

4Life® Style Magazine



PAPILDAI & GYVENIMO BŪDAS

*4 pagrindiniai patarimai
kaip gyventi sveikai*

**KAS YRA IMUNINA
SISTEMA?**

TESTAS

*Ar jaučiatės
energingi?*

**“4LIFE
STIPRYBĖ”**

KOKIE VITAMINAI IR
MINERALAI SUSTIPRINA JŪSŲ
IMUNINĘ SISTEMĄ?



2019/2020 METŲ RUDUO – ŽIEMA

Moksliniai duomenys apie „4Life Transfer Factor™“ yra pagrįsti intensyviais tyrimais ir itin moderniomis technologijomis bei nuolatiniu produktų naujovių diegimu. Šių produktų sudedamosios dalys padeda palaikyti jūsų imuninės sistemos sveikatą.

„4Life Transfer Factor“ produktai yra patentuoti ir sertifikuoti, gaminami naudojant kruopščiai mokslinių tyrimų rezultatus. Mūsų mokslinių tyrimų bei technologinės plėtros komanda visokeriopai siekia kurti produktus, kurie puikiai prisidėtų prie jūsų geros savijautos ir atitiktų griežčiausius kokybės bei analizės standartus.

Moksliniai tyrimai – tai vienas iš pagrindinių „4Life“ verslo principų. Kiti mūsų principai – tai sėkmė ir tarnavimas.

Sveika gyvensena reiškia investavimą į mūsų gerą savijautą, gyvenimo kokybę ir mums svarbius žmones. “



„Kai jaučiatės energingi, galite patirti visą gyvenimo džiaugsmą. Tačiau tam, kad šį tikslą pasiektumėte, reikia sveikos gyvensenos ir gerai subalansuotos mitybos.“

DAVID VOLLMER

„4Life Research“ mokslo direktorius

Geriausias maisto papildų tiekėjas

2018 metais leidinys „Corporate USA TODAY“ kompaniją „4Life“ įvardijo kaip geriausią JAV sveikatos ir fizinės formos palaikymo papildų tiekėją.





Kas yra imuninė sistema?

Mūsų imuninė sistema – tai sudėtingas ir interaktyvus organizmo tinklas. Jį sudaro ląstelės, audiniai ir organai,, kurie drauge mūsų organizmą apsaugo nuo virusų, bakterijų bei grybelių, taip užtikrindami optimalų kūno funkcionavimą.

Imuninė sistema yra atsakinga už galimų patogenų identifikavimą, jų neutralizavimą ir, galiausiai, pašalinimą iš organizmo.

Kai tik organizmas identifikuoja pavojų (išorinį ar net vidinį), kone iškart pajuntame, kad kažkas ne taip.

Visos šios funkcijos imuninei sistemai padeda įvairius pavojus atpažinti, į juos reaguoti ir įsiminti juos ateičiai.”

**ATPAŽINTI, REAGUOTI
IR ĮSIMINTI**

KIEK IMUNINIŲ SISTEMŲ TURIME?

1 – ĮGIMTA IMUNINĖ SISTEMA

Pirmiausia yra įgimta imuninė sistema, kuri užtikrina plataus spektro ir nespecifinį atsaką į bet kokius svetimus įsibrovėlius, tokius kaip bakterijos ar virusai. Pavyzdžiui, kai netyčia įsipjaunate arba nusideginate pirštą, uždegimas ir skausmas – tai įgimtos imuninės sistemos funkcijos.

2 – ĮGYTA IMUNINĖ SISTEMA

Tada yra humoralinė arba įgyta (adaptyvioji) imuninė sistema. Mūsų organizmas mokosi ir, vadovaudamasis besikartojančiomis patirtimis, tobulėja. Galimas jos pavyzdys yra vėjaraupiai. Jei susergate vėjaraupiais, organizmas apie juos sužino ir, jei su tuo susiduria vėl, reaguoja į juos geriau.

„4LIFE“ STIPRYBĖ

KOKIE VITAMINAI IR MINERALAI SUSTIPRINA JŪSŲ IMUNINĘ SISTEMĄ?

Kviečiame susipažinti su kai kuriomis itin svarbiomis maisto medžiagomis, padedančiomis palaikyti jūsų imuninės sistemos sveikatą, kurias „4Life“ deda į įvairius savo produktus.

VITAMINAS C

VITAMINAS A

VITAMINAS B12

VITAMINAS B6

VITAMINAS D

FOLIO RŪGŠTIS

SELENAS

VARIS

CINKO

1

Riovida
RiteStart
NutraStart
BCV
Glucoach
Vista

2

Energy Go
Stix Tropical
RiteStart
NutraStart,
BCV

3

RiteStart
BCV

4

FibroAMJ
BCV

5

RiteStart
NutraStart

6

RiteStart
NutraStart
BCV

8

RiteStart
NutraStart
BCV

7

BCV

9

Vista
BCV
NutraStart
RiteStart
Plus



AR JAUČIATĖS ENERGINGI?

Kad ir koks būtų jūsų gyvenimo būdas ar energingumo lygis, mokslu pagrįsti „4Life“ produktų privalumai jums visada gali būti naudingi. Sužinokite savo energingumo lygį ir tai, kurie produktai jums praverstų labiausiai.

1 Kokia yra jūsų mityba?

- A | Įvairiapusė ir subalansuota.
- B | Normali.
- C | Kaip papuola.

3 Kaip valdote stresines situacijas?

- A | Išlaikau ramybę.
- B | Bandau atrasti būdą išlaikyti pusiausvyrą.
- C | Paprastai įsitempiu ir stresuoju.

5 Kiek kiekvieną parą išmiegate?

- A | Daugiau nei 8 valandas.
- B | 6–7 valandas.
- C | Mažiau nei 6 valandas.

2 Kaip dažnai mankštinatės?

- A | Reguliariai, bent du kartus per savaitę.
- B | Kartą per savaitę.
- C | Retai arba apskritai ne.

4 Koks yra jūsų gyvenimo būdas?

- A | Aktyvus.
- B | Nuosaikus.
- C | Daugiausiai sėdžiu.

Daugiausiai atsakymų A:

Taip ir toliau! Jūsų gyvenimo būdas yra optimalus. Kodėl nepagalvojus apie pakelį „Riovida Burst“ su vitaminu C, kuris palaikytų normalų jūsų imuninės sistemos veikimą, kai intensyviai mankštinatės.

Daugiausiai atsakymų B:

Jūsų gyvenimo būdas – be kraštutinumų. Rinkdamiesi „Energy Go Stix Tropical“ – mīšiniį, kuriame yra paragvajinių bugienių ir paulinijų – gausite impulsą gyventi aktyviau.

Daugiausiai atsakymų C:

Tam, kad gyvenimo būdą pagerintumėte, įpročius jums reiktų pakeisti. Pradėkite laikytis subalansuotos mitybos ir kaip papildą vartokite „Ritestar“, kad taip pat gautumėte vitaminų, mineralų, nepakeičiamųjų riebalų rūgščių bei antioksidantų. Jau dabar reiktų pagalvoti apie mankštinimąsi. Jis jūsų energingumą tikrai padidins!

PAPILDAI

& GYVYBĖ

4 pagrindiniai patarimai kaip gyventi sveikai

Kupina streso kasdienybė, biologiniai veiksniai ir kiti dalykai gali sukelti pavojų jūsų imuninei sistemai ir taip pabloginti jūsų sveikatą. Tačiau tokio scenarijaus išvengti gali padėti keli paprasti patarimai.

1

„Valgykite vaisius bei daržoves, nes juose yra antioksidantų (pavyzdžiui, šilauogės ir vynuogės). Jie kovoja su laisvaisiais radikalais ir taip padeda apsaugoti nuo žalos ląstelėms.

Ar žinojote, kad į „Riovida“ sudėtį įeina įvairūs antioksidantų turintys vaisiais ir vitaminas C, padedantis kovoti su oksidacine apkrova.”



2

Reguliari mankšta ne tik pagerins jūsų formą, bet ir padės apsaugoti imuninę sistemą bei ją rūpintis. Būtų idealu, jei užsiimtumėte ištvermės sportu, tokiu kaip bėgimas, plaukimas ar dviračių sportas. Į „Renuvo“ sudėtį įeina dažinės ciberžolės ir juodieji pipirai – šios dvi sudedamosios dalys puikiai papildo jūsų mankštos planą, kai norite rūpintis imunine sistema, ir padeda šio plano laikytis.

3

Sveika ir įvairiapusiška mityba imuninę sistemą aprūpina svarbiomis ir reikalingomis maisto medžiagomis, tad taip užtikrinama geresnė viso kūno apsauga. „Energy Go Stix Tropical“ turi korėjinio ženšenio ir suteikia papildomą stimulų laikytis aktyvesnio gyvenimo būdo.



4

„Stresas mūsų apsaugą susilpnina. Todėl stresui svarbu palaikyti atsvarą – atsipalaiduoti. Į „4Life Transfer Factor Reflexion“ sudėtį įeina Avena Sativa ir L-teaninas, padedantys nurimti ir palaikyti proto pusiausvyrą.”



**“AR ŽINOJOTE, KAD SU LOYALTY PROGRAM KIEKVIENĄ
MĖNESĮ GALITE GAUTI NEMOKAMĄ PRODUKTĄ?
BE TO, TAIP KAUPIATE KREDITUS, KURIUOS GALITE IŠKEISTI Į
MĖGSTAMUS PRODUKTUS*”**

* Nemokamą mėnesio premijos produktą atsiųsime su kitu jūsų užsakymu pagal Loyalty Program, jei tik pirmasis užsakymas yra ne mažesnis kaip 125 LP ir užsakymo pagal Loyalty Program apimtis išlieka ne mažesnė kaip 125 LP.