

LifeCare®

HAPPY
EVERY DAY

2023 103. szám

Ez a kiadvány kizárólag
Life Care® partnerek számára
készült!

Boldogság

SZEPTEMBER 4 · 18 OKTÓBER

NAPLÓ

Melegítő tapaszok, MINERAL
POWER, Life Care®

közvetlen hatással van az izom-,
ízületi és menstruációs panaszokra
részletek a 2. oldalon



Termékek mindennapos használatra! 3

2023-as GOLD PLUS UTAZÁS 7

HAPPY KARAVÁN új Life Care®
katalógusbemutató - 2023 | őszi kiadvány 8

Hogyan győzd le a
stresszt
az üzleti
életben
és hogyan

alakíts ki sikeres
kapcsolatokat?

részletek az 5. oldalon



5987

MINERAL POWER melegítő tapaszok, Life Care®

az ELSŐSZÁMÚ választás az izom-, az ízületi és a menstruációs panaszok enyhítésére!

Az izomfájdalom az izomszövetekben megjelenő kellemetlen érzésre vagy általános diszkomfort-állapotr utal.

Az ízületi fájdalmak az ízületekben jelentkező kellemetlen, fájdalmas érzésekre utal, amelyek az enyhe merevség- vagy diszkomfortéztől az intenzívebb fájdalomig vagy akár mozgáskorlátozottságig terjedhetnek.

A menstruációs diszkomfortézés, más néven menstruációs fájdalom vagy menstruációs görcsök, a menstruációs ciklus alatt sok nő által tapasztalt kellemetlen érzésekre és fizikai tünetekre utal. Ezek a tünetek az enyhétől az intenzívig terjedhetnek, és befolyásolhatják a nők életminőségét a hónap ezen időszakában.

MIÉRT fordulnak elő izom- és az ízületi panaszok? OKOK:



Fizikai túlterhelés: a megerőltető vagy ismétlődő fizikai aktivitás izom- és ízületi panaszokhoz vezethet. A túlterhelés az izom- és az ízületi szövetek mikro-sérülését okozhatja, ami fájdalomhoz és gyulladásához vezet.



Sérülések: az izmokat és az ízületeket ért sérülések vagy traumák fájdalmakat okozhatnak. Ez ficam, húzódás, izomszakadás vagy porckopás is lehet.



Helytelen testtartás: A hosszú ideig tartó helytelen testtartás nyomást gyakorolhat az izmokra és az ízületekre, ami fájdalmakhoz vezethet. Például a hosszan tartó ülés izom- és ízületi fájdalmat okozhat.



Gyulladás: A gyulladás a szervezet természetes válasza a sérülésre vagy fertőzésre. Az izmokat és az ízületeket érintheti, amely kellemetlen érzésekkel és fájdalmakkal járhat.



Stressz és szorongás: A stressz és a szorongás hozzájárulhat az izom- és ízületi panaszokhoz. Az érzelmi feszültség fokozott izomösszehúzódást okozhat, és súlyosbíthatja a már fennálló tüneteket.

Melegítő tapaszok, MINERAL POWER, Life Care® a hatékony és könnyen használható megoldás, amely segít, hogy újra csúcsformában érezhesd magadat!

A következő összetevőket tartalmazza:
Aktív szén | Eukaliptusz | Ginszeng

LifeCare®
MINERAL POWER
WARMING PADS

- Relaxes the muscles
- Improves mobility
- Local action

5 x pieces

Instant long-term soothing effect

4097

**Melegítő tapaszok,
MINERAL POWER,
Life Care®**

🛒 3.290 Ft

📦 2.490 Ft

🔔
ÚJ

közvetlen hatással van az izom-,
ízületi és menstruációs panaszokra

ellazítja az izmokat és javítja a mobilitást

kellemes nyugalmérzetet biztosít

LifeCare®
MINERAL POWER
WARMING PADS

- Relaxes the muscles
- Improves mobility
- Local action

2 x pieces

Instant long-term soothing effect

Termékek

mindennapos használatra

A második azonos terméket kedvezőbb áron szerezheted meg!



4482

Medve Erő melegítő gél,
BIO növényekkel

☞ 4.890 Ft ♥ 1 | 2. termék: **2.690 Ft**

4079

Fogkrém,
BIO kamilla kivonattal

☞ 1.290 Ft ♥ 1 | 2. termék: **645 Ft**

4454

Hűsítő ördögcsáklya gél
BIO növényekkel

☞ 2.890 Ft ♥ 1 | 2. termék: **1.445 Ft**

4010

Szappan kókusszal
és pálmaolajjal

☞ 1.290 Ft ♥ 1 | 2. termék: **645 Ft**

766

ArtroLife,
zöldkagyló kivonattal

☞ 3.790 Ft ♥ 1 | 2. termék: **1.515 Ft**

4054

Sensitive touch anticellulit gél,
BIO mentával

☞ 5.890 Ft
☞ 4.990 Ft ♥ 1 | 2. termék: **2.945 Ft**

774

Korall kalcium
és magnézium komplex

☞ 2.490 Ft ♥ 1 | 2. termék: **1.245 Ft**

4450

Regeneráló gél BIO fekete
nadálytővel és növényekkel

☞ 3.390 Ft ♥ 1 | 2. termék: **1.695 Ft**

8042
ProbiLife
baktérium
komplex-szel

☞ 5.190 Ft

2.595 Ft a 2. termék

4011 **Tusfürdő** BIO
eukaliptusszal

4012 **Tusfürdő** BIO
növényekkel és
erdeifenyővel

4013 **Tusfürdő** BIO
mézfűves kivonattal

☞ 2.490 Ft

1.245 Ft a 2. termék

Bármelyiket választhatod!

4030
Lábkrém, karbamiddal
és BIO növényekkel

☞ 2.990 Ft

4459
Komfort Roll
BIO növényekkel

☞ 3.090 Ft

1.390 Ft a 2. termék

Bármelyiket választhatod!

21257
Treasured Rose természetes
dezodor BIO növényekkel

☞ 2.990 Ft ☞ 2.590 Ft

1.495 Ft a 2. termék

4351
Masszázs szer,
BIO növényekkel

☞ 3.690 Ft

4585
Testápoló krém, kenderolajjal
és BIO növényekkel

☞ 4.190 Ft ☞ 3.890 Ft

2.095 Ft a 2. termék

Bármelyiket választhatod!

21258
Magic Elixir olaj
hajra és bőre, BIO
növényekkel

☞ 9.390 Ft ☞ 8.590 Ft

21199
Kapszulák, Hyaluron &
Collagen Komplex

☞ 2.290 Ft

AJÁNDEK

Vásároljon egy
Magic Elixir olaj
hajra és bőre,
BIO növényekkel,
Life Care® és
ajándékba kapja,
termék,
Kapszulák,
Hyaluron &
Collagen
Komplex,
Life Care®!

Vásároljon Aktív gél, oldat menta illóolajjal a WC-csésze tisztítására, Life Care® vagy Fürdőtisztító oldat menta illóolajjal, Life Care® és mindössze 2.250 ft-ért megkapja a BioHAUS® spray aktív klórral és oxigénnel, 500 ml!

508
Aktív gél, oldat
menta illóolajjal a
WC-csésze
tisztítására

☞ 3.290 Ft

975
Fürdőtisztító
oldat menta
illóolajjal

☞ 3.490 Ft

9394
Spray aktív klórral
és oxigénnel, 500 ml

☞ 7.490 Ft
☞ 5.790 Ft

♥ Erre a
termékre
2.250 Ft

70% KEDVEZMÉNY
Most csak



1323
Cappuccinós
vegán fehérjeszelet

1324
Kakaóbabos
vegán fehérjeszelet

790 Ft

435 Ft a 2. termék Barmelyiket választhatod!



570
Öko tea köhögés és
köpet csillapítására

1.990 Ft ~~1.890 Ft~~

573
Öko gyógytea az
immunitásért

1.690 Ft

1.095 Ft a 2. termék Barmelyiket választhatod!

745 ~~2.990 Ft~~
Super Colon Cleanse, Öko
Psyllium korpával

756 ~~2.290 Ft~~
Ginkgo Biloba lecitinnel

1511 ~~2.890 Ft~~
MenstroEasy, ligetszépe olajjal
és E-vitaminnal



1.345 Ft a 2. termék Barmelyiket választhatod!



856
EchinaPlus echinaceával,
propoliszal és C-vitaminnal

3.490 Ft

7040
UltimateImmuno, BIO
acerolával és fűzfával

3.990 Ft ~~3.790 Ft~~

1.995 Ft a 2. termék Barmelyiket választhatod!



7038
OPC antioxidáns,
szőlőmag-kivonattal

4.890 Ft

7052
UroBlock komplex,
D-mannózzal és áfonyával

5.590 Ft ~~5.390 Ft~~

2.515 Ft a 2. termék Barmelyiket választhatod!



476
Torok cukorkák, BIO
zsályával

477
Cukorkák köhögésre, BIO
ekinaceával

1.590 Ft

875 Ft a 2. termék Barmelyiket választhatod!



7044
Vitaminkomplex
D3- (2000 NE),
K2-vitaminnal és
lenmagból kinyert
Omega 3-mal

4.490 Ft

2.470 Ft a 2. termék

Healthy CLUB
by LifeCare

Csatlakozz az Healthy Club+ - hoz ebben a hónapban, és a következő exkluzív ajánlatokat is eléred!

A 2. termék (azonos) kedvezőbb áron érhető el a Healthy Club+ tagok számára!

729
Rhodiola Rosea

2.990 Ft

♥ 1 | 2. termék: **745 Ft**

730
Nyugtató
macskagyökér-kivonattal

2.890 Ft

♥ 1 | 2. termék: **890 Ft**

757
Antistressz, Noni
gyümölcscsel

2.490 Ft

♥ 1 | 2. termék: **995 Ft**

4482
Medve Erő melegítő
gél, BIO növényekkel

4.890 Ft

♥ 1 | 2. termék: **1.710 Ft**

7041
HappyDreams,
Schizandrával, Nonival,
Rhodiolával és Macskagyökérral

4.390 Ft ~~4.190 Ft~~

♥ 1 | 2. termék: **1.790 Ft**

Ön 15.990 ft értékű terméket vásárol, és megkapja a ZEO Active, ökológiai por gyümölcsök és zöldségek tisztítására, Life Care®!

*rendelésenként egy termék 4.790 ft értékben.

9291

ZEO Active, ökológiai por gyümölcsök és zöldségek tisztítására

13.690 Ft 10.290 Ft

4.790 Ft Most csak



1.795 Ft a 2. termék

917

Sütőtisztító oldat

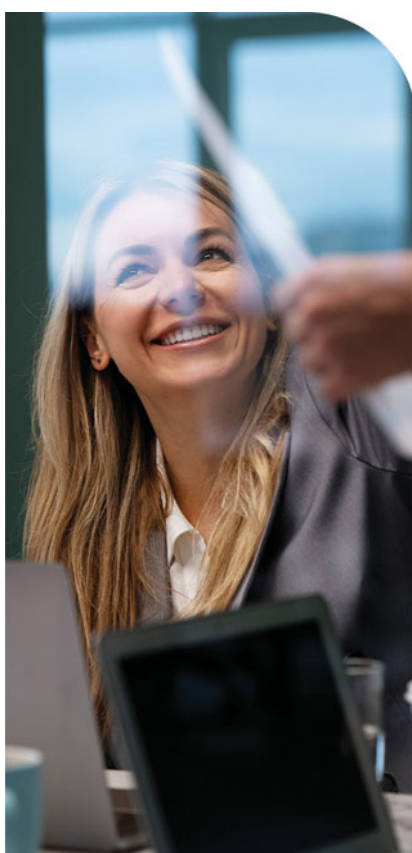
980

BIO környezetbarát ablaktisztító

2.990 Ft

Bármelyiket választhatod!

Hogyan győz le a stresszt az üzleti életben és hogyan alakíts ki sikeres kapcsolatokat?



Milyen gyakran gondolsz az egészséges és sikeres kapcsolatok kiépítésére és fenntartására az üzleti életben? Ez egyáltalán nem egy könnyű dolog, és néha bizony stresszes is lehet. Vezetőként biztosan tisztában vagy azzal, hogy mennyire fontos az, hogy erős kapcsolatokat alakíts ki mindenkiel magad körül. Az alkalmazottaktól kezdve a beszállítókon, a partnereken és nem utolsósorban az ügyfeleken át mindenkiel.

Mutatunk három lehetőséget, amelyek vállalkozóként a mindennapjaid során segíthetnek megerősíteni az üzleti kapcsolataidat:

I. Fejleszd az érzelmi intelligenciádat

Mit jelent az érzelmi intelligencia valójában? Ez a kifejezés Daniel Goleman nevéhez fűződik, aki szerint: "Az érzelmi intelligencia (EQ) a vezető számára a kiváló teljesítmény eléréséhez szükséges készségek és kompetenciák mintegy 67%-át foglalja magában. Ezek a készségek és kompetenciák kétszer annyira fontosak, mint maga a szakértelem (területen szerzett tudás) és az IQ". Az érzelmi intelligencia egyik területe a kapcsolatmenedzsment, amely az

inspiráló vezetésre, a vezető befolyására, a mások fejlődésének segítésére, a pozitív változások előidézésére, a konfliktusok mérséklésére, az erős intraperszonális kapcsolatok kiépítésére, valamint a kommunikációra, a csapatmunkára és az együttműködésre való összpontosításra utal.

Fontos, hogy időt szánj az érzelmi intelligenciához kapcsolódó készségek fejlesztésére azáltal, hogy alaposan átgondolod a mindennapi cselekedeteidet.

Legyél tudatában saját és mások testbeszédének. Milyenek azok, akikkel kapcsolatba kerülsz? Milyen hangnemet, gesztusokat alkalmaznak? Unottak vagy boldogok, hogy veled beszélgethetnek? Figyelj a nem verbális kommunikációra, és tanuld meg, hogyan vond be a többieket a beszélgetésbe.

2. Legyél híd a munkatársaid között

A leghatékonyabb vezetők nyitott, sokszínű és bizalommal teli kapcsolatokat építenek ki. Egy vezető érzelmi állapota pedig valóban átragad a körülötte lévőkre, ezért csak pozitívan, és soha ne hagyd abba mások inspirálását. A vezetés művészete arról szól, hogy mindegyik fél számára hatásos és hatékony kapcsolatokat teremts.

Próbáld meg azonosítani az egyes személyek és csoportok sajátosságait, teremsz kapcsolatokat, és kösd össze azokat, akik sikeres kapcsolatokat tudnak kialakítani.

3. Adj ajándékot minden nap

A kedvesség és a nagylelkűség sok-sok mérgező érzelmeket blokkol, köztük az irigységet, a neheztelést, a megbánást és a depressziót. A naponta gyakorolt hála bizonyítottan a stresszt okozó hormonok, köztük a kortizol és az adrenalin szintjének csökkenéséhez vezet. Próbáld meg úgy megközelíteni a másokkal való kapcsolataidat, hogy azt nézd, hogy miként segíthetsz nekik. A helyes irányba tudod őket terelni? Tudsz nekik értékes tanácsot adni? Tudsz nekik segíteni a közérzetük javításában?

Ezáltal azok, akikkel kapcsolatba kerülsz, úgy fogják érezni, hogy értékeli őket, és nyitottabbak lesznek a veled való kapcsolódásban. Vezetőként te pedig motivált leszel, és erőteljes lesz a csoportodhoz tartozás érzése, és a stressz-szinted is csökkenni fog. Kövesd ezt a három lépést, és tedd jobbá a kapcsolataidat a körülötted lévővel, és vonzz még több sikert az életedbe!

A cikket írta:
Boeru Elena – Online & Kommunikációs szakértő

Előadók július 2023 Megcsinálták! Inspirálódj a példájukból!



A Life Care® termékeket édesanyámon, Kaszáné Szászi Editen keresztül ismertem meg.

Az a tapasztalatom, hogy az emberek, ahogy én is, szeretik a Life Care® termékeket.

A Life Care® termékek kiváló minőségűről és megbízhatóságukról ismertek. Az ügyfelek értékelik a termékek tartósságát és hatékonyságát, ami pozitív felhasználói élményhez vezet.

A cég folyamatosan arra törekszik, hogy innovatív megoldásokat fejlesszen ki az ügyfelek igényeinek kielégítésére, technológiailag fejlett és hatékony termékeket kínáljanak.

A Life Care® termékek széles skáláját kínálja különböző kategóriákban, különféle igényeket és preferenciákat kielégítve. Legyen szó egészségügyi, testápolási vagy

otthoni ápolásról, a vásárlók sokféle termék közül választhatnak. A cég megbízható márkaként erős hírnevet épített ki a piacon. Az ügyfelek bíznak abban, hogy a márká biztonságos, megbízható és hatékony termékeket szállít, ami hozzájárul hűségükhöz és elégedettségükhöz. Sok ügyfél kiemeli a termékek hatékonyságát, az ár-érték arányt.

Összességében az emberek azért szeretik a Life Care® termékeket, mert azok kiváló minőségű, innovatív és megbízható megoldásokat kínálnak, amelyek megfelelnek sajátos igényeiknek. A márká elkötelezettsége az ügyfelek elégedettsége mellett, pozitív értékelésekkel és versenyképes árakkal párosulva hozzájárul a Life Care® termékek népszerűségéhez és hűségéhez a fogyasztók körében.

Én is jó szívvel ajánlom minden korosztálynak a termékeinket.

Kasza Zsóka, Silver Director minősítés

” Összességében az emberek azért szeretik a Life Care® termékeket, mert azok kiváló minőségű, innovatív és megbízható megoldásokat kínálnak, amelyek megfelelnek sajátos igényeiknek.



"EGY VEZETŐ CSAK ANNYIRA JÓ, MINT A CSAPATA!" Mindig ez lebegett előttem. Ezt kerestem, ezt próbáltam megvalósítani a környezetemben.

Az úton elindultunk a Life Care® lépcsőfokain. Külön köszönet mindezen sikerekért Lázár Melinda gyémánt igazgatónak, Burján Attila felső vezetőmnek és Bérczi Beatrix vezető társamnak a biorezonancia mérésekkel fűszerezett szolgálatáért, és természetesen a csoportom partnereinek a hittel végzett munkájukért. Nélkülük ez az eredmény nem valósulhatott volna meg!

Céloom kezdetektől fogva a direktori szint elérése volt. Ez továbbra is a 2023-as év célkitűzése.

Péter Major, 17% - os szint

Diétával a krónikus fáradtság ellen



A krónikus fáradtság leggyakrabban a stresszes és túlterhelt embereknél fordul elő. Azoknál, akik már nem tudnak megbirkózni a magánéletük vagy a munkájuk mindennapos nyomásával. A diagnosztizálására akkor kerül sor, ha már több mint 6 hónapja tart. A fáradtság legtöbbször pihenéssel és a napi rutin apró változtatásaival kezelhető. Más esetekben neuraszténiává alakulhat, amely állapot állandósulhat, és negatívan befolyásolhatja az életminőséget.

Krónikus fáradtság - tünetek és okok

A világ lakosságának körülbelül 2-3%-a szenved krónikus fáradtságtól. A nőket gyakrabban érinti, mint a férfiakat. Általában a 20-40 év közöttieknél gyakoribb, de a tinédzsereknél is előfordul.

A krónikus fáradtság szindróma tünetei: folyamatos nappali fáradtság; érzékenység a hangos zajokra vagy fényekre; lelassult gondolkodás; szívdobogás; fejfájás vagy migrén; koncentrációs nehézségek; szédülés vagy akár ájulás; magas vérnyomás; álmatlanság; hirtelen fellépő izzadás; izom-, ízületi vagy gerinc- (hát-) és nyakfájdalom; hányinger; a menstruációs ciklus zavarai; alacsony libidó; gyomor-bélrendszeri problémák.

Ha nem kezelik hatékonyan, a krónikus fáradtság depresszióhoz, szorongáshoz vagy pánikrohamokhoz is vezethet. A krónikus fáradtság kialakulásának okai nem ismertek. Azonban összefüggésbe hozzák az immunrendszer, a vese, az idegrendszer rendellenes működésével, és a családban előforduló betegségekkel. Igaz ezt még tudományos bizonyítékok nem erősítették meg.

A krónikus fáradtságnak nincsen meghatározott kezelése. Ha a szakember diagnosztizálta, érdemes fájdalomcsillapítót szedni a fájdalom (fejfájás, hátfájás stb.) enyhítésére, valamint csökkenteni a napi aktivitást és a stresszt. Emellett többet mozogni (jóga, kardió, nyújtás, kocogás, úszás, kerékpározás), és a szabadban lenni. Ezenkívül módosítani kell a napi rutint (a pihenési ciklus javítása, valamint gyógyszerek segítségével a pihentető alvás biztosítása), kognitív-viselkedésterápia vagy pszichiátriai kezelés (depresszió vagy szorongás esetén).

Diéta és a krónikus fáradtság elleni küzdelem

A krónikus fáradtság egyéb okai összefüggésbe hozhatók a szervezetben fellépő bizonyos vitaminok és ásványi anyagok hiányával, ezért fontos, hogy tápanyagokban gazdag étrendet kövess. Ezzel segítheted a jó közérzetet visszanyerését. Korlátozd az az egészségtelen zsírokat (vaj, margarin, sült ételek, sertéshús), a cukor (a legtöbb élelmiszerben megtalálható, a sötétektől és édeségektől kezdve a joghurtokon, chipseken és energiaszeleteken át a cukorkákig), az alkohol és a dohány fogyasztását. Fogyassz minél több olyan élelmiszert, amely a szervezetben lévő gyulladáscsökkentő hatékony lehet. Ilyen például az olívaolaj, a

kurkuma és a gyömbér. Gondoskodj a szükséges napi vas beviteléről is, mert a hiánya vérszegénységhez vezethet, ami fáradékonyabbá tehet Téged. Fogyassz sok spenótot, brokkolit, friss petrezselymet, tenger gyümölcseit, rukkolát, csicsoriborsót, kakukkfűvet, paprikát, szárított oregánót, szardíniát, fahéjat, fűgét és narancsot. Emellett egyél sok szerotoninszintet, más néven boldogsághormont fokozó ételeket napi rendszerességgel. Ezek közé tartozik az étsokoldalú, a gabonafélék (rizs, búza, teljes kiőrlésű gabona, müzli), a halak (tonhal, lazac, hering, makrél), a diófélék és magvak, a szőlőmagolaj, a sajt, a dinnye, az avokádó, a paradicsom, a kivi, az ananász, a banán, a karfiol, a spenót, a gomba, a lencse vagy a tofu. És végül, de nem utolsósorban ne felejtse el megfelelően hidratálni magát, mert a dehidratáltságtól fáradékonyabb leszel.

A cikket írta:

Corneanu Andreea - Junior Content Marketing

A túlzott hajhullás mögötti rejlő igazság



Törékeny és fakó a hajad? Törékeny, durva és töredezett a vége? Emellett még túlzott hajhullást is tapasztalsz? Ha legalább két kérdésre igen a válasz, akkor hatékony megoldásra van szükséged. Ismerd meg, hogy mi áll a túlzott hajhullás mögött, és állítsd vissza belsőleg a külső szépséged.

Kiegyensúlyozatlan étrend

Ha a hajad sérülékeny, akkor nem elég csak egy jó sampont és balzsamot használnod, hanem belülről kell táplálnod a hajszálakat. A vitaminokban, ásványi anyagokban, fehérjében és a növényi rostokban gazdag étrend megerősíti a hajgyökereket és növeli annak ellenálló képességét. Fogyassz minél több gyümölcsöt, zöldséget, halat, gabonaféléket, dióféléket és magvakat.

Táplálkozási fakadó hiányok

A vas, a B5- és B7-vitamin hiánya fokozott hajhulláshoz vezethet. Gondoskodj a napi cinkszükségleted fedezéséről, amely fenntartja a fejbőr és a haj egészségét. A C-vitamin hiánya miatt a hajszálak károsodhatnak, és töredezetté válhatnak.

Stressz és érzelmi sokkhatások

Ha állandóan stresszelsz, akkor az befolyásolhatja a természetes hajnövekedési folyamatot. Ugyanez történik erőteljes érzelmi sokkok esetén is. Próbáld meg kiiktatni a stresszorokat az életedből, és gondolkodj minél pozitívabban.

Hormonális egyensúlyhiány

Ezek átmeneti hajhullást okozhatnak, és különösen terhesség és szülés, de fogamzásgátlók használata, menopauza vagy pajzsmirigyzavarok után is előfordulhat.

A hormonális zavarok sokkhatásként érik a szervezetünket, amelynek 2-3 hónapba telik, mire helyreáll. Ez idő alatt fokozott hajhullást, stresszt, pattanásokat vagy súlygyarapodást tapasztalhatasz.

Kémiai és hőkezelések

A hajad különböző kezeléseinek következtében is tud károsodni. A hajfestékekben található vegyi anyagok, a hajvasalás, a túlzott hajformázás, a valamint a nem megfelelő rossz termékek használata, a szőkítés és még a hajszárító használata is hatással lehet a haj egészségére. A gyökerei elvékonyodnak, a haj töredezetté válik és könnyen törik.

Bizonyos állapotok (PCOS, autoimmun betegségek, bőrbetegségek)

Hajhullást okozhat ekcéma, seborrhoeás dermatitis, pikkelysömör, alopecia, cukorbetegség, lupus erythematosus vagy impetigo. Ha a hajhullás a kezeléstől függetlenül továbbra is folytatódik, keresd fel az orvosodat és derítsétek ki az okot, hogy kezelni lehessen.

Amit mi ajánlunk:

Life Impulse Beauty Forte - Hair and nails

Gazdag hialuronsavban, organikus acerolában, cinkben, B5-, B7- és C-vitaminban. Stimulálja a természetes kollagéntermelést és segít regenerálni a haj és a köröm DNS-ét. Javítja a töredezett, könnyen törő körömök. Megállíthatja a túlzott hajhullást és helyreállítja a ragyogását.



Koffeines és BIO növényes sampon

Megállíthatja a hajhullást és elősegíti a haj növekedését még a stressz, a táplálkozás, a gyógyszerek, a hormonális ingadozások, a környezetszennyezés és a kémiai kezelések okozta állapotokban is. A magas koffeintartalmának köszönhetően megakadályozhatja a hajhullást. Megvédi a hajgyökereket és biztosítja az egészséges növekedéshez szükséges energiát. Megerősíti a haját, így az ellenállóbbá válik az agresszív környezeti tényezőkkel szemben. Így a haj sokkal szebben néz ki, méghozzá anélkül, hogy fakónak és élettelennek tűnne.



Hajnövekedést serkentő szérum koffeinnel és BIO növényekkel

A koffein alapú, Bio csalánnal és a Bio mentával kiegészített készítmény stimulálja a fejbőr vérkeringését, megvédi a gyökereket, helyreállítja a haj szerkezetét, és biztosítja az egészséges hajnövekedéshez szükséges energiát. Te hogyan előzöd meg a fokozott hajhullást?



A cikket írta:

Boeru Elena - Online & Kommunikációs szakértő

A rizsfehérje az alapvető tápanyagok vegán forrása



A rizsfehérje egy olyan természetes alternatíva, amely alkalmas vegetáriánusok és vegánok számára is, hiszen egészséges módon kiegészíthetik az étrendjüket. A fehérjeporok nagyon népszerűek az egészséges táplálkozást és/vagy aktív életmódot folytatók körében. Rengeteg variációban létezik: szójapor, borsó, kakaó, tejsavó, kender stb.

A rizsfehérje előnyei:

Könnyen emészthető

A tejsavófehérjével ellentétben a rizsfehérje sokkal könnyebben emészthető. Nem okoz kellemetlen erést, puffadást vagy gyomorpanaszokat. Ráadásul a szervezet gyorsan felszívja és asszimilálja szinte azonnal az elfogyasztása után. Ezért közvetlenül edzés után ajánlott, mert támogatja a megterhelt szervezet regenerálódását.

Fenntartható és vegán

Ha fokozott fehérjebevitelre van szükséged, miért ne választanál vegán és állati ételeket nem veszélyeztető alternatívákat? A rizsfehérje sokkal környezetbarátabb választás, mint a tejsavófehérje. Kevesebb szén-dioxid-kibocsátással jár, és kevesebb erőforrást használnak fel a hozzá.

Szabályozza a koleszterinszintet és a vércukorszintet

Igen, jól olvastad! A rizsfehérje természetes szövettségese a szíve egészségének. Lassítja az elfogyasztott "rossz" szénhidrátok felszívódását, megakadályozza a vércukorszint kiugrását és stabilizálja a vércukorszintet.

Az esszenciális aminosavak forrása

Bár nem teljes értékű fehérjeforrás (azaz nem tartalmazza az összes aminosavat), a rizsfehérje 18 aminosavban gazdag. De ez nem probléma! Ha egészségesen táplálkozol, biztosan hozzájutsz az összes esszenciális aminosavhoz a nap folyamán. Ha nem, akkor pedig a rizsfehérjét összekeverheted más fajtájú fehérjeporral, például kender- vagy kakaófehérjével. Javítja a test szerkezetét. Mit jelent ez pontosan? Az étrend rizsfehérjével való kiegészítése csökkenti a zsír-, miközben növeli az izomtömeget - ha a táplálkozás aktív életmóddal párosul. A fehérje gyors jóllakottságérzetet biztosít, amely a fogyasztás után több órán át kitart. Így nagyon kicsi a kockázata annak, hogy étkezések között olyasmit eszel, amit "nem kellene".

További előnyök:

- küzd az edzés utáni fáradtság és kimerültség érzése ellen
- energiával tölt fel, különösen akkor, ha a nap első felében fogyasztjuk el
- felhasználható: smoothie-ban, shake-ben, fehérjepalacsintákban, házi készítésű fehérjeszeletekben stb.
- hozzáadható a sült ételekhez is, mert a hő nem befolyásolja a tápértékét
- finom, ezért számos recepthez kiváló
- B-vitaminokban, E-vitaminban, rostokban és egészséges szénhidrátokban gazdag
- nem tartalmaz koleszterint, zsírt és cukrot
- felgyorsítja az anyagcserét.

Mi a Vegan - Protein Smoothie - Energizálás termékünket ajánljuk Neked, amely a BIO kenderfehérje, a rizsfehérje, a kókusz és a kakaó EGYEDÜLÁLLÓ, 100%-ban természetes kombinációja. Banánnal, avokádóval vagy más gyümölcsökkel ízlés szerint turmixolva színes és ízletesen egészséges reggeli, uzsonna vagy vacsora lesz belőle, amely tele van azokkal az egészséges fehérjékkel, amire szükséged van egy energikus naphoz. Kakaótartalmának köszönhetően támogatja az anyagcserét, a szív egészségét és a memória javulását. Sőt olyan tápanyagbevitelt biztosít a szervezet számára, amely mérsékelheti a vércukorszintet is.

A kender fontos Omega 3 és 6, valamint más esszenciális aminosavak forrása, ráadásul könnyen emészthető. Egyedülálló receptúra egyenesen a természetből. Kiváló vegánok, vegetáriánusok számára, és közel sem csak nekik.

Ajánlott vegán recept: keverj össze a turmixgépben 1 evőkanál port (5-6g), 250ml kókusztejet, 6 datolyát, fahéjat, fél banánt. Te rendszeresen színesíted az étrendedet fehérjeporokkal?

A cikket írta:

Andreea Corneanu - Junior Content Marketing

2023-as GOLD PLUS UTAZÁS

A Life Care®-ben legjobban teljesítők újabb felejthetetlen törökországi nyaralásra készülnek!

Az idei VACANȚA GOLD PLUS gondolatától öröm költözik a szívünkbe, és csillog a szemünk. Már most magunk elé tudjuk képzelni a helyet, ahol a nap az aranyló sugarait az egzotikus tengerpart finom homokjára veti, a kristálytisza tengervíz gyengéden átöleli a partot, miközben a lágy szellő simogatja arcunkat és lelkünket. És, milyen jó, hogy álmaink nyaralása már alig várta magára!

Biztosak vagyunk benne, hogy a **Life Care® legjobbjai** izgatottan készülnek egy újabb felejthetetlen üdülésre, hiszen idén **szeptember 22-29.** között 7 napot töltünk a **YASMIN BODRUM RESORT ***** 5 CSILLAGOS, ULTRA ALL INCLUSIVE** szálláson, a törökországi BODRUMBAN. Ahol egyedülálló élmény vár ránk!



A YASMIN BODRUM RESORT***** egy kiváló üdülőhely Gümüşlükben, Bodrumban, a világ leghíresebb öblében, amelyre az Égei-tenger egyedülálló jellege tökéletesen rányomta bélyegét. Ez az üdülőhely minden várakozásunkat felülmúló pihenéssel kecsegtet minket, mert számos olyan tevékenységgel vár minket, amelyek célja, hogy tálcán kínálják az ott tartózkodásunk alatt a szórakozást. A csúszdás kültéri medence, a beltéri medence, a játszótér, a táncbemutatók, a stand-up comedy előadások, a versenyek, az élőzenés koncertek és a tengerparti partik csak egy része a gazdag szórakoztató programjainknak. És mivel egy kép többet ér 1000 szónál, megmutatjuk, hogy mi vár majd ránk!



VÁLOGATÁS A HELYSZÍNI FÉNYKÉPEKBŐL

Jövőre Te is csatlakozz hozzánk! Kövesd a híreket, és tartsd a kapcsolatot a szponzorvonaladdal, a vezetővel és a gyémánttal, amelynek a csapatához tartozol, hogy további részleteket tudhass meg, és elkészíthessétek a cselekvési tervedet, amely megadhatja Neked azt a nyaralást, amiről mindig is álmotál! Ne késlekedj! Kövesd a tervedet és nyerj! Az új kampány 2023. szeptember 1-jén indul!



GOLD PLUS ÁLONYARALÁS - 2023

LEGJOBBAN TELJESÍTŐK | TÖRÖKORSZÁG | 7 NAP | 5 CSILLAGOS ULTRA ALL INCLUSIVE | YASMIN BODRUM RESORT

Maradj aktív a közösségben, és ne maradj le a hírekről!

Csodás emlékekkel várunk vissza az idei GOLD PLUS NYARALÁSRÓL! Hamarosan találkozunk!

HAPPY KARAVÁN

új Life Care® katalógusbemutató - 2023 | őszi kiadvány

Ugye, hogy már sokszor gondolsz az új Life Care® katalógusra, és alig várod, hogy megtudd azt, hogy milyen innovatív termékeket élvezhetsz mostantól? Nos, izgatottan jelentjük be, hogy már készülünk az új, 2023 őszi Life Care® katalógus bemutatójára.

Számos új és innovatív megoldással érkezünk, amelyek extra energiával töltenek fel Téged, és segítenek az egészségesebb életmódban, valamint feltárják a sikeres vállalkozásban rejlő lehetőségeket. Más szóval, minden összetevőt megkapsz ahhoz, hogy, hogy valóra váltsd az álmaidat és BOLDOG LEGYÉL MINDEN NAP **HAPPY EVERY DAY!** Ezért arra bátorítunk, hogy legyél az elsők között aki kinyitja az új, 2023-as őszi Life Care® katalógust – és fedezd fel, hogy miként vibrál az energiától és a lehetőségektől minden egyes oldal.

De ez még nem minden! A pillanat, amire vártál elérkezett: hamarosan indul az ŐSZI **HAPPY KARAVÁN!**

Mit tehetsz, hogy ne maradj le az újdonságokról?

Két lehetőséged van: vagy úgy döntesz, hogy önálló rendezvényt szervezel a csapatodnak, vagy részt veszel a közösségén belül szervezett eseményeken.

Mikor lesz az új Life Care® katalógus bemutatója?

A HAPPY KARAVÁNRA 2023. szeptember 25. és 31. között kerül sor.

Hogyan és meddig jelentkezhetsz?

Ha önálló rendezvényeket szeretnél szervezni a Life Care® új katalógusában található újdonságok bemutatásához, akkor kérjük, hogy küldj nekünk egy e-mailt az events@life-care.com címre 2023. szeptember 1-szeptember 15. között. Ne felejsd el a gyémántodat is csatolni.

Tervezz és támogass olyan rendezvényeket az egészség és az egészséges termékek iránt szenvedélyesen érdeklődők számára, ahol megoszthatod az új Life Care® katalógussal kapcsolatos információkat, és azt, hogy hogyan építhet valaki sikeres vállalkozást a közösségünkkel.

Azt szeretnénk, hogy az új Life Care® katalógust bevezető karavánban minél több sikeres rendezvényt tarts, egy meglepetéssel készültünk Neked. Mostantól OFFLINE, rendezvényteremben, és ONLINE is megszervezheted az eseményeidet, így a szabadságod megmarad, és a neked legmegfelelőbb módon szervezheted meg hatékonyan őket.

Hogyan segítünk Neked az új Life Care® katalógust bemutató karavánban, ha OFFLINE rendezvényeket szerveznél?

Minden résztvevő AJÁNDÉKOT kap:



Új Life Care® katalógus (2023/II)



Melegítő tapaszok, MINERAL POWER, Life Care®
- termékkód: 4098
(2 db-os készlet)

A szervező 80 euro értékű terméktámogatást kap (partneráron), ha 100 résztvevőt jelent be 1, 2, 3 vagy 4 rendezvényről + elektronikus prezentációs támogatást.



- 1 Magic Roll, BIO növényekkel, Life Care® - termékkód: 4458
- 2 Hűsítő gél, Ördögcsáklya®, BIO növényekkel, Life Care® - termékkód: 4454
- 3 Melegítő Gél, Medve Erő®, BIO növényekkel, Life Care® - termékkód: 4483
- 4 Gél, csigakivonattal, Life Care® - termékkód: 4046
- 5 Cink, Life Care® - termékkód: 7074
- 6 C-vitamin, 1000 mg, Life Care® - termékkód: 764
- 7 D3-vitamin komplex (2000 NE), K2 és Omega 3 lenből, Life Care® - termékkód: 7044
- 8 Fehérítő fogkrém aktív szénnel, Life Care® - termékkód: 4085
- 9 Roll-on dezodor aloe verával, EQUILIBRIUM, Life Care® - termékkód: 21302
- 10 Tusfürdő aloe verával és BIO levendulával, EQUILIBRIUM, Life Care® - termékkód: 21301
- 11 Sampon aloe verával és BIO olívaolajjal, EQUILIBRIUM, Life Care® - termékkód: 21300

Hogyan segítünk Neked az új Life Care® katalógust bemutató karavánban, ha ONLINE szervezel eseményeket?

Minden résztvevő AJÁNDÉKOT kap:



Új Life Care® katalógus (2023/II)



Melegítő tapaszok, MINERAL POWER, Life Care®
- termékkód: 4098
(2 db-os készlet)

az eseményt követő 15 napon belül leadott első, legalább 12.990 Ft megrendelés esetén.

A szervező 20 euro értékű terméktámogatást kap (partneráron), ha 100 résztvevőt jelent be 1, 2, 3 vagy 4 rendezvényről + elektronikus prezentációs támogatást.



- 1 Roll-on dezodor aloe verával és BIO rozmaringgal, EQUILIBRIUM, Life Care® - termékkód: 21302
- 2 Tusfürdő aloe verával és BIO levendulával, EQUILIBRIUM, Life Care® - termékkód: 21301
- 3 Sampon aloe verával és BIO olívaolajjal, EQUILIBRIUM, Life Care® - termékkód: 21300

Legyél az elsők között, akik kinyitják az új Life Care® 2023/II-es katalógusát, és fedezd fel ahogy az összes oldal vibrál az energiától és a lehetőségektől. Az izgalom egyre fokozódik, és a várakozás a végéhez közeledik. Itt az ideje, hogy teljes életet élj az új Life Care® katalógussal az oldaladon! Tehát, ne gondolkodj! Gyere el a HAPPY KARAVÁNRA, hogy bemutassuk Neked az új, őszi Life Care® katalógus, és ismerd meg az újdonságokat! Vedd fel a kapcsolatot azzal a szponzorral, vezetővel vagy gyémánttal, amelynek a csapatában vagy, hogy megtudd, hogy hol és mikor tartanak rendezvényeket a környéken!

Legyél Te az első, aki felfedezi az újdonságokat! Vegyél részt a **HAPPY KARAVÁNON!**