

MÜSÜ

FOREER



2019 3



Maža, bet galinga

SUSIPAŽINKITE – FOREVER ALOE VERA SULTYS MAŽOJE PAKUOTĖJE

Geri dalykai nebūtinai turi būti dideli – štai kad ir mūsų puikiosios Forever Aloe vera sultys, kurias jau galite įsigyti ir 330 ml pakuotėse. Dabar šiuo vertingu gėrimu, kurio 99,7 proc. sudaro gryna vidinė alavijų lapų želė, galėsite mėgautis ir namuose ir pasiimti su savimi į netolimą išvyką.



Kaip ir didelėje pakuotėje, sultys 330 ml pakuotėje yra 100 proc. aseptiškai išpilstytos nenaudojant konservantų. Aloe vera sultyse gausu vitamino C, jos padeda išsaugoti gerą virškinimą, skatina maisto medžiagų pasisavinimą ir suteikia energijos.

Šios sultys tokios pat aukščiausios kokybės, kaip ir bendrovės simboliu tapusios Aloe vera sultys didelėje pakuotėje. Forever Aloe vera sultims pirmosioms iš tokios rūšies produktų buvo suteiktas Tarptautinės alavijų mokslo tarybos (TAMT) sertifikatas, patvirtinantis jų grynumą ir veiksmingumą. Forever alavijų derlius nuima-

mas rankomis kompanijai priklausančiose plantacijose. Taipogi rankomis išimama vidinė želė ir apdorojama per keletą valandų nuo derliaus nuėmimo, siekiant užtikrinti, kad jus pasiektų kuo šviežesni alavijai, kokius juos sukūrė gamta.

Forever Aloe vera sulčių 330 ml pakuotė gaminama iš 100 proc. perdirbamų medžiagų ir yra sudaryta iš 6 produktą apsaugančių sluoksnių, kurie leidžia ilgiau išlaikyti sultis šviežias. Maža pakuotė pasižymi tokiomis pat puikiomis savybėmis, kaip ir didelė, tačiau ją patogiau pasiimti su savimi leidžiantis į bet kokią nuotykį. Trys mažos

Aloe vera sulčių pakuotės prilipsta vienai didelei pakuotei, į jas galite įsigyti bloke po 12 vienetų.

Dabar turite dar vieną puikų būdą kasdien mėgautis Forever Aloe vera sultimis. Kiekvienoje pakuotėje išsaugojome gausybę naudingų medžiagų. Tai grynas, vertingas produktas, kurį patogiau pasiimti su savimi.

Išbandykite naujasias Forever Aloe vera sultis 330 ml pakuotėse ir mėgaukitės į sveikatą!

Ekspertai apie alaviją

Alavijas, arba Aloe Vera, yra vienas iš nuostabiausių gamtos kūrinių, vadinamas "stebuklingu augalu". Jis naudojamas tūkstančius metų, ir apie tai yra nemažai dokumentinių įrodymų. Alavijo lapo vidus (želė) susideda iš 99,5 % vandens ir 0,5 % kietųjų frakcijų.

Šias kietas frakcijas sudaro daugiau kaip 200 sudedamųjų dalių. Jos yra atsakingos už daugelį naudingų savybių, kurias teikia šis augalas. Tūkstančių pasaulyje gaminamų produktų sudėtyje alavijo. Alavijas tapo populiariausiu ingredientu, kuriuo įvairios firmos bando atkreipti dėmesį į savo produktus rinkos įvairovėje.

Alavijas teisėtai naudojasi žmonių meile ir dėmesiu, nes jis tikrai veikia ir žmonės jį naudoja žinodami, kad jie gaus norimą rezultatą. Alavijas pasižymi savybėmis, kurios patvirtintos per šimtmečius, jis veikia kaip antibakterinis, priešgrybelinis, priešvirusinis agentas. Alavijas – puikus natūralus drėkiklis, prasiskverbiantis į audinius, skatinantis naujų sveikų ląstelių augimą ... ir daug daugiau.

Apie alaviją rašė tūkstančiai mokslininkų iš įvairių šalių. Atliktų ir vykdomų tyrimų platus spektras yra įrodymas, kad šiam augalui būdingos tikrai unikalios savybės.

Jei norite sužinoti daugiau ką mokslininkai rašo apie alaviją, galite apsilankyti Tarptautinės alavijų mokslo tarybos interneto svetainėje www.iasc.org.

Per šimtmečius sukaupta daug žinių apie naudingąsias alavijo savybes. Tačiau nereikia tikėtis, kad bet koks

produktas su alaviju gali būti jums naudingas. Kad produktas būtų tikrai efektyvus, jame turi būti ne mažiau 15 procentų gryno alavijo.

Svarbiausia alavijo sudedamoji dalis yra polisacharidas acemamanas. Jis turi sudaryti ne mažiau kaip 5 procentus sausos kietosios frakcijos. Mažiausiai pageidaujamos alavijo lapo dalies – aloino, kuris kaupiasi tuoj po lapo žieve, turi būti ne daugiau kaip 10 ppm (pro-promilių) 0,5 procento kietosios frakcijos tirpale.

Pastarasis reikalavimas taikomas geriausiems alavijų produktams. Alavijų lapai turi būti užšaldyti arba perdirbti per 4–6 valandas juos nupjovus, kitaip pasikeis alavijo sudėtis, ir dėl to pablogės savybės ir susilpnės jo poveikis. Apdorojimo technologija taip pat yra labai svarbi, kad nenukentėtų vertingiausios kietosios frakcijos.

Kaip jūs galite būti tikri, kad jūsų vartojamas alavijas auginamas geromis sąlygomis, tinkamai surenkamas ir apdorojamas? Tik pirkdami produktus, kurie pažymėti Alavijų tarptautinės mokslo tarybos (IASC) grynumo ir kokybės atitikties ženklu. IASC yra ne pelno organizacija, kuri garantuoja parduodamo produkto kokybę. Matydami IASC atitikties ženklą ant pakuotės, galite būti tikri, kad įsigijote aukščiausios kokybės alavijo produktą.

Ir pagaliau... alavijas yra nuostabus. Apie jį nereikia daug kalbėti, juo reikia mėgautis.

Parengta pagal Tarptautinės alavijų mokslo tarybos informaciją



Užtikrinkite darnią virškinamojo trakto veiklą

Atraskite puikų būdą užtikrinti darnią virškinamojo trakto veiklą – naująjį Forever Active Pro-B. Mūsų pažangūs probiotikai su 6 vertingomis probiotikų padermėmis ir daugiau nei 8 milijardais gerųjų bakterijų padeda išsaugoti sveiką virškinamąjį traktą bei užtikrina efektyvią jo veiklą.



Deja, mes neretai pamirštame pasirūpinti virškinamuoju traktu ir nepakankamai vertiname jo reikšmę mūsų sveikatai. Netinkama šios svarbios sistemos organų veikla gali sutrikdyti daugelį organizmo sistemų. Stresas, nesubalansuota mityba, kenksmingas aplinkos poveikis ir nuolatinis skubėjimas neigiamai veikia virškinamąjį traktą, ir laikui bėgant galime pajusti pasekmes, tokias kaip nuovargį, susilpnėjusį imunitetą, svorio svyravimus ir odos problemas.

Mokslininkai nustatė, kad žarnyno mikrofloros sandara gali turėti didžiulės įtakos mūsų bendrai būklei ir savijautai. Probiotikai gali padėti atkurti gerųjų bakterijų pusiausvyrą virškinamajame trakte ir išsaugoti sveiką virškinamąjį traktą bei stiprų imunitetą.

Naujausi tyrimai rodo, kad geruose probiotikuose turėtų būti 5–10 milijardų KSV, jie turėtų gebėti išgyventi virškinamajame trakte, jį kolonizuoti ir ten daugintis, jų padermės turėtų papildyti viena kitą, jų poveikis sveikatai turėtų būti kliniškai patvirtintas, jie turėtų būti gaminami mažo drėgnumo aplinkoje

ir laikomi drėgmei nepralaidžioje arba mažai pralaidžioje pakuotėje.

Active Pro-B – vienas pažangiausių šios rūšies produktų, kuriame yra daugiau nei 8 milijardai KSV, sudarytų iš 6 sinergiškai veikiančių bakterijų padermių. Šie ypač veiksmingi probiotikai yra atsparūs skrandžio rūgšties poveikiui, todėl gali optimaliai atlikti savo funkciją žarnyne. Tiesiog išgerkite po vieną kapsulę kasdien, kad išsaugotumėte sveiką virškinamąjį traktą ir stiprų imunitetą.

Kurdami Active Pro-B bendradarbiauome su Kopenhagos universitetine ligonine, užimančia lyderės poziciją gastroenterologijos srityje, siekdami užtikrinti darnią jūsų virškinamojo trakto veiklą. Klinikiniai tyrimai rodo, kad dvi iš Active Pro-B sudėtyje esančių padermių geba geriau kolonizuoti žarnyną. Šie kruopščiai paruošti probiotikai sinergiškai veikia su kitomis padermėmis, kad užtikrintų optimalią jūsų virškinamojo trakto funkciją, kliniškai ištirtoms bakterijoms pa-

lankiai veikiant visą sistemą ir leidžiant pasiekti puikų rezultatą.

Mūsų unikalaus probiotikų komplekso sudėtyje taip pat yra probiotinių skaidulų, kurios padeda išsaugoti probiotikų gyvybingumą jiems esant buteliuke bei keliaujant virškinamuoju traktu. Šios skaidulos palaiko Bifidobacterium ir Lactobacillus, dviejų Active Pro-B sudėtyje esančių bakterijų padermių, fermentaciją, taip užtikrindamos, kad kuo daugiau probiotikų išgyventų ir galėtų patekti ten, kur labiausiai reikia.

Active Pro-B sudėtyje nėra sojų ir alergenų, o vegetarams tinkamos kapsulės gaminamos ypatingu būdu ir kriogeniškai konservuojamos, siekiant išsaugoti probiotikų padermių veiksmingumą. Active Pro-B pakuojamas į pagal technologiją „Aktiv Vial“ pagamintą buteliuką su specialiu drėgmei nepralaidžiu sluoksniu. Ši ypatinga technologija leidžia išsaugoti preparato efektyvumą gamybos metu bei visą jo galiojimo laiką.

Mūsų probiotikus paprasta naudoti, jų nereikia laikyti šaldytuve. Tiesiog išgerkite po kapsulę kasdien, kad pasiektumėte geriausią rezultatą. Papildą Active Pro-B taip pat rasite rinkinio Vital[®] sudėtyje; jis puikiai papildo mūsų patentuotas Alavių sultis, kurios padeda išsaugoti sveiką virškinamąjį traktą ir suteikia energijos.

Pasirūpinkite darnią virškinamojo trakto veiklą vartodami Active Pro-B ir mėgaukitės puikia savijauta!

Grynas auksas



FOREVER BIČIŲ ŽIEDADULKĖS

Šios aukso spalvos dulkės laikomos vienu visavertisčiausių natūralių maisto produktų. Bitės darbininkės renka žiedadulkes norėdamos apdulkinti kitus žiedus, tačiau pakeliui dalis žiedadulkių paverčiamos nedideliu maisto gumulėliu.

Bitės sumaišo žiedadulkes su fermentais ir saldžiu nektaru, kad grįžusios į avilį pasidalytų šiuo puikiu produktu su kitomis avilio gyventojomis. Jei esate užsiėmę kaip bitės, ši nuostabi gamtos dovana suteiks jums jėgų.

FOREVER BIČIŲ PIENELIS

Bičių pienelis – tiršta, pieno spalvos medžiaga, kurią išskiria bičių darbininkių galvose esančios liaukos, – tai išskirtinis bičių motinėlės maistas, kuris, kaip manoma, ir yra jos ilgaamžiškumo paslaptis.

Pienelio sudėtyje yra 10-HDA, dar vadinamos bičių motinėlės rūgštimi. Manoma, kad ši riebalų rūgštis ir lemia daugelį naudingų bičių pienelio savybių.

Bičių pienelyje yra natūralių baltymų, riebalų rūgščių, mineralinių druskų, aminorūgščių ir vitaminų, padedančių išsaugoti gerą sveikatą ir puikią savijautą. Jūsų kūnas – jūsų tvirtovė. Elkitės su juo rūpestingai.

FOREVER BIČIŲ PIKIS

Bičių pikis – tai lipnus bičių vaško, augalų syvų ir kitų medžiagų mišinys, kurį bitės gamina ir naudoja aviliui įrengti ir apsaugoti. Jame taip pat yra maisto medžiagų, stiprinančių žmogaus organizmą.

Tyrimai rodo, kad medžiagos, kurias bitės naudoja siekdamos apsaugoti savo šeimą, stiprina ir žmogaus organizmo natūralią apsauginę funkciją bei padeda neutralizuoti kenksmingą laisvųjų radikalų poveikį. Bičių pikis – tai ir natūralus flavonoidų, kurių taip pat yra vaisiuose bei daržovėse, šaltinis.

Forever bičių pikis – puikus būdas gauti svarbiausių maistinių medžiagų tiesiai iš avilio. Mes naudojame natūralius ingredientus, be sintetinių dažiklių ar kvapiųjų medžiagų. Vartojamas kartu su žiedadulkėmis, pikis gali suteikti energijos, reikalingos sveikam ir aktyviam gyvenimui.

Geriausios formos kasdien

**Pažangus būdas apsirūpinti
svarbiausiomis maistinėmis
medžiagomis**

Forever Daily – tai optimaliai subalansuotas vitaminų ir mineralų derinys. Mūsų išskirtinis **Alavijų oligosacharidų kompleksas** suteikia galimybę svarbiausias maistines medžiagas derinti su alavijais ir aminorūgštimis, kad jos būtų maksimaliai gerai pasisavinamos, ir jūs gautumėte didžiausią naudą.

**Pasirūpinkite optimalia mityba ir
būkite geriausios formos kasdien!**



**The
Aloe Vera
Company**

FOREVERLIVING.COM



FOREVER®

ALOE VERA SULTYS

ALOE FIRST

ALAVIJO AKTYVIKLIS

FOREVER FREEDOM

ALAVIJŲ IR SPANGUOLIŲ SULTYS

ALOE VERA GELIS

ALAVIJŲ IR PERSIKŲ SULTYS

ALAVIJŲ KREMAS SU
BIČIŲ PIKIŲ

LOSJONAS SU ALAVIJAIŠ

DRĖKINAMASIS LOSJONAS SU
ALAVIJAIŠ

ŠILDOMASIS LOSJONAS SU
ALAVIJAIŠ

DEZODORANTAS SU
ALAVIJAIŠ

ALAVIJŲ GELIS SU
MSM

DANTŲ ŽELĖ SU
ALAVIJAIŠ

ŠAMPŪNAS SU
ALAVIJAIŠ

ALOE MPD

SKYSTAS MUILAS
SU ALAVIJAIŠ

Aloe Vera

PAGRINDINIS ELEMENTAS

Stiprinkite imunitetą...

7 val.

Pradėkite dieną nuo Aloe vera sulčių

Forever Aloe vera sultys palaiko gerą virškinimą ir padeda organizmui pasisavinti daugiau maisto medžiagų, kad jūs gautumėte kuo daugiau naudos iš suvartojamų produktų. Pradėjus dieną nuo sulčių, viskas, ką darysite toliau, veiks daug efektyviau!



7.30 val.

Išgerkite virškinimą stimuliuojančių probiotikų

Kasdien vartodami tokius probiotikus, kaip Forever Active Pro-B su šešiomis imunitetą stiprinančiomis bakterijų padermėmis, išsaugosite puikią virškinimo sistemos funkciją. Probiotikai veikia žarnyne, papildydami gerųjų bakterijų atsargas ir padėdami palaikyti gerą virškinimą. Gerkite po vieną kapsulę kasdien, užgerdami vandeniu.



nuo ryto iki

8 val.

Pasidarykite glotnutį arba kokteilį iš vaisių ir daržovių

Suplakę šviežių vaisių ir daržovių kokteilį gausite daugiau imunitetą stiprinančių medžiagų. Tam puikiai tiks špinatai, brokoliai, citrusiniai vaisiai ir kiviai, kuriuose gausu vitaminų. Vitaminas C padeda stiprinti su infekcijomis kovojančius baltuosius kraujo kūnelius, o antioksidantai neutralizuoja kenksmingą laisvųjų radikalų poveikį. Jei neturite laiko susiplakti kokteilį, pasistenkite kasdien suvalgyti mažiausiai dvi porcijas vaisių ir tris porcijas daržovių.



Jūsų organizmo imuninė sistema – tai nuostabus natūralus apsauginis mechanizmas, kuris nenuilsdamas saugo jus nuo įvairių bakterijų ir mikroorganizmų. Siūlome keletą paprastų būdų, kaip stiprinti imunitetą ir dieną, ir naktį.

22 val.

Gerai išsimiegokite ir pailsėkite

Tyrimai rodo, kad miego trūkumas gali neigiamai veikti imunitetą ir didinti susirgimų riziką. Miegodami septynias – aštuonias valandas gerai pailsėsite ir kitą dieną nepristigsite jėgų. Saldžių sapnų!



19 val.

Mankštinkitės mažiausiai 40 minučių

Pasistenkite kasdien mankštintis mažiausiai 40 minučių, kad būtumėte sveiki ir stiprūs. Spartus pasivaikščiojimas po apylinkes ar bet kokie kiti nedidelio intensyvumo fiziniai pratimai padės išsaugoti stiprų imunitetą. Galite išbandyti programos F15 treniruočių planus. Tai padės geriau atrodyti ir geriau jaustis.



14 val.

Užpildykite mitybos spragas vartodami maisto papildus

Tokie maisto papildai, kaip Forever ImmuBlend, Forever Vision ar Forever Daily, padės užpildyti mitybos spragas ir išsaugoti stiprų imunitetą. Kai esame labai užsiėmę, ne visuomet pavyksta vien iš maisto gauti reikiamą vitaminų ir mineralų kiekį. Maisto papildai – tai greitas ir paprastas būdas užtikrinti, kad organizmas gautų visų stipriam imunitetui būtinų medžiagų.



13 val.

Valgykite sveiką maistą

Valgykite sveikus patiekalus su šviežiomis daržovėmis. Švieži česnakai puikiai stiprina imunitetą, nes juose gausu alicino, gerinančio baltųjų kraujo kūnelių gebėjimą kovoti su ligų sukėlėjais. O saujelė migdolų padės apsirūpinti vitaminu E ir sveikais riebalais.



Antioksidantai detoksikacijai

Deguois yra gyvybiškai svarbus žmogui ir visiems gyviems žemės padarams. Visi gyvi organizmai naudoja deguonį, kad oksiduotų (sudegintų) maistą ir iš jo pagamintų energiją. Oksidacija yra įprastas medžiagų apykaitos procesas. Tačiau šiame procese susidaro kita deguonies forma – aktyvus deguois arba laisvieji radikalai, t.y. nestabilios molekulės, kurios užpuola sveikas ląsteles, jas ardo, pažeidžia DNR. Gamtoje oksidacijos veikiama rūdija geležis, guma praranda elastingumą, aliejus apkarsta. Žmogaus organizme oksidacija spartina senėjimo procesą bei sukelia ligas. Taigi laisvieji radikalai susijungia su kitomis cheminėmis medžiagomis ir pradeda savo juodą darbą: kenkia odos kolagenui, ląstelių membranos bei lipidų sluoksniui. Laisvųjų radikalų atsiradimui įtakos turi maistas, gyvenimo būdas, aplinkos tarša.

Antioksidantai – tai junginių grupė, kovojanti su laisvaisiais radikalais. Jie atiduoda elektronus ir neutralizuoja laisvuosius radikalus, taip apsaugodami nuo žalos kitas ląsteles. Antioksidantai nukenksmina laisvuosius radikalus, „padovanodami“ vieną iš savo elektronų laisviesiems radikalams, ir taip apsaugodami ląstelių membranas ir struktūrinius baltymus nuo sužalojimų bei pertraukdami grandininę ląstelių žalojimo reakciją.

Paprastai mūsų organizmai su laisvaisiais radikalais gali be problemų susitvarkyti, nes įprastomis sąlygomis kūno ląstelės apsaugotos nuo šių agresorių aktyviais molekulių junginiais – antioksidantais. Dalis jų gaminasi mūsų organizme: gliutatonas, alfa lipoinė rūgštis, kofermentas Q10 (senstant jų kiekiai mažėja).

Antioksidantų gausu ryškiausių spalvų daržovėse ir vaisiuose, ypač tuose, kurių spalva yra sodriai violetinė, mėlyna, raudona, oranžinė ar geltona. Daugiausia natūralių antioksidantų turi mėlynės, juodieji serbentai, spanguelės, česnakai, šaltalankiai ir raudonosios vynuogės.

Neutralizuojant laisvuosius radikalus, detoksikuojančių fermentų gamybai organizme reikalingi vitaminai A, C, E, D, K, beta karotinas, varis, cinkas, selenas, bioflavonoidai ir kt. Juos mes turime gauti su maistu. O jeigu negauname, turime vartoti maisto papildus.

Vitaminas C (L-ascorbo rūgštis)

- Laisvieji radikalai negali pasipriešinti vitamino C molekulei.
- Aršus virusų, bakterijų, mikrobų priešas.
- Svarbus jungiamojo audinio atstatymui, kolageno gamybai.
- Reikalingas kalcio pasisavinimui.
- Stiprina danteną, naikina ėduonies bakterijas.
- Padeda stabilizuoti svorį, aktyvina skydliaukės hormoną – tiroksiną.
- Būtinas geležies patekimui į kraują.
- Reikalingas psichinei sveikatai: hipofizę skatina dešimties rūšių hormonų sekreciją.

Vitaminas A (karotinoidai)

Karotinoidai – tai provitaminai, iš kurių organizme susidaro vitaminas A (pvz. beta karotinas).

- Geriausi mūsų gleivinių „bičiuliai“ – stimuliuoja gleivių sekreciją, neleidžia joms išsausėti. Odos paviršiuje neleidžia susidaryti raginiam sluoksniui.
- Neleidžia per anksti sunykti užkrūčio liaukai – imuninės sistemos buveinei.
- Reikalingas normaliam regėjimui užtikrinti. Akių regėjimo aštrumas tiesiogiai priklauso nuo vitamino A kiekio kraujyje.
- Palaiko tinkamą progesterono lygį vyrams, užtikrina vaisingumą.
- Reikalingas vaikams augimo procesui, kaulinio audinio bei dantų formavimuisi.
- Gyvūninės kilmės vitaminas A itin greitai patenka į kraują bei ląsteles (iš kepenų, sviesto, nenugriebto pieno, sūrio, kiaušinių).
- Karotinoidų šaltiniai yra tamsiai žalios, geltonos ir raudonos spalvos daržovės. Tačiau virškinimo fermentai juos sunkiai išlaisvina iš augalo skaidulų ir tik 40 proc. yra paverčiama vitaminu A, o trūkstant riebalų ir dar mažiau.

Forever Vision

Stiprina kapiliarus, gerina kraujotaką, saugo akies tinklainę ir regą, padeda formuotis normaliam jungiamajam audiniui. Sudėtyje yra vitaminų A, C ir E, cinko, vario, stiprūs augaliniai antioksidantai – mėlynių ekstraktas, liuteinas, zeaksantinas, resveratrolis. Turi cisteino – amino rūgšties, kuri sustiprina hematoencefalinį smegenų barjerą, padeda neutralizuoti pavojingus toksinus.

Vitaminas E (taip pat vadinamas tokoferoliu) yra puikus antioksidantas – vienas iš ląstelių membranas saugančių komponentų. Dėl antioksidantams būdingų savybių tokoferolis prasiskverbia į ląstelės membraną ir neutralizuoja laisvuosius radikalus, kurie silpnina pagrindinę – gynybinę ląstelės funkciją. Vitamino E užduotis – nukenksminti ir pašalinti laisvuosius radikalus, kol jie mums dar nepakenkė.

Mokslinių tyrimų duomenimis, ši svarbi tokoferolio funkcija gelbsti mus nuo aterosklerozės, yra svarbi širdies ligų profilaktikai, padeda išvengti kataraktos ir sergsti nuo ankstyvo senėjimo.

Ypatingas pavojus gresia eritrocitams arba raudoniejiems kraujo kūneliams, kurių apvalkalai itin jautrūs ir trapūs. Trūkstant vitamino E, raudonieji kraujo kūneliai negailestingai puolami laisvųjų radikalų. Tuomet keičiasi jų struktūra, apvalkalo baltymas kietėja, ir raudonieji kraujo kūneliai netenka gebėjimo pernešti deguonį ląstelėms.

Vitaminas E padeda išvengti kraujotakos sutrikimų arba juos pašalinti, nes mažina kraujo krešumą ir neleidžia susiformuoti trombam.

Nereikia pamiršti, kad vitaminas E yra ir jaunystės šaltinis, puikiai drėkinantis odą, kiekvienai kūno ląstelei suteikiantis deguonies ir gyvybės. Kaip antioksidantas, jis saugo odą nuo žalingo aplinkos poveikio, puikiai drėkina, minkština, lygina raukšles epidermio sluoksnyje bei suteikia elastingumo.

Nauji tyrimai rodo, kad didesnės vitamino E dozės sumažina širdies ligų riziką. Žmogaus organizmas geba kaupti vitaminą E. Nepaisant to, apsinuodyti juo sunku.

Vitaminas C (kartu su vitaminu A, E bei selenu) – vienas iš svarbiausių antioksidantų, kovojančių su laisvaisiais radikalais ir neleidžiančių organizmui senti.



Augalinių antioksidantų kompleksai

Jų sudėtyje tik augalinės ar gyvūninės kilmės antioksidantinės medžiagos arba kartu su vitaminais: **Pomesteen Power, Lycium Plus, Multi-Maca, Žalumynų laukai, Bičių žiedadulkės, ARGI+, CardioHealth.**

Ir visada visiems reikalingos

alavijų sultys – gamtinis kok-

teilis, kurio visos sudėtinės medžiagos veikia sinergistiškai ir pasižymi stipriu antioksidaciniu poveikiu. Žurnale „Žolelių paslaptys“ (2019 m. Nr. 1) rašoma: „Alavijas vertas išskirtinio dėmesio: atkuria žarnyno mikrofiorą, pasižymi galingu baktericidiniu poveikiu – kovoja su stafilokoku, streptokokais, šigelės bakterija, mažina cukraus ir cholesterolio kiekį kraujyje, stabdo krešulių formavimąsi.

Sultys naudojamos akių ligų gydymui, gerina tinklainės ir kitų audinių kraujotaką bei veikia kaip profilaktinė onkologinių ligų priemonė”.

Lycium Plus – ožerškiai ir saldymedžiai jau tūkstančius metų naudojami sveikatai stiprinti. Gerina limfos nutėkėjimą, apsaugo ląsteles chemoterapijos metu. Gerina maisto įsisavinimą, reguliuoja hormonus.

ARGI+ papildo organizmą azoto oksidu, kurio dėka įvyksta grandininė geros savijautos cheminių medžiagų reakcija, atpalaiduojamos ir išplečiamos arteriolės ir kapiliarai, „duoda nurodymą“ baltiesiems kraujo kūneliams kovoti su infekcijomis, kontaktuoja su antikoagulantais ir naikina auglius.

Dr. Herbertas Bensonas sako, kad šios „stebuklingos molekules“ dėka smegenyse atsiranda naujos nervinės jungtys, stimuliuojamas augimo hormonas bei neutralizuojami biocheminiai senėjimo procesai.

Pusiausvyra tarp gaunamų antioksidantų ir laisvųjų radikalų kiekio – pusiausvyra tarp gyvybės ir mirties!



Genovaitė Gataveckienė

Forever Pomesteen Power

KODAS 262



Šiandien jau nėra jokių abejonių, kad antioksidantai turi nepaprastai didelės įtakos mūsų sveikatai ir gerai savijautai. Tačiau mitybos specialistai dar nėra nutarę, kuris vaisius yra didžiausias galingiausių antioksidantų šaltinis: kuriame yra daugiausia antioksidantų ksantonų ar kuris pasižymi didžiausiu deguonies radikalų absorbavimo gebėjimu (DRAG).

Forever Pomesteen Power pasižymi abiem šiomis savybėmis. Tai patentuotas vaisių sulčių ir vynuogių kauliukų ekstrakto mišinys. Šiame produkte yra granatų vaisių, kriaušių vaisių, mangostaninių garcinijų vaisių, aviečių uogų, gervuogių uogų ir šilauogių sulčių.

Deguonies radikalų absorbavimo geba (DRAG) yra indikatorius, rodantis kaip antioksidantas sugeba pasipriešinti laisvųjų radikalų daromai žalai. Atskirų vaisių rūšių gebėjimas absorbuoti laisvuosius radikalus yra skirtingas. Tyrimai parodė, kad net tos pačios rūšies, tačiau skirtingu metų laiku surinktų vaisių gebėjimas absorbuoti laisvuosius radikalus gali skirtis.

Forever Pomesteen Power sudedamosios dalys yra išgautos iš vaisių tuo metu, kuomet jų DRAG buvo efektyviausias. Gaminant šį produktą, ypatingas dėmesys kreipiamas į granatų ir mangostaninių garcinijų vaisių DRAG efektyvumo koeficientą.

Granatų vaisių sultyse yra daugiau polifenolio antioksidantų negu raudonajame vyne, žaliojoje arbatoje, spanguolių ar apelsinų sultyse. Be to, jos yra puikus vitaminų A, C, E ir geležies šaltinis.

Mangostaninės garcinijos vaisiai ypač populiarūs Azijoje. Šių vaisių pamėgo karalienė Viktorija ir nuo to laiko ji imta vadinti „Vaisių karaliumi“. Mangostaninė garcinija pasižymi aukštu DRAG efektyvumu. Šio vaisiaus sudėtyje yra daug galingų antioksidantų ksantonų.

Forever Pomesteen Power – neįtikėtina egzotinių vaisių galia!

PATENTUOTO MIŠINIO SUDĖTIS: vanduo, granatų (Punica granatum) vaisių sultys, kriaušių (Pyrus communis) vaisių sultys, mangostaninės garcinijos (Garcinia mangostana L.) vaisių sultys, aviečių (Rubus idaeus) uogų sultys, stabilizuota alavijų želė be minkštimo, gervuogių (Rubus fruticosus) uogų sultys, šilauogių (Vaccinium corymbosum) uogų sultys, vynuogių sėklų (Vitis vinifera) ekstraktas.

KITOS SUDEDAMOSIOS DALYS:
Aloe Vera želė, natrio alginatas,
kalio sorbatas, citrinos rūgštis.

- Puikus antioksidantas.
- Vaisių sulčių ir vynuogių kauliukų ekstrakto mišinys.
- Egzotiškas skonis, kuris patiks visiems.



Lycium Plus

KODAS 72

Lycium Plus – antioksidantų, bioflavonoidų ir kitų naudingų augalinių medžiagų šaltinis. Šis maisto papildas yra gaminamas iš ožerškių vaisių ir saldymedžių šaknų. Ožerškiai ir saldymedžiai ypač populiarūs Azijoje. Čia jie jau tūkstančius metų naudojami sveikatai stiprinti.



Ožerškiai auga Kinijoje. Šio augalo vaisiuose yra daug biologiškai aktyvių medžiagų: vitaminų, mineralų, aminorūgščių, polisacharidų, polinesočių riebalų rūgščių ir kt. Ožerškių vaisiais jau nuo seno buvo gydomasi nuo įvairių ligų. Jie buvo naudojami regėjimo gerinimui, odos gražinimui, organizmo stiprinimui, tonizavimui ir senėjimo procesų pristabdymui.

Saldymedžiai kinų medicinoje yra vieni iš plačiausiai naudojamų augalų. Jų sudėtyje yra virš 150 cheminių medžiagų, kurių poveikis organizmui labai platus. Dažnai saldymedžių ekstraktas naudojamas kaip papildomas komponentas, kuris padeda išryškinti kitų augalų naudingiausias savybes.

Saldymedžių ekstraktas yra saldymedžių bioflavonoidų koncentratas. Maisto papildas **Lycium Plus** yra naudojamas saldymedžių ekstraktas, pagamintas pagal patentuotą procesą, kurio metu pašalinama dalis glicirizino, la-

bai saldaus komponento, nes per didelis glicirizino kiekis gali sukelti nepageidaujamus šalutinius reiškinius.

Remiantis šiuolaikiniais tyrimais, galima teigti, kad saldymedžių bioflavonoidai yra vieni iš stipriausių antioksidantų.

- Stiprus antioksidantas.
- Bioflavonoidų šaltinis.
- Ypač naudingas regėjimo stiprinimui ir odai.
- Stipri tonizuojanti priemonė.



Kaip išsirinkti produktus su geriausiais ingredientais

Ingredientai yra labai svarbūs renkantis produktus, kuriuos ketiname vartoti į vidų ar tepti ant odos. Kaip vartotojai, turime kuo daugiau domėtis ir žinoti, iš ko sudaryti odos priežiūros produktai, papildai, maisto produktai ir gėrimai, kuriais stiprinsime ir puoselėsime savo kūną.

Per pastaruosius kelerius metus mes visi ėmėme geriau suprasti, kad daugiau dėmesio produktų sudedamosioms dalims turime skirti ne tik tam, kad įsitikintume, jog jie mums tinka geriausiai, bet ir tam, kad apsaugotume savo sveikatą.

Natūralūs ir natūralios kilmės ingredientai

Tarp natūralių ir natūralios kilmės sudedamųjų dalių yra skirtumas, ir jei kažkoks produktas vadinamas visiškai natūraliu, tai dar nereiškia, kad jis yra geresnis. Tiesą sakant, natūralios kilmės ingredientai netgi gali turėti nemenkų pranašumų kalbant apie veiksmingumą, stabilumą ir poveikį.

Kuo jie skiriasi?

Natūralūs: Ingredientai vadinami natūraliais, kai jie yra kiek įmanoma arčiau savo natūralios formos ir nėra apdorojami taip, kad pasikeistų iš esmės. Tai nereiškia, kad jie nėra apdorojami iš viso. Jie gali būti apdorojami minimaliai, nenaudojant sintetinių medžiagų ar dažiklių.

Natūralios kilmės: Natūralios kilmės ingredientais vadinami ingredientai, išgaunami iš natūralių šaltinių naudojant mokslinius metodus, kad svarbiausios medžiagos būtų išgaunamos veiksmingiausia forma. Pavyzdžiui, taip išgaunamos riebalų rūgštys iš kokosų, naudojamos odos priežiūros priemonėse. Natūralios kilmės ingredientai taip pat gali būti koreguojami norint šiek tiek pakeisti ar sukurti naujas molekulinės struktūras, didinančias produkto veiksmingumą.



Ar visiškai natūralūs produktai – visada geriausias pasirinkimas?

Be abejonės, gamta mums siūlo gausybę įvairiausių ingredientų. Natūralūs ingredientai visada buvo svarbi maitos papildų, odos priežiūros produktų, medikamentų ir kitų gaminių dalis.

Tačiau vyrauja nuomonė, kad visiškai natūralūs produktai visada yra geriausi. JAV sveikatos ir socialinių paslaugų departamentas atliko tyrimą siekdamas nustatyti, kaip susiformavo požiūris, kad natūralūs gaminiai visada yra geresni, sveikesni ir saugesni.

Tyrėjai nustatė, kad toks žmonių požiūris į natūralius produktus grįstas daugeliu idėjų, įskaitant mintį, kad gamta yra gryna ir todėl visuomet bus geresnė už bet ką, ką pajėgs sukurti žmogus. Toks šališkas požiūris į natūralius ingredientus turi įtakos žmonių pasirinkimui, ką valgyti, kokias prekes įsigyti ir kaip gydytis.

Tačiau iš tiesų vis daugiau vartotojų šiuo metu ima suprasti, kad naudojant visiškai natūralius produktus gali tekti šį tą paaukoti, pavyzdžiui, efektyvumą, aromatą, tekstūrą ar patogumą. Nors gamta ir dovanoja mums daug puikių augalų, vitaminų ir mineralų, jie taip pat yra bakterijų, pelėsių ir kitų kenksmingų medžiagų šaltinis.

Mokslo pažanga leidžia mums pasinaudoti geriausiomis gamtos dovanomis, iš kurių, pasitelkus geriausias technologijas, pagaminami veiksmingi neprikaištingos kokybės produktai.



*Alavijai turi didelę
naudą sveikatai –
tiek viduje,
tiek iš išorės.*



VIDUJE

Alavijai teigiamai veikia virškinimo sistemą, padeda išsaugoti stiprų imunitetą, gerina maisto medžiagų pasisavinimą ir suteikia energijos.



IŠORĖJE

Alavijai drėkina, puoselėja ir ramina odą.



FOREVER®

Dieninis kremas

KODAS 557

Sudrėkinkite ir apsaugokite

Pradėkite dieną tinkamai apsaugodamos veido odą nuo nepalankių aplinkos veiksnių ir žalingų ultravioletinių spindulių.

Pamaitinkite odą dieniiniu kremu su plataus veikimo spektro mineraliniu filtru SPF 20. Šis kremas su alavijais, grybų ekstraktu ir daugiau nei 20 odą puoselėjančių ingredientų jūsų odą sudrėkins itin puikiai!

Kreme gausu prabangių vaisių ir žolelių ekstraktų. Iš Viduržemio jūros regiono kilusios balžos aliejuje yra nepaprastai daug riebalų rūgščių, kurios lengvai susigeria ir lygina odą bei suteikia jai sveiką atspalvį. Į kremą taip pat įdėjome arbūzų ekstrakto, kuriame gausu antioksidantų, padedančių kovoti su laisvaisiais radikalais.

Tepant veidą vien įprastu apsauginiu kremu jis gali sudirginti jautrią odą. Šis dieniinis kremas gaminamas su natūraliu mineraliniu filtru – titano dioksidu ir cinko oksidu unikaloje dispersinėje sistemoje, kuri padeda dalelėms tolygiai pasiskirstyti, ir alantoinu, žinomu dėl savo odą raminančių savybių.

Ir galiausiai – žvynuotoji selaginėlė, kitaip dar vadinama Jericho rože, galinti išverti ilgiausias sausras, o gavusi drėgmės vos per keletą valandų vėl atgyti. Pasinaudojome šia jos savybe kurdami mūsų kremą, ir tai paverčia jį išskirtiniu dieniiniu kremu.

Pasitelkite dieninį kremą ir apgaubkite odą drėgmės šydu bei apsaugokite ją nuo žalingų ultravioletinių spindulių.



- Su plataus veikimo spektro mineraliniu filtru, apsaugančiu nuo ultravioletinių spindulių.
- Su veiksmingais augalų ekstraktais, kurie drėkina ir saugo.
- Apsaugo odą nuo dėl saulės sukeliama senėjimo atsirandančių dėmių.

Veikliosios medžiagos: Titano dioksidas (2,6 proc.), cinko oksidas (4,4 proc.)

Sudėtis: water (aqua), tricaprylin, aloe barbadensis leaf juice (stabilized aloe vera gel), glyceryl stearate SE, C13-15 alkane, glycerin, propenediol, stearic acid, coconut alkanes, stearyl alcohol, brassica campestris/aleurites fordii oil copolymer, crambe abyssinica seed oil, polyglyceryl-3 polyricinoleate, sodium stearoyl glutamate, caprylyl glycol, hydrogenated phosphatidylcholine, galactoarabinan, ethylhexylglycerin, citric acid, xanthan gum, sodium PCA, panthenol, citrullus lanatus (watermelon) fruit extract, hexylene glycol, coco-caprylate/caprate, lecithin, carrageenan, anastatica hierochuntica extract, allantoin, tremella fuciformis (mushroom) extract, gluconolactone, aloe barbadensis callus extract, sodium hyaluronate, tocopherol.





Bioceliuliozės kaukė su alavijais

KODAS 616

Atsisėskite, atsipalaiduokite ir leiskite šiai naujos rūšies kaukei giliai sudrėkinti jūsų odą

Šiuo metu pažangiausia Forever kaukė veiksmingai drėkina, pasiekdama gilesnius odos sluoksnius, ją uždėti užtruksite vos kelias akimirkas, ir jos nereikia nuplauti. Ši paprasta naudoti kaukė iš odą puoselėjančios bioceliuliozės gaminama naudojant naujausias technologijas ir pasižymi dvejopu poveikiu.

Forever naudoja unikalų metodą, kai bakterija *Acetobacter xylinum*, kuri gamina bioceliuliozę, yra maitinama Forever alavijų žele ir jūrų žole ir paverčia šia medžiagas kaukės pluoštu, kuris drėkina, švelnina ir puoselėja odą.

Kuo bioceliuliozė pranašesnė už kitas medžiagas? Kaukės plaušeliai yra 1000 kartų plonesni už žmogaus plauką, todėl bioceliuliozės kaukė su alavijais yra ypač lanksti ir puikiai prisitaiko prie veido kontūrų. Tai leidžia kaukėje esančioms medžiagoms patekti giliai į nedideles bei ryškesnes raukšleles, kur nepasiekia įprastos kaukės.

Kaukė prisotinta veiksmingo drėkinamojo serumo su natūraliais komponentais, kurie ilgam atgaivina odą ir suteikia jai spindesio. Šį puikų serumą galima palikti ant odos nuėmus kaukę, jo nereikia nuplauti.

Kaukės sudėtyje yra paprastųjų kaštonų, kurie gaivina odos spalvą ir mažina paraudimą, bei žaliosios arbatos ir antioksidantų, kurie kovoja su senėjimo požymiais ir laisvaisiais radikalais. Svarbi serumo sudedamoji dalis – glicerinas, kuris giliai drėkina odą.

Pasinaudoti šios kaukės pranašumais visai paprasta. Tiesiog nuimkite audinio sluoksnį ir uždėkite kaukę. Švelniai prispauskite, kad kaukė priglustų prie odos, tada nuimkite antrąjį sluoksnį. Atsipalaiduokite ir pajuskite, kaip bioceliuliozės kaukė su alavijais puoselėja jūsų odą. Po 20 minučių kaukę nuimkite ir likusį serumą įmasažuokite į odą. Kaukė visiškai suyra, todėl ją galite išmesti be jokios sąžinės graužaties ir pasirūpinti mūsų planeta.

Šis produktas specialiai sukurtas visiems odos tipams, taip pat ir jautriai odai. Norėdami pasiekti geriausią rezultatą bioceliuliozės kaukę su alavijais naudokite kartu su viena iš populiarių Forever odos priežiūros linijų bei su Forever odos priežiūros produktais individualiems poreikiams.

SUEDAMOSIOS DALYS: Water (Aqua/Eau), Propanediol, Aloe Barbadensis Leaf Juice (Stabilized* Aloe Vera Gel/gel d'aloès officinal stabilisé*), Glycerin, Glycosyl Trehalose, Hydrogenated Starch Hydrolysate, 1,2-Hexanediol, Hydroxyacetophenone, Mannitol, Ammonium Glycyrrhizate, Caffeine, Zinc Gluconate, Aesculus Hippocastanum (Horse Chestnut) Seed Extract, Xanthan Gum, Camellia Sinensis Leaf Extract, Hydrolyzed Sclerotium Gum, Sodium Hyaluronate.

- **Veiksmingai drėkina ir atkuria odą**
- **Gaivina odos spalvą ir padeda kovoti su senėjimo požymiais**
- **Ramina odą ir mažina jos paraudimą**
- **Oda atrodo švelni, stangri ir spindinti**





Sonya™

atkuriamoji gelinė kaukė

KODAS 607

Tikrasis grožio miegas

Atkuriamoji gelinė kaukė posakiui „grožio miegas“ suteikia naują prasmę. Ši atkuriamoji gelinė kaukė, mokslininkų sukurta siekiant optimizuoti odos veiklą naktį, jums miegant harmonizuoja natūralias organizmo funkcijas ir atkuria mišrios odos pusiausvyrą, mažindama riebalų išsiskyrimą bei suteikdama jai sveiką atspalvį.

Norėdami maksimaliai išnaudoti jūsų poilsio laiką, kaukę papildėme gausybe augalų ekstraktų, tarp jų ir morkų sėklių, bazilikų, blyškiųjų kiečių žiedų bei sojų aliejais.

Vėsiam geliui akimirksniu susigeriant į odą, jūs pajusite, kaip ją drėkina mūsų prabangi, stabilizuota alavijų želė bei kitos drėkinamosios medžiagos, tokios kaip obuolių ekstraktas ir dobilų žiedų ekstraktas, kurios švelnina odą ir suteikia jai jaunatviško spindesio. Korėjietiškų bambukų (*Sasa quelpaertensis*) ekstraktas ir saldymedžio šaknis, naudojama jau daugiau kaip 3000 metų, pasižymi antioksidaciniu poveikiu. Šis aukštos kokybės augalų ekstraktų kompleksas drėkina odą, kol jūs miegate, ir nepalieka riebaus sluoksnio.

Naudodami šią kaukę vos 2–3 kartus per savaitę, iš ryto pabusite gražesne, jaunesniau atrodančia, gaivesne oda.



- Suteikia odai sveiką atspalvį
- Padeda atkurti mišrios odos pusiausvyrą
- Maitina odą, kol jūs miegate



Sudėtis: Aloe Barbadensis Leaf Juice (Stabilized Aloe Vera Gel/gel d'aloès officinal stabilisé), Water (Aqua/Eau), Glycerin, Dimethicone, Pyrus Malus (Apple) Fruit Extract, Caprylyl Methicone, Ammonium Acryloyldimethyltaurate/VP Copolymer, Sorbitan Oleate Decylglucoside Crosspolymer, Dimethicone Crosspolymer, Glycyrrhiza Glabra (Licorice) Root Extract, Isopentylol, Trifolium Pratense (Clover) Flower Extract, Ethylhexylglycerin, Hexylene Glycol, Propanediol, Sasa Quelpaertensis Extract, Polyacrylate Crosspolymer-6, Disodium EDTA, Glycine Soja (Soybean) Oil, Daucus Carota Sativa (Carrot) Seed Oil, Ocimum Basilicum (Basil) Oil, Artemisia Pallens Flower Oil, Phenoxyethanol, Caprylyl Glycol.

Kaukės milteliai

KODAS 341

Kaukės milteliai – ypatingas puikių, ypač gerai odą puoselėjančių ir poras valančių komponentų derinys. Sumaišiusios kaukės miltelius ir Alavijo aktyvikelį gausite kaukę, kurią plonu sluoksniu lengvai užtepsite ant veido ir kaklo odos. Baltymai ir kukurūzų krakmolos sutraukia ir stangrina, o kaolinas sugeria riebalų perteklių. Alantoinas ir ramunėlės puoselėja ir jaunina odą.



NAUDOJIMAS: įdėkite vieną šaukštelį miltelių į kaukės maišymui skirtą indelį. Po to įpilkite vieną šaukštelį **Alavijo aktyviklio** ir maišykite, kol masė taps vientisa.

Pradėdamos nuo kaklo ir kildamos į viršų specialiu teptuku užtepkite paruoštą masę plonu, lygiu sluoksniu ant kaklo ir veido odos. Atsivalaiduokite ir apie 30 min. pasėdėkite atlošusios galvą, kad veido raumenys kuo mažiau judėtų. Darant kaukę pirmą kartą, rekomenduojame ją laikyti 10–15 min.

Prieš nuvalant kaukę ant veido uždėkite drėgną rankšluostėlį, kad kaukę suminkštėtų. Po to švelniai pašalinkite kaukės likučius ir nuplaukite odą šiltu vandeniu. Patepkite odą toniku ir pasirinktu kremu.

Sudėtis: Albumen, Zea Mays (Corn) Starch, Kaolin, Allantoin, Chamomilla Recutita (Matricaria) Flower Extract, Diazolidinyl Urea, Fragrance (Parfum), Red 27 Lake (CI 45410).

- Kaukę pagaminsite sumaišiusios miltelius su Alavijo aktyvikiu.
- Lygina, valo ir stangrina odą.
- Su ramunėlėmis, kurios ramina jautrią odą.

Jūros dumblių kaukė

KODAS 234

Po įtemptos darbo dienos oda dažniausiai atrodo pavargusi ir išsausėjusi. Ją būtina gerai sudrėkinti ir išvalyti. Drėkinimo ir valymo procedūros atkuria natūralią odos struktūrą, jos minkštumą ir skaistumą.

Tokiai veido odos priežiūrai idealiai tinka jūros dumblių kaukė **Jūros dumblių kaukė**. Ši kaukė yra pagaminta iš Aloe Vera želės, kuri papildyta dumblių ekstraktu, vitaminu C, medumi, agurkų ir rozmarinų ekstraktais. Jūros dumblių kaukė giliai išvalo ir drėkina odą, didina audinių elastingumą, spartina ląstelių regeneraciją. Panaudojus kaukę oda tampa švelni ir elastinga. Veidas akivaizdžiai atjaunėja.

Jūros dumblių kaukė – puiki priemonė skubančioms, veiklioms ir norinčioms turėti gražią, išpuoselėtą veido odą.



- **Giliai išvalo odą.**
- **Aktyviai drėkina.**
- **Didina audinių elastingumą.**

Sudėtis: Aloe Barbadensis Gel (Stabilized Aloe Vera Gel), Water, Bentonite, Glycerin, Honey, Kaolin, Sodium Hyaluronate, Algae Extract, Sea Kelp (Macrocystis Pyrifera) Extract, Rosemary (Rosmarinus Officinalis) Extract, Cucumber (Cucumis Sativus) Extract, Tocopherol (Natural Vitamin E), Ascorbic Acid, Retinyl Palmitate, 1,2-Hexanediol, Caprylyl Glycol, Methylparaben, Fragrance.

Kiekis: 113 g.

Naudojimas: kruopščiai nuvalyti veidą, kaukę pradėti tepti nuo veido apačios ir, pamažu kylant į viršų, tolygiai ištepti visą veidą, išskyrus paakių sritį. Palikti džiūti 10–20 minučių, paskui nuplauti šiltu vandeniu. Kaukę rekomenduojama naudoti du kartus per savaitę. Saugotis, kad nepatektų į akis.



Forever produktai higienai

Šiais laikais žmonės rūpinasi savo higiena net nesusimąstydami, kodėl to reikia. Tačiau taip buvo ne visada. Buvo laikai, kai tūkstantmečius žmonija kentė nuo marų ir epidemijų manydami, kad tai Dievo bausmė už nuodėmes. Tik išsivysčius mokslui buvo nustatyta, kad ligų kaltininkai yra maži padarėliai, gyvenantys kartu su mumis. Tuomet žmonės ir pradėjo rūpintis higiena, nes suprato, jog ji tiesiogiai susijusi su sveikata. Bėgant metams, keitėsi higienos priemonių sudėtis. Atsirado daug sintetinių priedų, kurie per odą ar kvėpavimo takus patenka į organizmą ir gali sukelti begales negalavimų. Statistika tokia, kad per paskutinius dešimtmečius buvo sukurta virš 60 000 įvairių sudedamųjų dalių, kurių niekada nebuvo gamtoje, kurie yra labai prastai ištirti ir tikrai nėra naudingi žmogaus sveikatai. Todėl labai svarbu higienos priemonės rinktis kuo natūralesnes.

Labai džiugu, kad Forever atveria mums akis ir suteikia galimybę rinktis aukščiausios kokybės higienos priemones. Forever priemonėse gausu įvairių žolelių, vaisių ir daržovių ekstraktų, aliejų, o pagrindinė sudedamoji medžiaga, žinoma, yra alavijo želė, kuri maitina, drėkina ir valo, nes sudėtyje turi saponinų.

Muilas yra pati populiariausia ir svarbiausia prausimosi priemonė, kuri išliko iki šių dienų. Ir tai yra vienas pirmųjų žmonijos istorijoje chemijos produktų, kuris buvo verdamas iš aliejaus,



pelenų ir sodos. Šis gamybos būdas yra išlikęs iki šiol.

O Forever gamina **Skystą muilą**, kurio sudėtyje stabilizuota alavijo želė ir natūralios augalinės kilmės valomosios medžiagos. Alyvuogių ir citrinų žievelių aliejai puikiai drėkina rankų odą, o ramunėlės ir agurkų ekstraktas ją ramina.

Turime ir dar vieną gamtos dovaną – **Alavijų ir avokadų muilą**. Jis pagamintas su grynu avokadų sviestu ir dėl išskirtinių šio augalo savybių puikiai valo mūsų kūno ir veido odą. Riebią odą išvalo ir neužkiša porų, o sausą nuramina, pamaitina ir sudrėkina.



Kartais neturime galimybės nusiplauti rankų, tad kompanija sukūrė puikią priemonę – **Rankų valiklį**. Jo sudėtyje esantys alavijai ir medus naikina bakterijas, minkština, drėkina ir valo rankas, o citrina ir levanda suteikia malonų kvapą.

Nuo senų laikų žmonės didelį dėmesį skyrė plaukų priežiūrai, nes vešlūs plaukai simbolizavo statusą. Europoje pirmasis šampūnas buvo pagamintas išvirus tarkuotą muilą su žolelėmis, o įdomiausia tai, kad Filipinuose kondicionierių moterys gamino iš vandenyje mirkyto alavijo. Akivaizdu, kad vertinigi, laiko patikrinti augalai naudoja-

mi iki šių dienų.

Forever taip pat gamina **Šampūną su alavijais**, tik jis dar praturtintas trimis natūraliais aliejais: simondsijų, erškėtuogių ir levandų eteriniu aliejumi. Jis maitina plaukus nuo šaknų iki galiukų, saugo ir drėkina galvos odą. Šampūno sudėtyje nėra sulfatų, tai puiki ir saugi priemonė, kurios dėka plaukai bus sveiki ir žvilgantys. O kad rezultatas būtų optimalus, kaip papildomą priemonę plaukų priežiūrai, kompanija siūlo **Kondicionierių su alavijais**. Abu produktai yra subalansuoto pH ir veikia sinergiškai, t.y. papildo vienas kitą.

Kondicionieriaus sudėtyje esantys keturi natūralūs aliejai maksimaliai maitina plaukus, suteikia jiems spindesio, saugo nuo išsišakojimo, padaro paklusnesnius, lengviau sušukuojamus.



Ne ką mažiau už plaukų priežiūrą yra svarbi ir dantų higiena, kuria žmonės pradėjo rūpintis seniai. Manoma, kad pirmieji dantų pasta pradėjo naudoti egiptiečiai maždaug 5000 m. pr. Kr. Dantų pasta buvo naudojama tais pačiais tikslais kaip ir dabar – siekiant palaikyti dantų ir dantenų švarą, tik sudėtinės medžiagos labai skyrėsi. Vėliau atsirado daug sintetinių priedų, siekiant ne tik išplauti, bet ir išbalinti dantis.

Forever Dantų želė yra įsitvirtinusi šiuolaikinėje rinkoje kaip viena efektyviausių dantų priežiūros priemonių,

sukurta be fluoro, be titano dioksido, be talko, nors šios medžiagos dažnai randamos rinkoje esančiose pastose. Mūsų dantų želė sudėtyje net 35% alavijo, taip pat yra bičių pikio – natūralaus gamtinio antibiotiko, kuris naikina bakterijas, saugo dantis nuo apnašų

susidarymo, o dantenos nuo kraujavimo. O mėtų dėka burna gaiviai kvėpia visą dieną. Tai puikus būdas turėti baltus dantis ir sveikas dantenas.

Dar viena saugi ir gaivi Forever higienos priemonė – **Dezodorantas su alavijais**. Jis neturi aliuminio druskų,

todėl neužkiša porų ir nestabdo prakaitavimo. Per didelis gaunamo aliuminio kiekis gali pakenkti organizmui. Todėl kompanija sukūrė dezodorantą, kurio sudėtyje esantis alavijas ir žolelės neužkiša porų, bet naikina prakaito kvapą, netepa rūbų. Jį galima naudoti iškart po depiliacijos, nes nedirgina odos. Tinka

ir moterims, ir vyrams, nes visi Forever produktai yra universalūs.

Štai puikus **Balzamas po skutimosi** sukurtas vyrams, tačiau juo kuo puikiau naudojami ir moterys. Tai skys-



tos konsistencijos ir malonaus kvapo pienelis, kurio sudėtyje nėra alkoholio, o alavijo želė sudaro net 42 %. Ji drėkina odą, ramunėlės padeda greičiau užgyti žaizdelėms po skutimosi, o rozmarinai suteikia puikų ir prabangų aromatą. Dėl puikios sudėties šis balzamas naudojamas ne tik po skutimosi, bet ir kaip veido kremas sausai ir jautriai odai.

Pasirūpinus savo kūno švara ir gaiva, negalima pamiršti, kad reikia rūpintis ir savo rūbų ir aplinkos higiena. Mūsų aplinkos priežiūrai kompanija sukūrė puikią priemonę – **Forever Aloe**

MPD. Tai koncentruotas, draugiškas aplinkai ir odai valymo ir skalbimo skystis, kurio sudėtyje nėra fosforo. Sudėtyje esančios aktyvios medžiagos puikiai šalina nešvarumus, alavijo želė minkština ir kondicionuoja. Todėl tai ideali priemonė skalbti

įvairių rūšių audinius, net alergiškų kūdikių rūbelius. Nepamainoma priemonė valyti grindims ir kitiems paviršiams, nekenkia lakui. Kadangi puikiai tirpdo riebalus, tai puiki priemonė indams plauti ir dėmėms valyti.

Dar viena labai svarbi ir nepakeičiama namų higienos priemonė – **Citrinų eterinis aliejus**. Pasaulyje pats perkamiausias, Lietuvoje pats mėgstamiausias ir 100% natūralus, todėl be galo naudingas. Nors daugelis žmonių apie eterinių aliejų naudą žino mažai, tačiau tai pati stipriausia, o svarbiausia – natūrali priemonė naikinti

bakterijoms ir virusams. Dezinfekuokite ir gaivinkite namus, jo dėka galėsite atsikvėpyti sintetinių oro gaiviklių. Išėdami į viešumą užlašinkite ant peties ar apykaklės, turėsite puikią apsaugą nuo virusų, nes eterinis aliejus veikia momentiška, ir pagalbą turime iš karto. Dar buityje citrina naudinga dėl to, kad jos nemėgsta vabzdžiai, tad tinka valyti spintoms ir spintelėms, apsipurkšti einant į gamtą. Kadangi turi balinančių savybių, puikiai valo dėmes. Citrinų eterinį aliejų naudodami buityje, jūs kartu ne tik dezinfekuosite aplinką, bet turėsite daugiau energijos, pakilesnę nuotaiką ir būsite darbingesni. Tai gyvieji augalo syvai, kurie visapusiškai teigiamai veikia mūsų organizmą. Svarbu paminėti, kad jie nekenkia naminiams gyvūnams, nes yra natūralūs.

Kompanija pasirūpino ir mūsų augintiniais, sukurdamą pirmos pagalbos priemonę **Veterinarinė formulė**, kurios pagrindinė sudedamoji dalis yra alavijas. Alavijas drėkina, maitina ir ramina, todėl tiks įvairiems

sužeidimams, įbrėžimams ar bėrimams. Pasižymi greitu raminamuoju poveikiu, o kadangi purškiamas, tai labai patogus naudoti. Labai smagu, kad kompanija rūpinasi ne tik žmonėmis, bet ir gyvūnais. Jeigu jie gyvena kartu su mumis, jų higiena ir švara tokia pat svarbi kaip ir mūsų.

Pasitelkusi naujausias technologijas ir natūralius ingredientus, Forever, be jokios abejonės, gamina aukščiausios kokybės higienos priemones, o tai labai svarbu. Būti švariame ir tvarkingame – reiškia būti sveikam.

Lina Paulauskienė

Neitiktina kelionių nauda

Kasmet skirdami laiko atostogoms ir kelionėms galite prailginti gyvenimą

Ar mintis apie kelionę į užsienį sužadina jūsų vaizduotę ir priverčia širdį plakti smarkiau? Pasirodo, kelionės gali duoti daug daugiau, nei vien padėti atsipalaiduoti ir puikiai praleisti laiką.

Panaudoję kelionėms atostogų dienas jūs atgaivinsite protą, kūną ir galbūt net prailginsite gyvenimą. Tyrimai rodo,

kad kelionės į naujas vietas teigiamai veikia beveik visus gyvenimo aspektus. Į darbą veikiausiai grįšite darbingesni ir kūrybingesni. Jausite gerokai mažiau streso ir įtampos, ir galbūt pagaliau įgyvendinsite tą seniai rengiamą projektą. Pažiūrėkime, kuo kelionės gali būti naudingos tiek mūsų fizinei, tiek dvasinei savijautai.

Kelionės puikiai veikia širdį – ir ne tik perkeltine prasme

Kaip rodo bendras Pasaulinės senėjimo sąjungos ir JAV kelionių asociacijos atliktas tyrimas, moterims, atostogaujančioms mažiausiai dukart per metus, gerokai sumažėja širdies smūgio ar mirties nuo širdies ir kraujagyslių ligų rizika. Panašų poveikį kelionės turėjo ir vyrams. Vyrams, kurie neatostogauja bent kartą per metus, 30 proc. išauga rizika mirti nuo širdies ir kraujagyslių ligų.

Tai atrodo visai logiška žinant, kad kelionės mažina stresą. Tyrimai rodo, kad keliaujantys žmonės yra laimingesni, geriau pailsėję ir net keletą savaičių po kelionės jaučiasi mažiau įsitempę.

Kelionės skatina fizinį aktyvumą

Nors atostogų metu ir jaučiamės atsipalaidavę, daugelis mūsų judame daug daugiau nei įprastai. Portalo „U.S. News & World Report“ duomenimis, Europoje apsilankantys turistai apžiūrinėdami žymias vietas kasdien nueina net po 10 mylių. Yra ir daug kitų būdų palaikyti fizinį aktyvumą atostogų metu. Pavyzdžiui, savo pasirinktus objektus galite aplankyti važiuodami dviračiu arba vykti už miesto ir ten pasivaikščioti ar paieškoti kitų įdomių užsiėmimų gamtoje.





Kelionės didina laimės pojūtį ir mažina depresijos riziką

Turbūt nenustebsite sužinoję, kad daugelis žmonių keliaudami jaučiasi labiau atsipalaidavę ir laimingesni. Tačiau Kornelio universiteto mokslininkai nustatė, kad pakylėtai imame jaustis dar prieš lipdami į lėktuvą. Pasirodo, jau pats kelionės planavimas ir laukimas gali didinti laimės jausmą.

Kelionės į užsienį suteikia ne vien trumpalaikį pasitenkinimą. Maršfildo klinikos tyrimo duomenimis, žmonės, atostogaujantys mažiausiai du kartus per metus, mažiau linkę sirgti depresija ar patirti lėtinį stresą.

Kelionės gerina protinę veiklą ir skatina kūrybiškumą

Kolumbijos verslo mokyklos profesorius Adamas Galinsky's atliko keletą tyrimų dėl ryšio tarp kelionių ir kūrybiškumo. Jis pataria keliaujant užsienio šalyse kuo artimiau susipažinti su vietine kultūra, nes tai didina kognityvinį lankstumą, o taip savo ruožtu skatinamas kūrybiškumas. Tačiau tai dar ne viskas.

Galinsky'o tyrimas parodė, kad žmonės, kurie dažniau keliauja ir susipažįsta su kitomis kultūromis, neretai tampa naujovių iniciatoriais ir pasižymi lankstesniu bei gilesniu mąstymu.

Kelionės ugdo charakterį

Problemų sprendimas nepažįstamoje aplinkoje ugdo mūsų gebėjimą prisitaikyti. Atsidūrus už komforto zonos ribų įprasti sunkumai gali atrodyti daug sudėtingesni. Pavyzdžiui, netikėtai susirgę namuose, pernelyg nesijaudiname. Žinome, kur artimiausia ligoninė, kaip į ją patekti ir, ko gero, turime nemažai žmonių, į kuriuos galime kreiptis prireikus pagalbos. Užsienio šalyje viskas kitaip.

Galite pasiklysti, pamesti piniginę ar atsidurti labai prastame viešbutyje. Neleiskite, kad šie galimi sunkumai jus išgąsdintų. Kuo drąsiau pasitiksime iššūkius, tuo lengviau bus juos įveikti nepažįstamoje vietoje, ar grįžus namo.

Kur keliausite?

Dabar pats metas pasvarstyti, kur keliausite per atostogas. Juk kuo greičiau pradėsite planuoti, tuo laimingesni jausitės. Susipažindami su kitomis šalimis ir tyrinėdami pasaulį įgysite visiškai naują požiūrį, susipažinsite su naujais žmonėmis ir tapsite sveikesni ir laimingesni.



Pasimėgaukite savaitgalio išvyka

Jei negalite leistis į ilgesnę kelionę, pasistenkite kuo geriau išnaudoti tą laiką, kurį turite. Tinkamai viską suplanavę galėsite pasimėgauti puikiu nuotykiu net ir neturėdami daug laiko. Siūlome keletą patarimų, kaip kuo geriau pasiruošti tokiai kelionei.

1

Skirkite kuo mažiau laiko pačiam keliavimui

Jei norite kuo ilgiau pabūti pasirinktoje vietoje, pasistenkite kuo mažiau laiko skirti pačiam keliavimui. Rezervuokite skrydžius be sustojimo, kad nereikėtų gaišti laiko lūkuriuojant. Išsirinkite vietą su daug įžymių, kad nereikėtų valandų valandas keliauti nuo vieno objekto prie kito.

2

Suplanuokite ilgesnį savaitgalį

Kad savaitgalio išvyka nekeltų įtampos, suplanuokite ilgesnį savaitgalį. Turėdami papildomą laisvą dieną ar dvi, galėsite daugiau pamatyti ir geriau atsipalaiduosite.

3

Pamirškite įtaisus ir pasimėgaukite ramybę

Atidėkite į šalį telefoną ir nešiojamą kompiuterį ir džiaukitės akimirka. Neatsiliepdami į darbus skambučius ir neatsakinėdami į elektroninius laiškus geriau išnaudosite savo trumpas atostogas ir kuriam laikui pamiršite rūpesčius. Atgal grįšite pailsėję ir atgavę jėgas.

**4**

Vežkitės nedaug daiktų, kad

galėtumėte laisvai judėti iš vienos vietos į kitą

Trumpos kelionės grožis slypi tame, kad galite vežtis nedaug daiktų ir išvengti nereikalingo vargo. Tiesą sakant, jei jūsų laukia kelionė lėktuvu, ko gero, viską pavyks sutalpinti į rankinį bagažą ir neteks stoviniuoti bagažo atsiėmimo skyriuje laukiant savo lagamino.

www.foreverliving.com

5

Neperkraukite dienotvarkės

Planuodami maršrutą, neperkraukite jo lankytais objektais. Suplanuokite laiką taip, kad galėtumėte keliauti neskubėdami ir nejausdami įtampos dėl to, kad reikia kuo greičiau nuvykti į kitą vietą.

Mėgaukitės išvyka

Ar esate pasiruošę kurti naujus prisiminimus? Leiskitės į kelią ir mėgaukitės kiekviena akimirka. Net trumpa kelionė gali tapti nuotykiu, kurį prisiminsite ne vieną dešimtmetį.



KAIP IŠMOKYTI SAVO
SMEGENIS POZITYVIAU ŽVELGTI
Į GYVENIMĄ IR SAVE

Afirmacijų galia

Kaip teigė Winstonas Churchillis, „pesimistas mato problemą kiekvienoje galimybėje; optimistas mato galimybę kiekvienoje problemoje“. Optimizmas – svarbiausias raktas į sėkmę, ir būtent nuo jo gali priklausyti, ar jums pavyks įgyvendinti savo tikslus. Optimistiškai nusiteikusiems žmonėms geriau sekasi visose gyvenimo srityse, pradedant asmeniniu gyvenimu ir baigiant profesiniais pasiekimais. Harvardo universiteto profesorius Šonas Eikoras (Shawn Achor) praktiniais

tyrimais įrodė, kad įdėjus šiek tiek pastangų, žmonės, kuriuos laikome pesimistais, gali tapti daug optimistiškesni.

Kitaip tariant, jei esate linkę į pesimizmą ir neretai matote tik neigiamą situacijos pusę ar tikėtės tik blogiausio rezultato, tai nereiškia, kad taip turi būti visada. Galite išmokyti savo smegenis pozityviau žvelgti į gyvenimą ir save.

Vienas geriausių būdų pradėti šį smegenų mokymo procesą – afirmacijos.

KAS YRA AFIRMACIJA?

Afirmacija – tai pozityvus teiginys, kurį sau kartojate, norėdami pakeisti mąstymo kryptį ir išsiugdyti pozityvesnį požiūrį į save ir pasaulį. Jei viskas daroma teisingai ir nuosekliai, afirmacijos gali padėti jums įgyvendinti jūsų tikslus ir įnešti į gyvenimą taip reikalingo pozityvumo ir dėkingumo.

“ PESIMISTAS MATO PROBLEMĄ KIEKVIENOJE GALIMYBĖJE; OPTIMISTAS MATO GALIMYBĘ KIEKVIENOJE PROBLEMOJE “.

Winstonas Churchillis



Pagrindiniai būdai, kaip afirmacijos gali pagerinti jūsų gyvenimą:

- Afirmacijos įkvepia optimizmo, kuris gerina jūsų fizinę ir dvasinę savijautą ir leidžia įgyvendinti profesinius tikslus.
- Jos padeda nusistatyti svarbiausius tikslus ir matyti platesnę perspektyvą.
- Jos padeda suprasti ir realizuoti savo potencialą.
- Kasdien kartojamos afirmacijos padeda matyti save ir aplinkinius pozityvesnėje šviesoje.
- Jūsų mąstymas tampa harmoningesnis, ir jūs lengviau išvengiate negatyvių minčių.

KAIP NAUDOTI AFIRMACIJAS

Jei dar niekada nebandėte kartoti afirmacijų, galite pradėti nuo teiginių apie save. Kaip teigiama žurnale „Psychology Today“, tokie teiginiai yra labai veiksmingi ir padeda pozityvioms žinutėms įsitvirtinti jūsų pasąmonėje. Šie pozityvūs teiginiai gali pakeisti negatyvius mąstymo modelius, per laiką susiformavusius jūsų pasąmonėje. Pabandykite kartoti afirmacijas keletą dienų ir stebėkite, kaip tai paveiks jūsų gyvenimą.

Keletas patarimų, kaip sukurti veiksmingą afirmaciją:

1. Afirmacijoje naudokite „aš“.
2. Į afirmaciją įtraukite žodį, nusakantį emociją.
3. Kalbėkite esamuju laiku.
4. Kalbėkite apie savo tikslą kaip jau pasiektą.

TEGUL OPTIMIZMAS VEDA JUS PIRMYN

Gebėjimas pozityviai žvelgti į pasaulį gali visiškai pakeisti jūsų gyvenimą. Nesvarbu, ar esate verslo savininkas, norintis produktyviau dirbti ir turėti daugiau klientų, ar žmogus, siekiantis pagerinti savo fizinę formą, šios kasdienės pratybės gali būti jums naudingos.

Laimė ir optimizmas užkrečiami. Dalinkitės savo optimizmu su kitais, ir netrukus pastebėsite, kiek daug galite nuveikti dirbdami kartu. Apsupkite save žmonėmis, kurie taip pat kasdien atlieka optimizmą skatinančius pratimus, ir visi kartu jūs pasieksite sėkmę.

AFIRMACIJŲ PAVYZDŽIAI:

- Aš dirbu mėgstamą darbą ir man puikiai sekasi.
- Aš pasitikiu savimi ir priimu teisingus sprendimus.
- Aš kasdien sportuoju ir lieknėju.
- Aš drąsiai kalbu prieš auditoriją.
- Kiekviena mano patirtis mane išmoko kažko naujo.
- Aš drąsiai ir su pasitikėjimu išėinu iš komforto zonos.
- Aš gerai organizuoju savo darbus ir viską atlieku laiku.
- Aš turiu jėgų viską padaryti gerai ir pasiekiu ką užsibrėžiau.



“ LAIMĖ IR OPTIMIZMAS
UŽKREČIAMSI. DALINKITĖS SAVO
OPTIMIZMU SU KITAIŠ.

Forever visame pasaulyje



FOREVER®

Pagrindinis Forever biuras – tai graži valda Skotsdeile šalia Finikso, Arizonos valstijoje, iš kur vadovaujama visai Forever veiklai.



FOREVER
NUTRACEUTICAL

Šioje 7665 kvadratiųjų metrų gamybos įmonėje, įsikūrusioje Tempės mieste šalia Finikso, Forever gamina maisto papildus ir miltelių pavidalo maisto produktus.



ALOE VERA
OF AMERICA, INC.

Dalase, Teksaso valstijoje, įsikūrusi Aloe Vera of America yra mūsų pagrindinė gamykla, kurioje gaminami produktai klientams visame pasaulyje.



Forever, turinti plantacijų ir įmonių visame pasaulyje, yra tikra pasaulinė bendrovė

Mes didžiuojamės, kad per savo pasaulinį biurų, logistikos centrų, gamybos įmonių ir alavijų plantacijų tinklą galime aprūpinti savo produktais milijonus žmonių. Kontroliuodami kiekvieną gamybos aspektą galime užtikrinti, kad mūsų klientus bet kuriame pasaulio kampelyje pasieks tik šviežiausi ir aukščiausios kokybės produktai.



**FOREVER ALOE
PLANTATIONS**

Mes patys auginame, nuimame ir apdorojame alavijus savo plantacijose Dominikos Respublikoje ir Teksaso valstijoje.



Mūsų logistikos centras Olandijoje suteikia mums galimybę pristatyti produktus į daugiau nei 160 šalių.

JAU
GREITAI!

Tegul šviečia saulė

**Apsauginis kremas nuo
saulės leis jums mėgautis
grynu oru nepatiriant
kenksmingo saulės
spindulių poveikio.**

Apsaugokite odą alavijų galia. Ši vandeniui atspari priemonė su SPF 30 užtikrina plataus spektro apsaugą nuo UVA ir UVB spindulių, o joje esanti raminanti alavijų želė sulaiko odoje drėgmę. Veiksmingas ir švelnus kremas nuo saulės apsaugos visą jūsų šeimą – kad ir kur nuotykiškai jus nuvestų.

SPF
30



**The
Aloe Vera
Company**



FOREVER®