

# Herbalife

HR IZDANJE 156

Inspire

## Vaše odluke o wellnesu počinju SADA!

Sezona praznika često znači da ste okruženi hranom i pićem koje nas dovodi u iskušenje i koje biste inače izbjegavali: slatkiši, čokolada, kolači i alkoholna pića. Mislite li da je to vrijeme kada se čovjek treba raspustiti i zaboraviti na optimalnu prehranu? Ako je tako, može vam se desiti da vrlo brzo primijetite gubitak energije i dodatnu težinu koja će vas dodatno opteretiti! A to nije dobro za vaše dobrostanje.

Uživajte u sezoni zabava, ali uživajte i u vašem dobrostanju!

Ovdje pročitajte kako će vam zdrava, raznolika prehrana – uz pomoć proizvoda Herbalife® – pomoći kroz praznično vrijeme i pomoći vam da se osjećate fenomenalno!



# Herbalife priskače u pomoć

Optimalna prehrana nadopunjena potrebnim dodacima prehrani opskrbit će vas čvrstim osnovama i esencijalnim nutrijentima koje vaše tijelo treba svakoga dana. Ako si tu i tamo priuštite neku poslasticu, to neće uništiti ovu zdravu osnovu koju ste izgradili, ali čim pretjerate, vaše će vam tijelo to jasno dati do znanja! Previše soli, zasićenih masti, šećera i umjetnih konzervansa mogu značiti katastrofu za vaš organizam i od njih se možete osjećati tromo i trpjeti dugoročne negativne posljedice.

Osim toga, nisu dobri ni za vašu tjelesnu težinu! Imate li prekomjernu težinu, biti ćete usporeni i vaš organizam će biti izložen stresu. Nastojte kontrolirati svoju težinu uzimanjem uravnotežene i raznolike hrane koja ne sadrži previše soli, šećera ili zasićenih masti. Svoju uravnoteženu prehranu možete nadopuniti i proizvodima Herbalife®, kako biste bili sigurni da ste svom organizmu dali sve nutrijente koji su mu svakodnevno potrebni za dobro funkcioniranje.

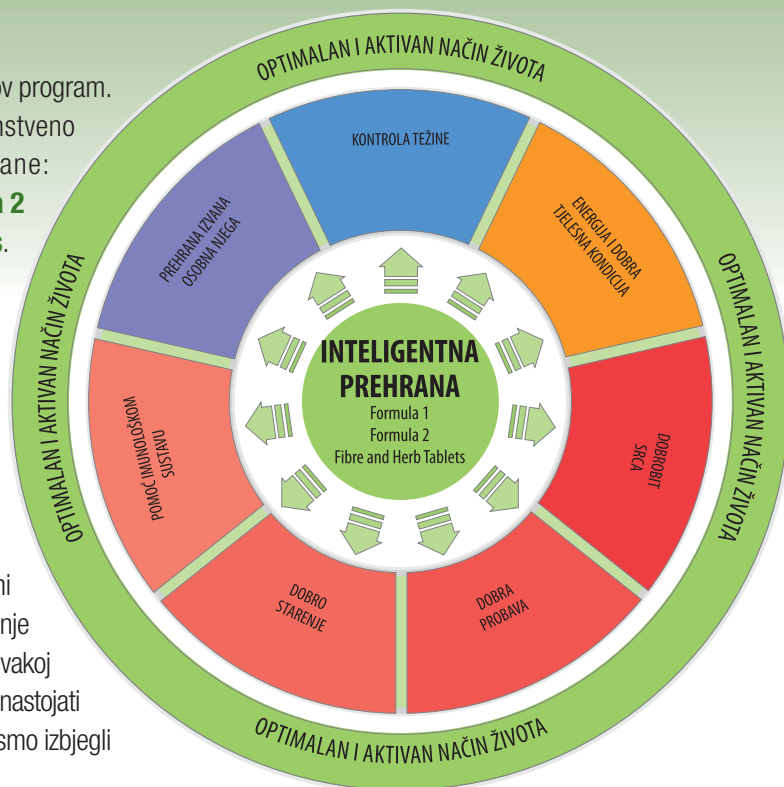
## Osnovna prehrana

Koncepcija Osnovne prehrane je jedinstveni Herbalifeov program. Kotač Osnovne prehrane prikazuje da su naši znanstveno razvijene osnovni proizvodi temelj dobre prehrane:

**Herbalife shake od Formule 1, Herbalife Formula 2 Multivitaminski kompleks i Fibre and Herb Tablets.**

Ti proizvodi pomažu održavanju optimalnog wellnessa kada se koriste zajedno s uravnoteženom, optimalnom i raznolikom prehranom i aktivnim načinom života.

Herbalife shake od Formule 1 koristite zajedno s Herbalife Formula 2 Multivitaminskim kompleksom i dodatkom prehrani Fibre and Herb Tablets, kako biste ispunili 100% dnevne preporučene količine (RDA) ključnih vitamina i minerala. RDA je smjernica za dnevni unos nutrijenata koji se smatra dostatnim za zadovoljavanje potreba gotovo svih zdravih pojedinaca (njih 97-98%) u svakoj životnoj dobi i spolnoj skupini. Svakodnevno bismo trebali nastojati unijeti preporučenu dnevnu količinu nutrijenata, kako bismo izbjegli negativne posljedice nedostatka tih hranjivih tvari.



## Protein soje

Protein soje poznat je zbog blagodatni za zdravlje. Može vam pomoći da se dulje osjećate sitima, ako se koristi uz režim vježbanja može vam pomoći u razvijanju nemasne mišićne mase, a može i pomoći u održavanju zdrave razine kolesterola ako se koristi u okviru prehrane siromašne zasićenim mastima.

## Kontrola težine

Već imate višak težine i čini vam se da ga se ne možete riješiti? Herbalife nudi učinkovit program kontrole težine. Nemojte čekati do Nove godine da biste donijeli odluku o promjeni – Herbalife vam može pomoći u pozitivnoj promjeni već sada! Jednostavno dva obroka dnevno nadomjestite ukusnim shakeom od Herbalife Formule 1 i uživajte u jednom optimalnom, uravnoteženom obroku dnevno – i brzo ćete osjetiti razliku! Pripremite se za sezonu zabava tako što ćete kontrolirati svoju tjelesnu težinu.

Ostanite aktivni – uživajte u dugim šetnjama, plivanju, vrtlarstvu ili plesu na zabavama – vježbanje i tjelesna aktivnost imaju

važnu ulogu u optimalnom, aktivnom načinu života i mogu vam pomoći u kontroli težine. Kretanje i vježbanje bi trebali i dugoročno ostati dijelom vašeg života. Osim toga, vježbanje vas ispunjava životnošću i energijom!

Kada jednom postignete optimalnu težinu, počastite se za nagradu ponekim novim komadom odjeće ili se nagradite pokojom poslasticom na zabavi – no to smatrajte nagradom i pazite na veličinu porcije!

## Optimalna prehrana

Kada jednom postignete optimalnu težinu, trebate je održavati optimalnom prehranom – uz pomoć dodataka prehrani – i aktivnim načinom života. Pokušajte jedan obrok dnevno zamijeniti Herbalife shakeom od Formule 1, pojedite dva zdrava, uravnotežena obroka, te uz to uvedite fizičku aktivnost i koristite dodatke prehrani ako je potrebno. Herbalife shake od Formule 1 je optimalan obrok u čaši – obrok koji se brzo i jednostavno spravlja, a za koji znate da će vašem tijelu činiti dobro!

Tijekom prazničnih dana započinite dan sa shakeom od Formule 1 kako biste se lakše prihvatili posla i ostvarili sve što ste namjeravali! Naši shakeovi su odličan doručak i vaše tijelo opskrbljuju svim ključnim vitaminima i mineralima, kao i proteinom soje – a sve to uz manje od 220 kalorija.



## Prilagodite svoj program svojim specifičnim potrebama

Izvan središnjeg dijela Kotača Osnovne prehrane nalaze se linije proizvoda **Ciljane prehrane**. Te su linije proizvoda osmišljene za rješavanje posebnih potreba. Zamolite svog Herbalife nezavisnog Distributera – koji ima i ulogu vašeg **Osobnog Herbalife asistenta** – da s vama provede **Ocjenu wellnessa**. To će vam pomoći da odredite svoje osobne potrebe wellnessa i odaberete proizvode kojima ćete ih ciljano zadovoljiti. Jednostavno pogledajte raznobojne dijelove kotača i pogledajte koje sve linije proizvoda nudimo, a potom svoj program prilagodite svojim potrebama!



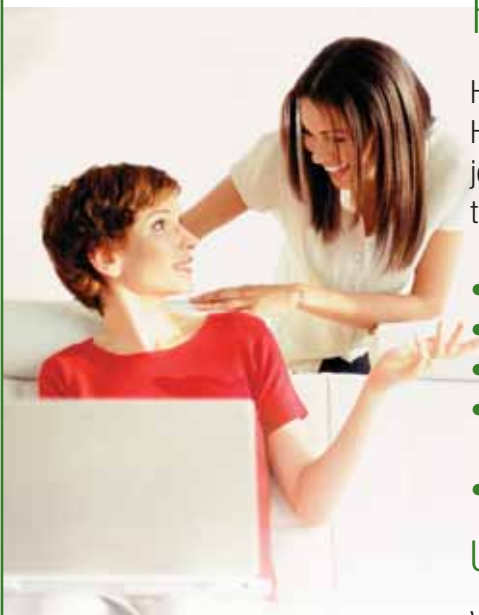
## Podrška – uvijek kada vam je potrebna!

Herbalifeov osobni pristup wellnessu znači da je vaš Osobni Herbalife asistent (vaš Herbalife Distributer) uvijek pri ruci da vam pruži podršku i usmjeri vas kada god je to potrebno. Ma kakvi bili vaši ciljevi wellnessa, vaš Herbalife Distributer će biti tu za vas i:

- Pomoći vam da si postavite realne i dostupne ciljeve wellnessa
- Maksimalno iskoristiti učinkovitost proizvoda Herbalife®
- Naučiti vas kako možete pratiti svoj uspjeh
- Ponuditi vam savjete i dati vam informacije koji vam mogu pomoći da postignete svoje ciljeve
- Nadahnuti vas i motivirati vas da postignete najbolje moguće rezultate

### Uživajte u prazničnim danima; uživajte u dobrostanju!

Već sada počnite provoditi svoje novogodišnje odluke i nećete trebati brinuti o dobrostanju tijekom praznika. Odlučite se za dobrostanje i dozvolite da vam Herbalife pomogne u provođenju te odluke!



# Herbalife® proizvodi Osnovne prehrane

Herbalife® proizvodi Osnovne prehrane doprinose optimalnom wellnessu kada se koriste zajedno s uravnoteženom, optimalnom i raznolikom prehranom i aktivnim načinom života.



## Herbalife Shake od Formule 1

Mješavina za nadomjestak obroka

Svakoga dana širom svijeta ljudi konzumiraju više od milijun shake-ova od Herbalife Formule 1.

Ukusani shake od Herbalife Formule 1 je nutricionistički uravnotežen, praktičan i optimalan obrok u čaši koji se brzo spravlja.

Formulu 1 su osmislili Herbalifeovi stručnjaci za nutricionistiku i prepuna je vitamina i minerala, te sadrži protein soje, ugljikohidrate i optimalna dijetetska vlakna, a sve to uz manje od 220 kalorija po porciji!

Nadomjestite li jedan ili dva obroka dnevno shakeom od Herbalife Formule 1, moći ćete kontrolirati svoj unos kalorija, a zahvaljujući proteinima u shake-u moći ćete se duže osjećati sitima, pa ćete imati manje potrebe za međuobrocima.



## Herbalife Formula 2

Multivitamini kompleks

Herbalife Formula 2 Multivitamini kompleks je dodatak prehrani koji sadrži ključne vitamine i minerala, kao i jedinstvenu mješavinu ljekovitog bilja, te tako nadopunjuje vašu svakodnevnu prehranu. Optimalno ju je koristiti zajedno sa Herbalife Formulom 1 kao dio vašeg programa kontrole težine ili optimalne prehrane.



## Herbalife

Fibre and Herb Tablets

Fibre and Herb Tablets je dodatak prehrani koji potiče prirodnu eliminaciju otpadnih tvari i toksina iz organizma. Koristite ga zajedno s Herbalife Formulom 1 i Formulom 2 Multivitaminikom kompleksom kao dio vašeg programa kontrole težine ili optimalne prehrane.

- Bogat topivim vlaknima, kako bi pomogao pri ubrzanju prirodne eliminacije otpadnih tvari i toksina iz organizma.
- Omogućava optimalnu probavu kada se koristi zajedno sa Herbalife Formulom 1

# Herbalife® proizvodi Ciljane prehrane



Kao nadogradnja na temelj osnovne prehrane, svoj program možete prilagoditi svojim potrebama uz pomoć proizvoda iz naših linija Ciljane prehrane:

**Dobrostanje srca, Dobar imunološki sustav, Dobrostanje muškarca, Dobrostanje žene, Dobra probava, Dobro starenje**

Od svog lokalnog nezavisnog Herbalife Distributera zatražite dodatne informacije o bilo kojem od naših proizvoda ili linija proizvoda.

**Unaprijedite svoj način života s Herbalifeom!**

Vaš plan  
doživotnog  
dobrostanja  
počinje **dan**

Herbalifeov vrhunski spektar znanstveno razvijenih proizvoda za prehranu, kontrolu težine i osobnu njegu dolazi uz osobnu, prijateljsku uslugu. Zatražite Brošuru o proizvodima.



Vaš Nezavisni Herbalife Distributer je:

