

UNICITYS 5 TIPPS FÜR EIN GESUNDES LEBEN

Fünf einfache Schritte, um sich besser zu fühlen und besser auszusehen.

Unicitys einfacher Plan führt Sie in nur 5 Schritten auf den Weg zur optimalen Gesundheit und Vitalität. Sie können jederzeit mit dem Programm beginnen und es in Ihren Alltag integrieren.

- 1 TRINKEN SIE MEHR:**
Nehmen Sie genügend Flüssigkeit zu sich, denn Ihr Körper braucht Wasser, um richtig zu funktionieren.
- 2 MACHEN SIE SPORT:**
Bringen Sie mehr Bewegung in Ihren Alltag – für Körper und Geist.
- 3 ENTSCHLACKEN SIE IHREN KÖRPER:**
Geniessen Sie Ihr tägliches Wohlbefinden und machen Sie vierteljährlich eine Reinigungskur.
- 4 ERNÄHREN SIE SICH GESUND:**
Verbessern und ergänzen Sie Ihre Ernährung.
- 5 SETZEN SIE SICH ZIELE:**
Kleine Verbesserungen in bestimmten Bereichen wirken sich oftmals deutlich auf das Gesamtwohlbefinden aus.

Fitter, schöner, zufriedener – Ihr neues Ich!

Unicity –
Starke Innovationen für echte Lebensqualität.
www.unity.com/europe

DIE MARKE BIOS LIFE®

BIOS LIFE®

Bios Life® Super Chlorophyll ist ein Produkt der Marke Bios Life® von Unicity International. Als eines der führenden Unternehmen im Bereich Nahrungsergänzungsmittel entwickelt und vermarktet Unicity weltweit hochwertige Produkte für ein Plus an Lebensqualität.

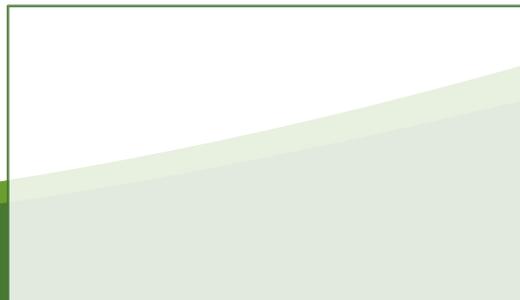
Die Marke Bios Life® steht für innovative, naturbasierte Inhaltsstoffe und langjährige wissenschaftliche Forschung. So möchten die Bios Life®-Produkte einen besonders wertvollen Beitrag zu Ihrer Gesundheit leisten. Die Marke Bios Life® umfasst die folgenden Produkte:

- **Bios Life Slim®** – die ballaststoffreiche Innovation für Ihre Wohlfühlfigur.
- **Bios Life® Matcha/Matcha Focus** – der clevere Energy-Drink für Körper und Geist mit Matcha-Grünteextrakt.
- **Bios Life® ClearStart** – Reinigung und Wellness pur dank sorgfältig ausgewählter Pflanzenextrakte.
- **Bios Life® C** – der Klassiker für einen gesunden Cholesterinspiegel.

Dank Bios Life® genießen bereits heute Millionen Menschen in über 30 Ländern weltweit eine neue Lebensqualität.



Für Bestellungen und Fragen zu den Unicity-Produkten wenden Sie sich bitte an Ihren Unicity Franchise-Partner:



BIOS LIFE®

UNICITY™

Super Chlorophyll

*Nutzen Sie das Lebenselixier der Pflanzen
und bleiben Sie im Gleichgewicht!*

© Unicity Global Markets GmbH • www.unity.com • 05/2013 de



FINDEN SIE IHR GLEICHGEWICHT

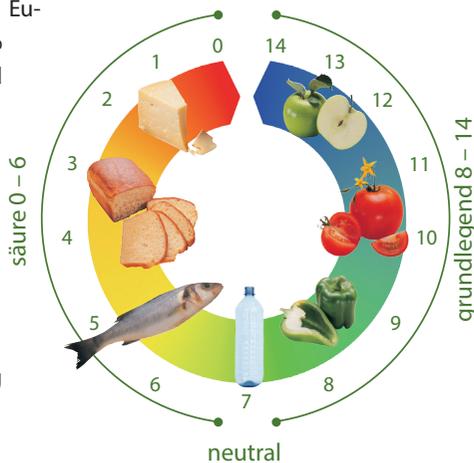
Säuren und Basen sind natürliche Produkte unserer Verdauung. Das Verhältnis von Säuren und Basen wird durch komplexe Abläufe im Körper im Gleichgewicht gehalten, wodurch auch der pH-Wert auf einem gesunden Niveau bleibt. Sowohl Säuren als auch Basen enthalten für den Körper wichtige Nährstoffe. Trotzdem kann ein dauerhafter Überschuss an Säuren unseren Körper aus dem Gleichgewicht bringen. In der Folge kann es zu Müdigkeit, Verdauungs-, Stoffwechsel- und Hautproblemen kommen.

Unsere Ernährung sollte idealerweise aus Nahrungsmitteln bestehen, die zu 80% basenbildend und zu 20% säurebildend sind. Betrachtet man die Ernährung des Durchschnittseuropäers, scheint dieses Ziel heute weiter entfernt denn je: Die Ernährung der meisten Eu-

ropäer besteht zu 80% aus säurebildenden und nur zu 20% aus basenbildenden Nahrungsmitteln.

Dies kann sich negativ auf die pH-Werte auswirken. Ein niedriger pH-Wert kann dazu führen, dass der Körper Nahrung in Fett umwandelt.

Neben der Ernährung trägt unser Lebensstil entscheidend zum Säuregrad bei. So reagiert der Körper unter anderem auf Bewegungs- und Schlafmangel sowie auf Nikotin und Stress mit einer vermehrten Säureproduktion.



DIE KRAFT VON CHLOROPHYLL

Bios Life® Super Chlorophyll enthält Chlorophyll und Niacin in Form von Niacinamid

BIOS LIFE® SUPER GREEN ENTHÄLT:

- 🍃 **niedrig dosiertes Chlorophyll.**
- 🍃 **Niacin (auch Vitamin B3 genannt).**



Säurebildende Lebensmittel:

Allgemein kann man sagen, dass eiweißreiche Lebensmittel, Weißmehlprodukte, Fast Food, Alkohol und Zucker säurebildend wirken. So zählen zu den säurebildenden Lebensmitteln beispielsweise Fleisch, Wurst, Fisch, Meeresfrüchte, Milchprodukte und Eier sowie Hülsenfrüchte, Senf, Essig, Kaffee und kohlenhydrat- und zuckerhaltige Getränke und Lebensmittel.

Basenbildende Lebensmittel:

Pflanzliche Lebensmittel wirken dagegen – bis auf wenige Ausnahmen (Artischocken und Rosenkohl) – basenbildend. Zu den basenbildenden Lebensmitteln zählen beispielsweise Obst, Wurzelgemüse (wie Sellerie, rote Beete, Möhren und Meerrettich), Blattgemüse, Kartoffeln, Pilze, Essiggurken, Lauch, Rhabarber, kaltgepresste Pflanzenöle, Mandeln und Trockenobst.

DIE VORTEILE VON NIACIN

Bios Life® Super Chlorophyll enthält Chlorophyll in Form von Niacinamid. Niacin (auch Vitamin B3 genannt) ist ein wasserlösliches Vitamin. Folgende Lebensmittel enthalten viel Niacin: Hefe, Fleisch, Geflügel, rotes Fischfleisch (z.B. Lachs und Thunfisch), Hülsenfrüchte, grünes Blattgemüse und Samen.

NIACIN KANN:

- 🍃 **bei Müdigkeit und Erschöpfungszuständen helfen.**
- 🍃 **die Energiefreisetzung unterstützen.**
- 🍃 **zur normalen Funktion des Nervensystems beitragen.**
- 🍃 **zur normalen psychischen Funktion beitragen.**
- 🍃 **zur Aufrechterhaltung der normalen Funktion der Haut und Schleimhäute beitragen.**
- 🍃 **zur Aufrechterhaltung einer gesunden Haut beitragen.**

