна способствуют уменьшению холестерина в крови и стабилизируют содержание глюкозы. А адекватное добавление грубых волокон в рацион помогает ускорить кишечную деятельность и уменьшить проблему запоров. Диетические волокна также предоставляют некоторую защиту от рака толстой кишки, устраняя токсичные соединения из кишечника.
- Клубни и сироп топинамбура содержат небольшие количества антиоксидантных витаминов, таких как витамин С, витамин А, витамин Е. Эти витамины, вместе с соединениями флавоноидов, такими как каротины, помогает нейтрализовать вредные свободные радикалы и тем самым обеспечивает защиту от рака, воспаления и вирусного кашля и простуды. Лечение можно начать при первых симптомах простуды.
- Полезен топинамбур и для суставов. Если вы испытываете боли в суставах или спине, примите ванну с отваром топинамбура.
- Кроме того, топинамбур является очень хорошим источником минералов и электролитов, особенно калия, железа и меди. В 100 г свежего корнеплода содержится 429 мг или 9% от ежедневно требуемого уровня калия. Калий препятствует повышению артериального давления и частоты сердечных сокращений.
- Маски из топинамбура, протертого на терке и смешанного с медом, улучшают цвет лица и разглаживают морщины.
- Полезные свойства топинамбура также обусловлены небольшим количеством некоторых ценных витаминов В-группы, таких как фолаты, пиридоксин, пантотеновая кислота, рибофлавин и тиамин.
- Сушеный топинамбур может стать ценным источником инулина и минеральных веществ для домашних животных.

Топинамбур: противопоказания

К противопоказанию употребления и лечения топинамбуром относится лишь непереносимость одного из его составляющих. Применение топинамбура в сыром виде может вызвать метеоризм из-за выхода нерасщепленного организмом инулина.

В основном, этот овощ полезен и очень нужен каждому человеку.

Его лечебные свойства нашли широкое применение в народной

медицине. **Только помните: все можно употреблять в умеренных количествах, без фанатизма.**

Калорийность топинамбура

Топинамбур отличается умеренно высоким содержанием калорий. На 100 г приходится около 73 калорий.

Корнеплод содержит незначительное количество жира и в нем нет холестерина.

В 100 г свежего топинамбура содержится 3,4 мг или 42,5% железа, вероятно, наибольшее количество железа из всех корнеплодов. **В топинамбуре есть полисахарид инсулин, который необходим для диабетиков. Кроме этого он помогает запустить процесс, который сжигает жиры, а, следовательно, вы избавитесь от лишних килограммов. Этот продукт можно сделать основой диеты для похудения.**



Быстрое и эффективное снижение веса.

Злаковая диета для похудения



Хотите не только избавиться от лишнего веса, но и улучшить при этом свое здоровье? В этом вам поможет злаковая диета. Всего неделя на злаках позволит вам потерять около 5 кг. После насыщенного полезными элементами рациона злаковой диеты ваши волосы, ногти и кожа перестанут вызывать нарекания, а иммунитет заметно усилится.

Все еще колеблетесь, поскольку терпеть не можете злаки во всем из многообразии? Тогда вспомните, что к алтарю Красоты приносят и не такие жертвы, к тому же выдержать всего неделю на достаточно сытном меню совсем не сложно. Итак, приступаем!

Коротко о пользе злаков

Злаковые культуры играют важную роль в поддержании работоспособности нашего организма. Пищевые волокна, входящие в их состав, позволяют нам освободиться от шлаков, токсинов и других вредных накоплений. Клетчатка вносит свой вклад в усовершенствование обменных процессов и позволяет настроить на правильную работу желудочно-кишечный тракт. Помимо всего вышеперечисленного, злаки обеспечивают нас полезными минералами и жизненно необходимыми витаминами.

Вариант диеты:

Эта злаковая диета рассчитана на 7 дней, рекомендуемая периодичность ее проведения – 1 раз в 2-3 месяца. Злаковый коктейль Fit Cocktail разводить только на воде без добавления соли, сахара и масла. Завтрак на протяжении всей недели состоит из коктейля и половины стакана нежирного молока (в этот прием пищи допускается использовать заменитель сахара). Раз в день допускается употребление 1 ч. л. натурального меда.

Меню злаковой диеты на 7 дней

- ❖ 1 день – **подготовительный** Fit Cocktail **"Фитнес"**
- ❖ 2 день – **овсяной** Fit Cocktail **"С пшеничными отрубями"**
- ❖ 3 день – **гречневый** Fit Cocktail **"С овсяными отрубями и пробиотиком"**
- ❖ 4 день – **очищающий** Fit Cocktail **"Очищающий"**
- ❖ 5 день – **кукурузный** Fit Cocktail **"Семейный"**
- ❖ 6 день – **чистка печени** Fit Cocktail **"С семенами льна и расторопшей"**
- ❖ 7 день – **очищающий** Fit Cocktail **"С семенами тыквы и пробиотиком"**

- ❖ Злаковый коктейль Fit Cocktail на завтрак и обед разводить только на воде без добавления соли, сахара и масла. Раз в день допускается употребление 1 ч. л. натурального меда. Ужин на протяжении всей недели состоит из подходящего варианта каши и половины стакана нежирного молока, нежирного йогурта, нежирного кефира или нежирного мясного бульона. (в этот прием пищи допускается использовать заменитель сахара). Можно добавить корицу, тертое зеленое яблоко, приправленное лимонным соком и сахарином. В течение всей недели рекомендуется пить травяные чаи.
- ❖ После семидневной диеты, начинайте включать в свой рацион питания все, что вы употребляли до злаковой диеты, соблюдая при этом одно условие, утром и на ночь, выпивая один стакан злакового коктейля **Fit Cocktail**, разведенный в любой жидкости (молоко, вода, кефир, ряженка, йогурт, мясной бульон)

Злаковая диета обеспечит ваш организм необходимым зарядом энергии, похудение от 3-х до 5 кг., пройдет великолепная чистка печени, очистка организма от шлаков и токсинов. С помощью этой диеты не только улучшится самочувствие, но и внешний вид. Кожа утратит жирный блеск, вы забудете, что такое прыщи, перестанете тратить деньги и время на наращивание ногтей и косметический уход за волосами, так как их состояние, во время соблюдения вами злаковой диеты, значительно улучшится. Вас перестанет беспокоить желудок, и в целом, вся пищеварительная система - поверьте, результат вас порадует.

Наши пищевые вещества должны быть лечебным средством, а наши лечебные средства должны быть пищевыми веществами.

Гиппократ

Ни насыщение, ни голод и ничто другое не хорошо, если преступить меру природы.





ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ

Варианты приготовления:



« Яично – злаковый »

Желток – 2 шт.

Сахар – 30 гр.

Злаковый коктейль – 2 ст.л.

Молоко – 200 гр.

Растереть желтки с сахаром, добавить злаковый коктейль и молоко, взбить все в блендере.

Питание, бодрость и здоровье! Приятного аппетита!

« Молочно - ягодный »

Сливочное мороженое – 1 брикет

Молоко – 100 гр.

Злаковый коктейль – 2 ст.л.

Ягоды

Все ингредиенты смешать , взбить в блендере.

Вкусно и полезно!



« Банановый »

Молоко – 100 гр.

Сливочное мороженое – 1 брикет

Злаковый коктейль – 2 ст. л.

Банан – 1 шт.

Сахар -30 гр.

Взбить все ингредиенты в блендере.

Очень вкусно!





«Чудо напиток»

Кефир – 200 гр.

Злаковый коктейль – 2 ст.л.

Корица

Яблоко – 2 шт.

Два яблока без кожуры потереть на терке.

Смешать с нежирным кефиром, добавить злаковый коктейль и корицу.

1Полезный напиток для идеальной фигуры готов!

« Свекольно – морковный»

Сок свеклы – 2 ст.л..

Сок моркови – 2 ст.л..

Злаковый коктейль – 2 ст. л.

Кефир или ряженка – 200 гр.

Сахар, мед или соль – на ваш вкус.

В блендере перемешать все ингредиенты. Вкусно и полезно!



« Творожный»

Творог – 200 гр.

Злаковый коктейль – 3 ст.л.

Сметана – 100 гр.

Сахар или соль – на ваш вкус. Можно добавить зелень.

Все ингредиенты перемешать. Употреблять в виде каши.

« С мясным бульоном»

Мясной бульон – 200 гр.

Злаковый коктейль – 3 ст.л.

Специи

В любой мясной бульон добавить злаковый коктейль, специи добавить по вкусу.

Сытный, легкий и очень полезный обед или ужин.



« Йогуртовый»

Йогурт – 1 шт.

Злаковый коктейль - 2 ст.л.

Перемешать. Приятного аппетита!

« Стройняшка»

Молотый имбирь – 0,5 ч. л.

Мед -2 ст.л.

Корица -0, 5 ч. л.

Лимон – 1 ломтик

Злаковый коктейль – 3 ст.л.

Кефир или ряженка -200 гр.

Имбирь и мед перемешать, добавляя немного кипяченой воды. Добавить корицу и сок с лимона. Разбавить смесь кефиром или ряженкой со злаковым коктейлем.

Замечательный коктейль для желающих иметь идеальную фигуру!



Рецепт от Юлии Вахниной

Майонез "Пальчики Оближешь!"

В литровую банку

- разбить 3 яйца полностью.
- разрезать дольками половинку зеленого огурца,
- зелень любую, всякую
- 2-3 зубчика чеснока,
- пол ч. ложки соли
- пол ч. ложки сахара
- + выжать пол лимона.

ВСЕ ВЗБИТЬ блендером и сюда же, не останавливая блендер, вливать небольшими порциями 0,5 л раст масла.

Добавить в него 3 ст.л. любого FitCocktail. Коктейль здесь действует, как загуститель.

Получается густой очень вкусный майонез. ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



РЕЦЕПТЫ от НАДЕЖДЫ ТАНАЕВОЙ



Банановые роллы без выпечки.

Ингредиенты:

Еще одна вкуснятина.

Банановые роллы (без выпечки)

Лимонный сок — 1 ч. л.

Курага — 200 г

Подсолнечные семечки — 100 г

Овсяные хлопья — 3ст. л.

Фитоккоктейль- 2 ст. л.

Банан — 1 шт.

Приготовление:

1. Курагу промыть. Выложить на бумажное полотенце и хорошо обсушить.
2. Семечки прокалить на сковороде, но можно и не делать этого.
3. В чашу блендера выложить семечки, овсяные хлопья, фитоккоктейль, курагу. Добавить лимонный сок и все пробить до однородной массы.
4. Массу раскатать ровным пластом через пищевую пленку.
5. На край пласта выложить банан.
6. С помощью пищевой пленки скатать ролл, уплотняя его руками.
7. Готовый ролл завернуть в фольгу и отправить в морозильную камеру на 3 часа.
8. Перед подачей ролл разрезать на ровные кусочки.



Абрикосовый пирог:

КУСОЧКИ СОЛНЕЧНОГО ОЧАРОВАНИЯ В ТЕСТЕ.

Вы никогда не замечали, какой у абрикоса теплый цвет? Желтый, почти прозрачный, или наоборот насыщенный с розовым отливом, или яркими красными вкраплениями. Этот фрукт настолько же вкусен, как красив. Выпечка с его участием просто божественна. Простой рецепт пирога из абрикосов.

Ингредиенты

- 200 г муки
- 3-4 ложки фитококтейля
- 1 чайная ложка разрыхлителя
- Щепотка соли
- 110 г сливочного масла
- 100 г сахара + столовая ложка для посыпания
- 50 г меда
- 120 г сметаны
- 4-5 абрикосов
- Щепотка ванили

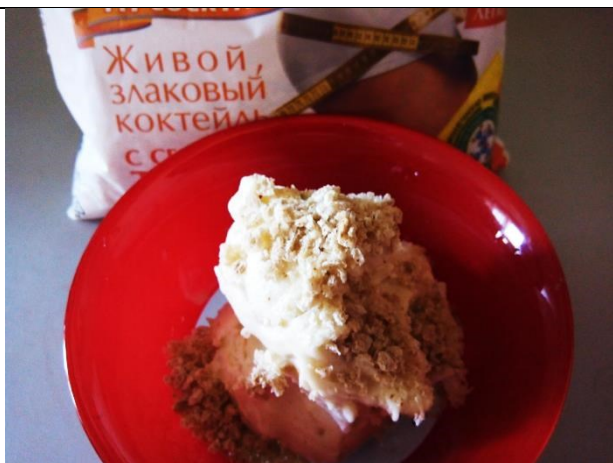
Приготовление

1. Разогреваем духовку до 190 градусов.
2. В кухонном комбайне смешиваем сливочное масло, сахар и мед 2-3 минуты.
3. Добавляем сметану, ваниль. Мешаем в комбайне еще примерно 2 минуты.
4. Затем кладем муку, фитококтейль, разрыхлитель и соль. Смешиваем все компоненты до однородной консистенции.
5. Разделяем абрикосы на половинки, извлекаем косточки. Режем половинки на 3-4 части. Все зависит от размера плода.
6. Застилаем емкость для выпечки бумагой для выпекания. Выливаем в емкость тесто. Разравниваем тесто лопаткой. Выкладываем сверху абрикосы. Слегка притапливаем их пальцем.
- Посыпаем сахаром и отправляем в духовку на 30-40 минут.
7. Остужаем и едим!



ДЕСЕРТЫ ИЗ НАШИХ ЛЮБИМЫХ КОКТЕЙЛЕЙ.

Это блинчики с начинкой из банана с коктейлем, с шоколадной крошкой и сверху чуток пудры и второй снежок с коктейлем и кусочками свежего яблока и чуток шоколадной крошки вкусно, так что чуть тарелку не слопала дети в восторге))) начинка, тоже смотря сколько блинчиков у меня ушло 2 банана и коктейля 2 ложки семейного. Перетерла все потом намазывала этой массой блин и заворачивала в трубочку. потом сверху чуток посыпала сахарной пудрой и шоколадку на терку потеряла и крошкой присыпала.



Магазинное мороженое само по себе не очень полезно для здоровья, а если точнее совсем не полезно. Попробуйте сделать **домашнее мороженое** всего из одного ингредиента. Берете банан, очищаете, нарежете кружочками и в морозилку. Когда замерзнет, вынимаете, чуть-чуть пусть постоит, чтобы блендер смог его покрошить, взбиваем в блендере. Раскладываем по креманкам и посыпаем фитококтейлем. Нужно делать именно в такой последовательности, иначе не получится. Вы удивитесь, насколько получится вкусно.



Котлеты с фитококтейлем.

Приготовьте как обычно фарш (кто любит, может сделать мясной, веганы могут свой фарш из овощей), только вместо размягченного хлеба, положите немного фитококтейля. Понимаю, что коктейль не желательно разогревать, но это все лучше белого, дрожжевого хлеба. Панировать можно тоже в нем. Посмотрите, какие пышные котлеты получаются, а вкусные, сочные...



ЗЕЛЕНЫЙ Салат красоты

(желательно натошак): нашинковать капусту, помять с солью; огурчик нарезать помельче, зеленый луч, укропчику, петрушки, 1 варёное яйцо или вареного мяса, 1 столовая ложка оливного масла, майонез (Слобода оказался натуральным), 2 столовые ложки коктейля. Приятного аппетита!

Злаки и продукты из них занимают основное место в пищевой пирамиде здорового питания.

С ними наш организм получает значительную часть углеводов и растительного белка, а также минеральные вещества и аминокислоты.

Но ценим мы злаки не только как поставщиков питательных и энергетических веществ — основное достоинство злаков — наличие клетчатки и пищевых волокон, помогающих очищать организм от шлаков и токсинов.

В составе злакового коктейля **Fit Cocktail** объединились источники полезных фито компонентов и сложных углеводов (злаки). Фито компоненты являются живыми источниками здоровья, усваиваются в кратчайшие сроки. Сложные же углеводы усваиваются медленнее, но и их энергии хватает на более продолжительное время.



✓ Дети с 3-х лет и школьники.

Объединение фито компонентов и злаков в одном коктейле обеспечивает организму быстрое насыщение и сохраняет чувство сытости продолжительное время. А так же его применение способствует очищению, восстановлению и укреплению организма. Коктейль подходит для детского завтрака — он позволяет быстро подзарядиться и дает энергию, которой так много потребляется организмом школьника в утренние часы, во время учебных занятий.

Сегодняшние школьные программы настолько интенсивны, что детям остается очень мало времени и для отдыха, и для полдников. **Fit Cocktail** также с легкостью решает проблемы перекуса между основными приемами пищи. Достаточно развести 2 ст. л. коктейля в питьевом йогурте, и положить его в школьную сумку. Ребенок с удовольствием выпьет его между переменами, а вы, как родители, будите спокойны не только за сытость, а так же за его здоровье.

Практика показала, что дети, которые ежедневно применяют **Fit Cocktail**, не имеют простудных и вирусных заболеваний, не страдают заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Имеют здоровую печень, у таких детей нет признаков анемии. Они хорошо учатся, так как организм постоянно получает суточную норму макро, микро- элементов и витаминов. А так же проходит ежедневную очистку, коктейль производит противопаразитарный эффект.



Детям, которые активно занимаются спортом, перекусы продуктами богатыми углеводами просто необходимы. И тут **Fit Cocktail** придет им на помощь — за счет сложных углеводов злаковых культур он позволяет достаточно длительное время поддерживать стабильный уровень сахара в крови ребенка и правильный обмен веществ, а это залог отличного самочувствия и отменного здоровья.

✓ Беременность и период лактации

Содержание цельных злаков и фито компонентов в **Fit Cocktail**, способствуют здоровому развитию плода, а так же он очень полезен в период лактации.

Злаки - (цельная пшеница, овес, кукуруза, гречка) богаты такими элементами как железо, селен и магний. Кроме того, они являются источником витаминов В, то есть В1, В2, фолиевой кислотой и никотиновой кислоты, которые требуются для формирования практически всех тканей растущего плода.

Эти продукты дают энергию для роста ребенка и участвуют в развитии плаценты. Во время беременности рекомендуется ежедневно съедать не меньше 28 грамм клетчатки, это помогает предотвратить запоры и геморрой. В составе коктейля присутствуют именно цельные злаки, они гораздо полезнее, так содержат больше клетчатки, витаминов и питательных веществ.

Топинамбур - очень богат инулином. Качество питания во время беременности и в период лактации нуждается в особенно тщательном контроле. Использование топинамбура, содержащего богатый витаминно - минеральный комплекс помогает решить эту задачу. Топинамбур богат магнием, который является важнейшим внутриклеточным катионом. Он участвует более чем в трехстах ферментативных реакциях, регулирующих клеточный гомеостаз, и играет определенную роль в процессе нервно – мышечного возбуждения.

В связи с тем, что во время беременности резко возрастает потребность в магии, употребление коктейля с топинамбуром уменьшает риск выкидышей и преждевременных родов, а так же гипотрофию плода. При вскармливании грудным молоком с пониженным содержанием магния у детей нарушается функция паращитовидных желез и развивается рахит. Поэтому регулярный прием **Fit Cocktail** во время беременности и в период лактации сохранит здоровье матери и ребенку.

Тыквенные семечки – обогащены витаминами Е и В, кальцием, селеном, массой других элементов, которые благотворно влияют на иммунитет, ЖКТ, печень, сердечно –сосудистую систему, помогают оздоровить кожу. Все это особенно важно в период беременности. Поэтому врачи – гинекологи настоятельно рекомендуют ежедневно съедать около 50 гр. тыквенных семян.

Важно!

Выпивая один раз в день коктейль с отрубями (овсяными или пшеничными) вы не только дадите организму все полезные вещества, а так же сохраните идеальную фигуру! Так как отруби поглощают в себя все жиры и калории, вы сможете не ограничивать себя в еде.

Всем женщинам хочется стать матерью, иметь здорового малыша, но при этом сохранить красоту и стройность тела - с Fit Cocktail это возможно!



Результаты применения FIT СОСКТАЙЛ.

<https://clck.ru/9aerU>

<https://youtu.be/JUP1Dfla7P8>



ТАТЬЯНА КОЛЬНИЧЕНКО Краснодар :

Добрый день!



Хочу обратить ваше внимание у кого **САХАРНЫЙ ДИАБЕТ** У моего мужа инсулинозависимый диабет. Принимаем продукцию 2 недели. Уже на первой неделе увидели результат, уровень сахара в крови был 11 -13 стал 7,8 -6,5. И вот вчера: так как инсулин он по прежнему применял, у него упал уровень сахара до 2,7, очень плохо себя почувствовал, (сразу съел ложечку меда. покушал, выпил горячий чай) померил уровень сахара - 6,5 Что хотелось бы сказать, продукт работает и приносит очень быстрые результаты, выводы мы сделаем сами, а всем хочу посоветовать. так как заболевание не простое.

будьте к себе внимательны. С уважением Татьяна.

ГАРЕЙШИНА ЛЮДМИЛА, Уссурийск

Отличный результат по **сахарному диабету**, я инсулинозависимая уровень сахара 10 , за 2 недели сахар снизился до 4 , отказалась от уколов , принимаю коктейль "Семейный".

ИРИНА ЖДАНОВА Тольятти:

месяц употребления продукта прошли боли в желудке, кишечник заработал отлично , снизился вес на 4 кг, ушли отеки, прошли боли в суставах. Вообще смотрю на себя в зеркало и вижу, что помолодела!

ТАТЬЯНА:

Коллеги, а коктейль правда действует особенно объемы падают и самочувствие улучшилось и настроение вообще супер. Еще болели косточки, долго болели, что я только не пила, а через неделю после приема коктейля я забыла о боли, даже не вспоминала что болели ! Вот где чудо!



ЛЮДМИЛА , Москва :

Продукт отличный! Я гипертоник, всего за месяц нормализовалось давление, кишечник заработал отлично!

НИНА БАКАЛКИНА, Тольятти :

Здравствуйте! Продукт употребляю всего 2 дня, даже и не думала, что за такой короткий срок увижу результат, а он есть, у меня проблемы с кишечником (запоры), уже на второй день кишечник заработал!

НАТАЛЬЯ КОТЕЛЬНИКОВА , Саратовская обл.

С нашим продуктом - молодеем, стройнеем, энергетически становимся сильнее !!! Энергии действительно прибавилось! Живу в деревне, работа, огород, живность разная, подъем в 5 утра, в дом захожу уже почти 11 вечера. Сама удивляюсь - даже днём не отдыхаю, и не хочется. А ещё прошёл шум в ушах - к врачам не обращалась, чтобы узнать причину, но думаю что это было из-за повышенного давления.

ТАТЬЯНА К. Ростовская обл.

Коктейль принимаю месяц.

Прошли головные боли, которые мучили на протяжении многих лет (мигрень, ВСД), самочувствие намного улучшилось - длительную авто поездку (1500 км) перенесла прекрасно, раньше после такой поездки

отходила сутки, еще отличный результат- с помощью одной порции коктейля на кефире у родственника прошел похмельный синдром.



Наталья :

Не могу промолчать - **псориаз исчез!** Страдала 8 лет Люди , обратите внимание на этот коктейль , похоже это панацея от многих недугов ! Клетка наелась , организм со всем справляется !

Если учесть, что я испробовала для лечения все , что назначали врачи..... то зря , оказывается , нагружала почки и разбавляла кровь ! Верьте продукту! Спасибо нашим кормильцам из казахстана !

ГАЛИНА КАЗАКОВА , Людиново :

Хочу поделиться своими результатами.

Продукт начала принимать спустя 4 недели после операции по эндопротезированию тазобедренного сустава

на второй ноге (эндопротезирование первой ноги было 2 года назад, есть с чем сравнивать).

Операционная рана долго кровоточила. После 1 недели приёма продукта рана перестала мокнуть, спало покраснение вокруг неё. С каждым днём наблюдалось улучшение подвижности сустава, лёгкость движения всего корпуса тела.

После 4 недель приёма продукта передвигаюсь по дому без костылей и трости, это 1,5 месяца после операции. (На улице ещё с тростью. В первом случае, с тростью ходила до 3,5 месяцев). Появилась какая то положительная энергетика, скинула около 4 кг., окрепли ногти.

Продукт принимаю 3 раза в день в сухом виде по 3 ложки не раньше чем за 1 час до обычного приёма пищи. (1 день – "Фитнес", 2 день – "С пшеничными отрубями", 3 день – "С овсяными отрубями и пробиотиком", 4 день – "Очищающий", 5 день – "Семейный", 6 день – "С семенами льна и расторопшей", 7 день – "С семенами тыквы и пробиотиком") запивая простой водой комнатной температуры.

Буду дальше наблюдать за своим состоянием..

НАТАЛЬЯ [31 августа 2015 г.]: Замечательно !!!!! Жизнь изменяется в лучшую сторону. Проблемы потихоньку уходят ! Первым ушел псориаз . клетка наелась и начала убирать кожную проблему первой. Вот уже прошло 2 месяца и уже почти не вспоминаю о тех кошмарных 10 годах. Думаю, печень почистилась. Причем продукт принимала хаотично. Нет нигде четкого распределения продукта. И то помогло. Теперь очень хочу похудеть..... пока не получается ! Пришлите совет, как делать правильно ! Мой скайп - iskren2014

ЛИНА ТЯМИНА , Подмоскowie

Пошли результаты. Дочь в восторге, ест на завтрак и вместо ужина по 3 л., за 3 дня приема уже на 1кг **похудела**, хотя у нее нет избыточного веса , уговорила принимать свекровь, у той вес 127кг..У детишек лучше стали "работать" животики. У меня, у мамы и еще у одной было конкретное очищение, чувствую прилив сил. Это так радует!

ТАТЬЯНА ТРАЧКАР. Уважаемые коллеги! Хочу поделиться собственными результатами. У меня всегда был **пониженный гемоглобин**. Был в пределах 80, но самый высокий 99, когда я месяцами пила железосодержащие препараты. Каково же было удивление моего терапевта, когда после 1 месяца употребления нашего коктейля я сделала контрольные анализы и гемоглобин стал 117. При этом я не пила никаких таблеток. Я В ВОСТОРГЕ! При этом и биохимические показатели крови все в норме. СПАСИБО БОЛЬШОЕ ВСЕМ, КТО принимает участие в производстве и распространении этого замечательного продукта!!!!

ОЛЬГА КРАВЕЦ, Владивосток :

у меня дочь работает шофером такси, так каждый день приходила домой с отеками ногами. У нее после

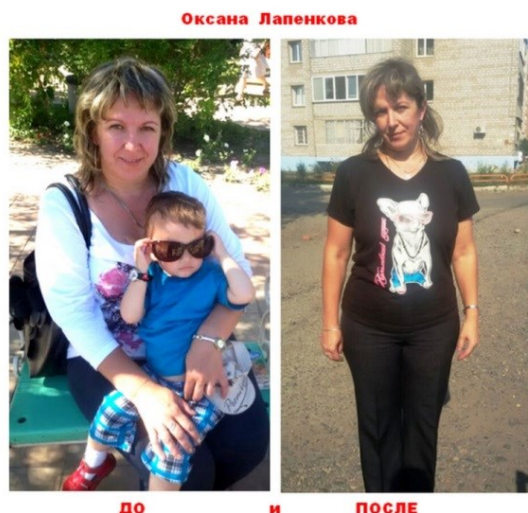


сильного стресса вес увеличился до 120 кг. А после того, как она 2 недели ела наши коктейли, вес снизился до 112 (минус ВОСЕМЬ!!! кг.) и ноги стали отекают намного меньше!!! Прекрасный продукт!!!

ОКСАНА ЛАПЕНКОВА

Моему малышу 2 года. Коктейль брала для него. Так как посещая дет.сад он часто болел.Здня ходим -2 недели дома. кушаем каши 2 месяца дет.сад не пропускаем. Стал набирать в весе. Детишкам надо в тёплом молоке разводить. Я начинала с чайной ложки. сейчас сын съедает и 2 ст.л. он сам просит добавки, хотя каши вообще ни какие не ел, понимает, что полезно! А я потеряла за это время 14 кг. Просто замечательно, что есть такой продукт. Утром и вечером по 3 ст. ложки любого коктейля. Утром с кефиром, вечером с салатом. Пить воду 30 мл на 1 кг веса.

Исключить: булки, картофель, сливочное масло, сладости, соленое. Это мои фото - до и после. Люди, встречая меня, такую новую, сами начинают расспрашивать. Как говорит моя подружка - ходячая реклама.



Оксана Лапенкова
до и после

Маша Кобелева г. Зеленоград



июнь 2015 г.

сентябрь 2015г.

МАРИЯ КОБЕЛЕВА г. Зеленоград

Значит так: три месяца назад начала с **ОЧИЩАЮЩЕГО**, утром и вечером, а в днем добавляю в еду **СЕМЕЙНЫЙ**, в салат или в суп. После **ОЧИЩАЮЩЕГО** взяла с **ТЫКВОЙ** и в промежутках **СЕМЕЙНЫЙ** добавляла в всякую еду. Потом начала есть **ФИТНЕС** а в промежутках в еду добавляю везде **СЕМЕЙНЫЙ**, так как и дети едят тоже. И обязательно еще с **СЕМЕНАМИ ЛЬНА** и **РАСТОРОПШЕЙ**. В сейчас ем **ФИТНЕС** утром и вечером, а днем семейный. Доем **ФИТНЕС** опять начну с **СЕМЕНАМИ ЛЬНА** и **РАСТОРОПШЕЙ** и пью воду обязательно. Просто в воду еще добавляю пару кусочков льда. а можно вообще талую пить воду- полезнее будет. Приятного всем аппетита и больших успехов.

ТАМАРА ГРИЦАЙ. 23.06.2015

"Монастырская диета"- для тех, кто хочет 15-20 кг скинуть...

Надо первую и последнюю недели месяца кушать только наши фиткоктейли-5 раз в день, но перед их приемом выпивать стакан воды (чтобы обмануть желудок, что он полный) и в перерывах пить побольше воды.. Кстати я раньше не могла больше 1-1,5 литра пить воды, а как начала пить наши фито коктейли - жажда мучает, вода сама просится...

короче теперь 3 литра и больше пью...

Далее.. про диету..

В середине у нас (между диетными неделями) есть 2 недели.. так вот там надо каждый день утром и за 2 часа до сна пить коктейли, также перед их приемом по 1 стакану воды..

Обед умеренный и главное ужин легкий и до 18.00 часов и также пить побольше воды..

Результаты потрясающие, нокто сильно хочет попрощаться с лишними кг., тому все таки надо взять себя в руки..

Но как Вы себя будете чувствовать после этого месяца!!!! Летать как птица!!!!

Дорогие женщины и мужчины тоже, желаю всем быть здоровыми и стройными, ну и конечно быть богатыми и не только духовно...

В общем желаю всем партнерам-

ВЕЧНО БЕРЕМЕННОГО КОШЕЛЬКА!!!!

МАРИЯ КОБЕЛЕВА: [04.09.2015] **Партнеры, у кого есть информация, как давать детям, какие коктейли, и в каком количестве?**

ЕЛЕНА ЮЖАКОВА:

Детям: 2 ч. л. коктейля утром (при необходимости или в идеале) и вечером

Рекомендуемые коктейли: ЛЮБЫЕ! Они все - семейные. Нет ограничений по возрасту. Рекомендуют с 3-х лет, но принимают на деле и с 3-х месяцев. Ведь это - ЕДА, а не лекарство. Состав посмотрите! Еда, которая действует, как лекарство, лечит и поправляет самочувствие.

Мария Кобелева: думаю «Очищающие наверно нельзя давать? Ребенку 1 год и 10 месяцев.

Ольга Такачакова: Сахновская Светлана говорила, что своего ребёнка кормила с 3 месяцев, пропустив через блендер.

Евфалия Завьялова: Девочки! Давайте только семейные, они самые щадящие.

***Мария Кобелева:** ну, значит все правильно давала)))) спасибо!

В кашку подсыпала по чайной ложечке

Елена Южакова: Вот Вы умница! А то многие взрослые о себе только думают, а про любимых деток забывают (я про наш чудесный коктейль), В моей личной жизни он мне так помог и помогает, и подруга уже в восторге - обещала написать отзыв в чат. Она тоже в компании. Такие счастливые детки, что есть такой продукт! (у) :) **по поводу дискуссии про детей.** Девочки, это же не лекарственные препараты с побочными эффектами, это - ЖИВЫЕ ЗЛАКОВЫЕ КОКТЕЙЛИ. Вы ведь когда даете 1,5 годовалому ребенку еду, не думаете о том, сколько ему можно съесть. Кормите, пока он не насытится. Ну, дайте 1 ложку и 1 раз в день ЛЮБОГО КОКТЕЙЛЯ и БУДЬТЕ УВЕРЕННЫ, ЧТО ЭТО ПОЙДЕТ ЕМУ ТОЛЬКО НА ПОЛЬЗУ.

АННА :

Я кормящая мама, за 2 недели приема коктейлей, снизился вес на 1 кг и увеличилась лактация молока!



ОЛЕСЯ ДЕБЕРДИЕВА:

Девочки подскажите для снижения веса что взять и для щитовидки.

Маргарита Серенко: Взять коктейль **Очищающий** и пить его очень хорошо на убывающей луне, сейчас как раз благоприятно. Очень хорош коктейль **Семейный**:

Способствует похудению, Оздоровлению иммунной системы.

Коктейль **с пшеничными отрубями**: регулирует работу

жкт нервной системы,, щитовидной железы, Снижает риск онкологии и Др.

ЛЮЦИЯ ФАХРУТДИНОВА:

Поделюсь своим результатом. Я начала с " Семейного " фито коктейля, другого, просто, не было на складе. Вместо 2 столовых ложек, я съела в первый день, гораздо больше. Очень вкусно, рука сама за очередной порцией тянулась. Пробовала и с соком, и кисломолочными продуктами и с салатом. Проснулся аппетит и я ела все без ограничений. Единственный момент, мясо мы практически не едим, уже много лет. Стала больше спать, обычный сон у меня, около 4 часов, а сейчас 6 часов. Давление почти пришло в норму. Через шесть дней приема, пришлось делать новую дырочку в ремешке для платья! Минус 2, 5 см в объеме и 2, 5 кг веса за 6 дней! Это без всяких диет и ограничений! Сейчас я утром съедаю 2 столовые ложки фито коктейля и запиваю водой. Вес больше не падает, он для меня в возрастных нормах, а объёмы уходят.

У моего первого консультанта тоже очень хорошие результаты.

За месяц - минус 7 кг. Тот же " Семейный" фито коктейль по одной ложке утром и вечером с водой.

Спасибо Светлане Сахновской за замечательный продукт! Нашим Челябинским консультантам отдельная благодарность- Вале Анисковой, Рамиле и Юлечке Вахниной! Девочки! Спасибо, за то, что я с вами!



ПРОСТО ЗАИРА: Здравствуйте всем! Вчера решила поэкспериментировать с коктейлем на своём лице, и что вы думаете, результат превзошёл все мои ожидания, я просто в восторге от этого продукта... Правда я добавила туда пол чайной ложки мёда... Просто СУПЕРРРРР. буду маски делать три раза в неделю, я думаю этого хватит, гиалуронка отдыхает....

НАТАЛЬЯ САЛКО , Демидов

Добрый день всем партнёрам! Хочу поделиться своими успехами с вами. Пью коктейль 2 недели. Уже на 2-ой день ушли тёмные круги под глазами. Стала выполнять домашнюю работу быстрее. Примерно через неделю появился сильный зуд на венах, особенно в ногах. Было ощущение, что там внутри песок. А ещё через 2 дня заболели и вены и артерии. Боль такая целый день и ночами спать не могла 3 дня. Дело в том, что в 2011г я перенесла **тяжёлый инсульт**, с потерей речи, реанимация, после выписки из больницы почти не ходила. Выписали помимо основных лекарств, ещё и таблетки от тахикардии пожизненно. Долгих 3 года восстановления, при этом в 2012 г ещё 2 инсульта. Поэтому пить наш продукт я не бросила, а добавила ещё в обед с супом. Сегодня могу сказать, что мне намного лучше-нет головокружений, а от таблеток от тахикардии пока отказалась. Только если погода плохая или ветер сильный. Боль в венах ещё есть, но только, там где было парализовано.

Месяц назад лежала на контрольных капельницах в неврологии по 3 часа. Произошёл сбой поджелудочной - сахар поднялся до 26!!! Меня сразу отправили в областную, посадили на инсулин. Я ждала продукт, приехала домой и бандероль пришла дня через 3, начала пить и сегодня ходила в поликлинику - мой сахар 4.5, 4.8, 5.9. Врач очень удивился, сказал, чтоб пришла через 2 недели, и ещё назначил анализы.

У меня дочь когда увидела, что я обуваю босоножки и стою на одной ноге, даже заплакала. Всем желаю здоровья и счастья, мира в доме.

МИХАЛЕВА МАРИНА. Москва:

Всем, добрый вечер! У меня мама **после второго инсульта** с гематомой и кровоизлиянием в мозг. Пьем фитнес коктейль. Мама уже садится на кровать и при том, что врач сказал, что мы в лучшем случае, что сможем добиться, это поднимать маму вертикально, и то не сразу. Мы выписались 16 июля, а сегодня 28 июля,- мы уже сидим. Пьем только 5 дней и уже результат.

ВЕРА НИМАЕВА Улан-Удэ, Россия skype: verradna

Добрый вечер! И я тоже хочу поделиться своим результатом.

Я активный донор вот уже 5 лет. За последние 6 мес. гемоглобин упал до 106-107.

Было 2 отвода, в мае и конце июля. Таблеток с железом не пила, в августе взяла 3 пачки коктейля, начала с пшеничного, хватило на месяц. И вот пришло время сдачи крови, в регистратуре сказали, прошло мало времени, но раз пришли, посмотрим анализы. Естественно врач увидев результат удивилась. гемоглобин пришел в норму 122.

УРААА!!! Я снова в строю!!! В строю доноров!!!

Всем желаю здоровья и отличных результатов!!!

ТАТЬЯНА БУЛЯЙКИНА. Междуреченск

Добрый вечер !!! Хочу поделиться результатом моей дочери. Сейчас она на девятом месяце беременности.

Оля лежала в мае в больнице. С диагнозом .тромбофлебит. Её направляют рожать в г. Новокузнецк в Пер...-й центр. Из-за диагноза. Так вот она делала УЗИ ...у неё под коленкой были тромбы. И вены ,как гроздь винограда.Взяла ей коктейль.....говорю, чтобы вес сильно не набирать. Так как она полноватая. Рожать тяжело полной. Коктейль " Семейный" .Вес набирала по 300 грамм в месяц. Врач очень её хвалит в этом. Но это не всё ... её направили на УЗИ на тромбы. Так как в четверг ехать на приём в Новокузнецк . И врач ,и мы в шоке. Нет этого тромба. Просто нет. Мне Оля говорит, что ей стало легче сгибать колено. Я предполагала ,что вес не набирается. Вот такой у нас колоссальный результат.

МЕНЯЙ ЖИЗНЬ ВМЕСТЕ С НАМИ!

Компания TopLife - новинка на российском рынке!!!

- Впервые в МЛМ сошлось все : достойный продукт, который дает отличные результаты за короткий срок, доступная цена, высокодоходный маркетинг, карьера не требующая подтверждений.

TopLife - покоряет МИР!

Не упusti свой шанс - будь первым!!!!



Получите больше информации на наших ПОСТОЯННЫХ **ВЕБИНАРАХ.**

РАСПИСАНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ НА НЕДЕЛЮ:

(может меняться)

Понедельник в 19-00 Презентация - Премиум группа - Автопрограмма.

Вторник в 13-00 Презентация TopLife

Среда в 19-00 Денис Трефилов

Четверг в 19-00 Презентация TopLife

Пятница в 13-00 Презентация - Премиум группа - Автопрограмма.

Вход по ссылке: <http://login.meetchap.com/conference,32778324>

Послушай записи презентаций и вебинаров компании TopLife



Президент компании TopLife о продукции и о маркетинге

<https://youtu.be/rdto0YSg78M>



Fit Cocktail - все самое полезное в одной ложке!

<https://www.youtube.com/watch?v=YxrZR2atxso>



Презентация TopLife г Челябинск

<https://www.youtube.com/watch?v=fmD1YisMme0>



TopLife Школа здоровья или почему не работают диеты

http://youtu.be/JU3D_8TKizE



Презентация продукта компании TopLife для глухих и слабослышащих.

<http://www.youtube.com/watch?v=80zrQPUpGk>

С линейкой продуктов компании TopLife люди по всему миру не только сохраняют отличное состояние здоровья, но и получают неиссякаемый источник дохода

Если Вам не безразлично Ваше ЗДОРОВЬЕ,
то, эта информация для Вас!
Природный продукт даёт прекрасные результаты!
Продукция Российская, результаты отличные и деньги достойные.

**По всем вопросам СОТРУДНИЧЕСТВА и
ПОКУПКИ продукта связывайтесь по контактам:**





+7 (____) _____



г. _____

