

Программа подписки «Вэлнэс — постоянный клиент»

3 простых шага:

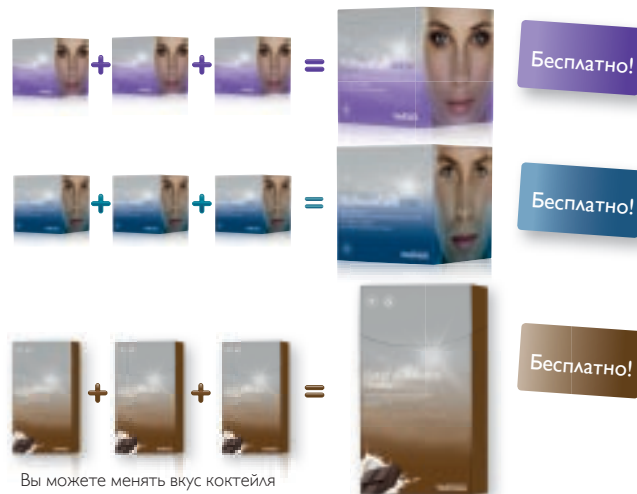
1. Оформите подписку на сайте вашего региона или через вашего консультанта.
2. Продукты, заказанные по подписке, будут автоматически добавлены в ваши заказы в трех последующих каталогах косметической продукции, вам необходимо только оплатить их стоимость.
3. Оплатив 3 продукта, вы получите четвертый БЕСПЛАТНО в следующем каталоге косметической продукции.

Подпишитесь
сейчас!

-25%

Продукцию Вэлнэс со скидкой вы можете приобрести **ТОЛЬКО** через программу подписки «Вэлнэс — постоянный клиент».

В Программе подписки участвуют Вэлнэс Пэк для женщин, Вэлнэс Пэк для мужчин и коктейли «Нэчурал Баланс» (378 г).



Вы можете менять вкус коктейля в течение Программы.

Подробную информацию о программе «Вэлнэс — постоянный клиент» вы можете получить у вашего Вэлнэс-консультанта или на официальном сайте Орифлэйм вашего региона.



**СПРАВОЧНИК ПО
ПРОДУКЦИИ ВЭЛНЭС**
Все, что вам нужно знать
о правильном питании!

Справочник по продукции Вэлнэс

Брошюра содержит подробную информацию о продукции Вэлнэс: описание ассортимента для женщин и мужчин, инструкции по применению, советы по снижению избыточного веса, мнения экспертов-нутрициологов, ответы на часто задаваемые вопросы, а также рецепты блюд здорового питания. 68 страниц. Формат А5.

104522

45.00 руб.

506782 Каталог №2 (04.04.2011 – 02.06.2011)



**ДОЛГОЖДАННАЯ
НОВИНКА! Коктейль
«Нэчурал Баланс»
с шоколадным вкусом**

См. стр. 2

BY ORIFLAME
Wellness®

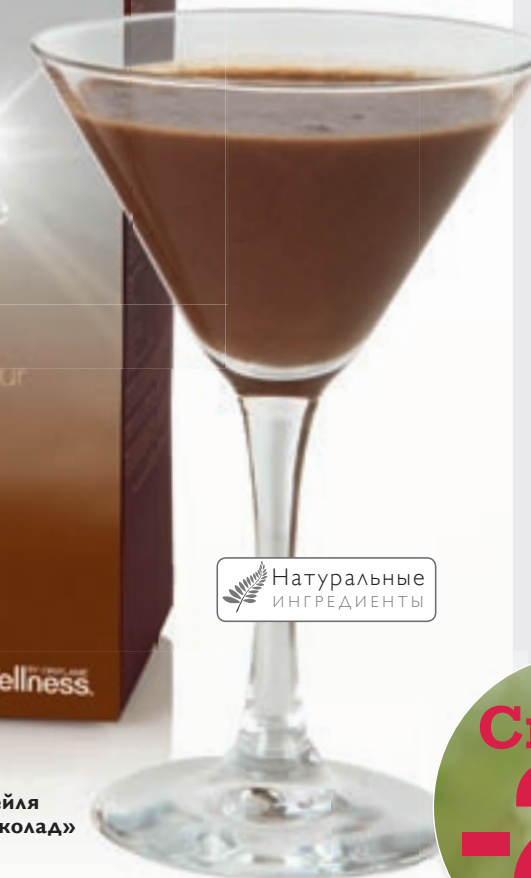
ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ФОРМА. ОТЛИЧНОЕ САМОЧУВСТВИЕ

Шоколадная диета? Это реально!

Коктейли «Нэчурал Баланс» –
естественное и безопасное снижение веса



НОВИНКА



Натуральные
ИНГРЕДИЕНТЫ

Сухая смесь для коктейля
«Нэчурал Баланс – Шоколад»
Не является лекарством.
378 г, 21 порция.
22138

Что может быть лучше шоколада, который помогает
снизить вес? Встречайте коктейль «Нэчурал Баланс»
с натуральным шоколадным вкусом. Наслаждайтесь
шоколадом без угрызений совести и сбрасывайте лишний
вес без вреда для здоровья. Поддерживать форму –
настоящее удовольствие!

УНИКАЛЬНЫЙ ПРОДУКТ

- Натуральные ингредиенты в оптимальном сочетании
- Низкий ГИ уменьшает чувство голода и потребность в сладком
- Источник высококачественной **Омега-3**
- Клинически доказанный эффект снижения веса
- Запатентованная формула
- Натуральный вкус

ТРИ ИСТОЧНИКА ПРОТЕИНОВ

- Яичный протеин
- Протеин зеленого горошка
- Молочный протеин



Клинически доказанный эффект снижения веса
• Исследования проводились в Научном центре Игелёса (Швеция) командой опытных специалистов под руководством д.м.н., профессора Стига Стена
• В соответствии с Системой естественного снижения веса от Орифлэйм участники придерживались сбалансированного рациона питания и ежедневно выполняли физические упражнения

**Скидка
-25%**

Получите скидку,
оформив подписку
«Вэлнэс – постоянный
клиент»

Подробная информация
на стр. 16

Реальные люди. Реальные результаты

Знакомьтесь! Одна из победителей конкурса «Стань стройной с Вэлнэс»



Елена Гришаева,
Золотой Директор, Рубцовск
(Алтайский край, Россия)

До



СБРОСИЛА
27 кг

“Я сбросила 27 кг за 9 месяцев!”

Вот как я сбросила 27 кг:

- Поставила перед собой цель
- Стала меньше есть
- Выполняла физические упражнения каждый день

«В какой-то момент я обнаружила, что вешу уже почти 140 килограммов, и врач сказал, что мне обязательно надо сбросить вес, иначе могут начаться проблемы со здоровьем и потребуются операции. Тогда я решила изучить Систему естественного снижения веса и начала принимать по одной порции коктейля «Нэчурал Баланс» перед обедом и ужином, чтобы заглушить голод и потом съесть меньше. Так мне удалось уменьшить порции, а значит, и количество калорий. К тому же я стала каждый день заниматься физкультурой и в итоге похудела на 27 килограммов. Теперь я чувствую себя намного энергичнее и уверена, что смогу сбросить еще больше, если продолжу в том же духе!»

Будьте в
форме этой
весной!

Коктейли
«Нэчурал Баланс» –
естественное и безопасное
снижение веса

Весна уже здесь!
Все цветет, и солнце
все чаще балует нас
своим появлением, давая
повод для радости.
Поддерживайте отличную
форму и оптимальный вес
с коктейлями «Нэчурал
Баланс» и наслаждайтесь
жизнью в ожидании лета!

Шейкер и мерная ложка
Приготовьте полезный и натуральный напиток!
Добавьте 1 мерную ложку (18 г) сухой смеси
«Нэчурал Баланс» в 150 мл воды комнатной
температуры и тщательно взболтайте.
15450



Рекомендовано Национальной Ассоциацией
Диетологов и Нутрициологов



- ① Сухая смесь для
коктейля «Нэчурал
Баланс – Ваниль»
Не является лекарством.
378 г, 21 порция.
15448
- ② Сухая смесь для
коктейля «Нэчурал
Баланс – Клубника»
Не является лекарством.
7 пакетиков по 18 г каждый.
18328
- ③ Сухая смесь для
коктейля «Нэчурал
Баланс – Клубника»
Не является лекарством.
378 г, 21 порция.
15447

ДОКАЗАННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Качество жизни
(работоспособность, умственная,
физическая и социальная активность)
улучшилось на **38%**
Чувство голода
снизилось на **27%**
Уровень насыщаемости
повысился на **40%**

• В исследовании, которое проводила НАДН в течение
15 дней, принимали участие пациенты Клиники
лечебного питания ГУ НИИ питания РАМН
• Оценивалась динамика различных параметров у
пациентов, употреблявших коктейли, по сравнению
с контрольной группой

КОКТЕЙЛИ «НЭЧУРАЛ БАЛАНС»
В ПОРЦИОННЫХ УПАКОВКАХ

Легко и удобно!
Возьмите с собой

- на работу
- в спортзал
- в отпуск

НЕ
ПРОПУСТИТЕ!
СУПЕРЦЕНА!
Миксер
для коктейлей
со скидкой
-80%

См. стр. 7



Скидка
-25%
Получите скидку,
оформив подписку
«Вэлнэс – постоянный
клиент»
Подробная информация
на стр. 16



Система естественного снижения веса: оптимальный вес и прекрасное самочувствие!

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО, СБАЛАНСИРОВАННОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Сбалансированное питание

Для снижения или поддержания веса питайтесь в соответствии с Моделью тарелки по выбранной программе («Интенсив», «Оптимал» или «Баланс»). Пейте коктейли «Нэчурал Баланс» перед едой или в перерывах между приемами пищи, чтобы сохранить постоянный уровень сахара в крови, восстановить энергетический баланс и контролировать аппетит. Ежедневно принимайте 1 пакетик Вэлнэс Пэк, чтобы обеспечить поступление в организм оптимального количества незаменимых питательных веществ, улучшить общее самочувствие и повысить выносливость.



Активный образ жизни

Для поддержания хорошего самочувствия ежедневно совершайте 30-60-минутные прогулки. Чтобы сбросить вес и зарядиться энергией, 3 раза в неделю переодевайтесь в спортивную форму и занимайтесь более интенсивно.



*Вперед,
к поставленной
цели!*

Вэлнэс-сообщество

Мы можем меняться в лучшую или худшую сторону под влиянием людей, которые нас окружают. Найдите время на общение с единомышленниками — людьми, которые, так же как и вы, следят за своей фигурой или стремятся сбросить вес, с удовольствием выполняют физические упражнения и правильно питаются.

Система естественного снижения веса с Вэлнэс — это разработанный нутрициологами Орифлэйм комплекс программ, который поможет вам сбросить лишний вес и приобщиться к здоровому образу жизни. Система включает в себя сбалансированное питание, регулярные тренировки, полезные привычки и прием незаменимых нутриентов.

- Программа 1 «Интенсив» поможет быстро начать избавляться от лишнего веса в течение первых двух недель.
- Продолжайте сбрасывать вес, переключившись на Программу 2 «Оптимал». Переходите на следующий уровень после того, как вы достигнете желаемого веса.
- Программа 3 «Баланс» рассчитана на длительный период. Придерживайтесь ее столько же месяцев, сколько вам понадобилось для достижения желаемого веса. Так вы закрепите результат и привыкнете к новому образу жизни.



Больше информации о Системе естественного снижения веса и Модели тарелки вы найдете в Справочнике по продукции Вэлнэс (код для заказа 104522) или на сайте www.oriflame.ru

НЕ ПРОПУСТИТЕ!

СУПЕРЦЕНА!
**Миксер для
коктейлей***
со скидкой

-80%



**при покупке
любого коктейля
«Нэчурал Баланс» (378 г)**

*Для заказа товара по специальной цене из этого каталога указывайте в бланке специальный код. В случае если продукт, продающийся по специальной цене, закончится, вам будет предложена замена.

НОВИНКА

Миксер для коктейлей

Поможет быстро смешать коктейль «Нэчурал Баланс» или взобьет в ароматную пену молоко для горячих напитков. Со съемной насадкой для удобного мытья и двумя режимами работы (постоянный и импульсный). Материал: пластик, нержавеющая сталь. Работает от 2 батареек типа AA (не входят в комплект). Размер: 12 (23 с насадкой) x 3,6 см.

21907

531907

Специальная цена

500 руб.

99 руб.



Продукты, купленные по подписке, также участвуют в акции.



Система естественного снижения веса: примерный ежедневный рацион

Не знаете, что включить в свой рацион? Познакомьтесь с нашей Системой естественного снижения веса и рекомендациями, как правильно питаться, чтобы сбросить вес. Из продуктов, рекомендованных для выбранной вами программы, вы всегда сможете приготовить блюда по собственному рецепту!

Программа 1 «Интенсив»: ИНТЕНСИВНОЕ СНИЖЕНИЕ ВЕСА. Через 2 недели переключайтесь на Программу 2 «Оптимал»



7:30 Завтрак

Обезжиренный натуральный йогурт – 150 г
1/4 стакана свежих ягод
Цельнозерновой хлеб – 1 ломтик
Яйцо – 1 шт.
Болгарский перец – 2-3 ломтика
Чай/кофе

10:00

Горячий напиток без сахара – 1 большая кружка



12:30 Обед

Коктейль «Нэчурал Баланс» – 1 порция за 30 мин. до еды
Большая тарелка овощей разных цветов (ок. 400 г)
Бобы/горох/чечевица – 100 г
Вэлнэс Пэк – 1 пакетик



15:00 Полдник

1 фрукт
5 несоленых орехов



18:30 Ужин

Коктейль «Нэчурал Баланс» – 1 порция за 30 мин. до еды
Паровая рыба/постное мясо/курица – 100 г
Паровые овощи разных цветов – 300-400 г



7:30 Завтрак

Обезжиренный натуральный йогурт – 150 г
1/4 стакана свежих ягод
Цельнозерновой хлеб – 1 ломтик
Нежирный сыр – 2 ломтика
Огурец или болгарский перец – 2-3 ломтика

10:00

Горячий напиток без сахара – 1 большая кружка



12:30 Обед

Коктейль «Нэчурал Баланс» – 1 порция за 30 мин. до еды
Рис – 100-125 г
Обезжиренный творог – 150 г
Овощи разных цветов – 300-400 г
Вэлнэс Пэк – 1 пакетик



15:00 Полдник

1 фрукт
5 несоленых орехов



18:30 Ужин

Коктейль «Нэчурал Баланс» – 1 порция за 30 мин. до еды
Картофель – 100-125 г
Паровая рыба/бобы/чечевица – 100 г
Овощи разных цветов – 300-400 г

Программа 3 «Баланс»: ПОДДЕРЖАНИЕ ВЕСА. Поддержание нормального веса, энергии, концентрации и хорошего самочувствия.

• Ваша тарелка (прием пищи) должна как минимум на 50% состоять из овощей и овощных салатов, остальные 50% должны составлять постные продукты из белковой группы и углеводы с низким ГИ

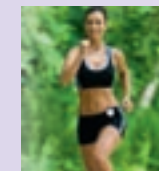
• Если в промежутках между основными приемами пищи вы испытываете голод, выпейте 1 порцию коктейля «Нэчурал Баланс»
• Ежедневно во время завтрака или обеда принимайте 1 пакетик Вэлнэс Пэк



Весенне-летняя коллекция!

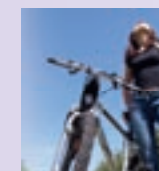
Как увеличить физическую активность в весенне- летний период?

Лето – отличное время для тренировок. Вы можете прогуляться в парке, совершить пробежку, поплавать или прокатиться на велосипеде. К тому же летняя жара обычно подавляет аппетит, что увеличивает ваши шансы сбросить лишний вес.



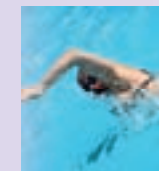
Бег

Во время бега укрепляются мышцы бедер и ягодиц, а по сравнению с другими видами физической активности пробежки обеспечивают самый большой расход калорий. Кроме того, это наиболее удобный и экономичный вид тренировок.



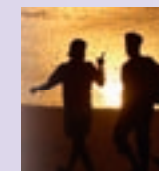
Велосипед

Велосипедная прогулка – отличный способ укрепить сердце и легкие, поскольку такие тренировки носят «интервальный» характер: чередование легких и сложных участков дороги обусловлено природным рельефом местности.



Плавание

Регулярные тренировки в воде развивают пассивные мышцы спины, рук, ног и живота. Это отличный вариант кардио-фитнеса без неизбежного потения, а также самая медитативная из известных форм тренировок.



Прогулки

Регулярные прогулки на свежем воздухе способствуют сжиганию жиров, стимулируют поступление кислорода к клеткам организма, а в солнечную погоду улучшается усвояемость витамина D! Берите плеер с любимой музыкой и отправляйтесь в парк: красота природы и приятный мотив – лучшее лекарство для души!

Включите весну!

Вэлнэс Пэк для женщин:
молодость, красота и отличное
самочувствие

Зарядитесь свежестью вместе
с Вэлнэс Пэк! В весенний
период организму требуется
ежедневная поддержка в виде
незаменимых нутриентов,
помогающих восполнить
баланс энергии и придать
лицу здоровый цветущий вид.
Встречайте весну
великолепной формой и
отличным самочувствием!

МОРЩИНЫ И МОРЩИНЫ СОКРАТИЛИСЬ
56%
за 6 недель!*

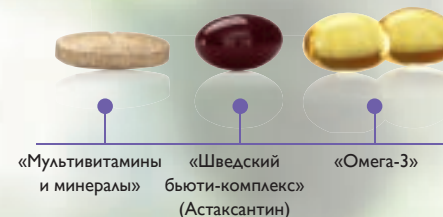
* Ямашита Е. «Влияние
пищевых добавок с содержанием
Астаксантина на состояние
кожи», 2006

УНИКАЛЬНОЕ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ!
-40%

Закажите Вэлнэс Пэк для женщин в период действия каталога №5/2011
косметической продукции Орифлэйм и **получите скидку -40% на один
из этих кремов!**

Регенерирующий ночной крем
против увядания кожи «Власть
над временем Интенс» (18191)
Клеточный крем молодости
Diamond Cellular (13659)

Дневной крем глубокого
увлажнения «Аква-Ритм» (18662)
Антивозрастной интенсивный
дневной крем «Власть над
временем» (10755)



Вэлнэс Пэк для женщин (21 пакетик)
Каждый индивидуальный пакетик
содержит:
«Омега-3» (2 капсулы)
«Шведский бьюти-комплекс» (1 капсула)
Комплекс «Мультивитамины и минералы»
для женщин (1 драже)
Не является лекарством.

15388

ПРЕИМУЩЕСТВА ПРОДУКТА

- Разглаживает и увлажняет кожу изнутри
- Обеспечивает незаменимыми витаминами и минералами
- Поддерживает работу мозга

АСТАКСАНТИН

Один из самых мощных антиоксидантов, полученный из водоросли с берегов стокового архипелага, эффективно борется со свободными радикалами, уменьшает видимые признаки фотостарения, поддерживает здоровье кожи и повышает мышечную выносливость.

ОМЕГА-3

Незаменимые для организма полиненасыщенные жирные кислоты ряда Омега-3 получены нами из высококачественного жира морских рыб. Этот натуральный и безопасный продукт повышает уровень увлажненности кожи, восполняет физические и психологические ресурсы организма.

МУЛЬТИВИТАМИНЫ И МИНЕРАЛЫ

Сбалансированный комплекс важнейших витаминов и минералов, необходимых человеку каждый день. Повышенное содержание фолиевой кислоты, кальция и железа в соответствии с потребностями женского организма.

**Скидка
-25%**

Получите скидку,
оформив подписку
«Вэлнэс – постоянный
клиент»

Подробная информация
на стр. 16

Энергичная весна!

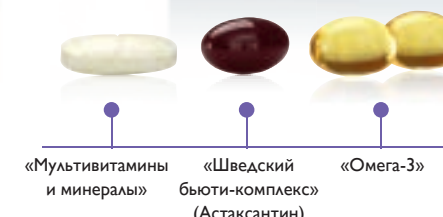
Вэлнэс Пэк для мужчин:
энергия, сила и чувство бодрости

Пришло время активных тренировок на свежем воздухе? Вэлнэс Пэк поможет мышцам адаптироваться к новым физическим нагрузкам и быстрее восстанавливаться после занятий, повысить выносливость и поддержать жизненные силы. Вперед, к новым рекордам!



“ В молодости я с удовольствием играл в футбол и вот спустя 40 лет возобновил тренировки. Благодаря Вэлнэс Пэк мне удалось вернуться в прежнюю физическую форму. Сейчас я играю с футбол наравне с молодыми ребятами и выдерживаю длительные нагрузки! Я заметил, что после игры растянутые связки быстрее восстанавливаются, а мышечные боли почти не беспокоят.”

Юрис Нолле-Налле,
Консультант Орифлэйм, Латвия



Вэлнэс Пэк для мужчин (21 пакетик)
Каждый индивидуальный пакетик содержит:
«Омега-3» (2 капсулы)
«Шведский бьюти-комплекс» (1 капсула)
Комплекс «Мультивитамины и минералы» для мужчин (1 драже)
Не является лекарством.

15395

ДОКАЗАННОЕ ДЕЙСТВИЕ

- Повышает мышечную **силу** и **выносливость**
- Обеспечивает **незаменимыми** витаминами и минералами
- Поддерживает **работу сердца и мозга**

АСТАКСАНТИН

Один из самых мощных антиоксидантов, полученный из водоросли с берегов стокового архипелага, эффективно борется со свободными радикалами, уменьшает видимые признаки фотостарения, поддерживает здоровье кожи и повышает мышечную выносливость.

ОМЕГА-3

Незаменимые для организма полиненасыщенные жирные кислоты ряда Омега-3 получены нами из высококачественного жира морских рыб. Этот натуральный и безопасный продукт повышает уровень увлажненности кожи, восполняет физические и психологические ресурсы организма.

МУЛЬТИВИТАМИНЫ И МИНЕРАЛЫ

Сбалансированный комплекс важнейших витаминов и минералов, необходимых человеку каждый день. Повышенное содержание селена и магния в соответствии с потребностями мужского организма.

Скидка -25%
Получите скидку, оформив подписку «Вэлнэс – постоянный клиент»
Подробная информация на стр. 16

Развенчиваем мифы!



Эксперт-нутрициолог и специалист группы разработчиков Вэлнэс от Орифлэйм, Бурчак Гёмюч комментирует распространенные мифы об употреблении биодобавок, в том числе витаминов.

Бурчак Гёмюч,
магистр диетологии, специалист группы разработчиков продукции Вэлнэс от Орифлэйм

МИФ: Биодобавки – бесполезная трата денег, и при хорошем питании они не нужны

НА САМОМ ДЕЛЕ: Если в вашем рационе присутствует большое количество спелых фруктов и овощей и свежих необработанных продуктов органического происхождения, то вам, возможно, и не нужны добавки. Но в современном мире почти все продукты подвергаются обработке, превращаются в полуфабрикаты и имеют низкую питательную ценность. Вот почему Уолтер Уиллет, профессор нутрициологии Гарвардского университета рекомендует большинству из нас ежедневно принимать мультивитаминные и минеральные комплексы.

МИФ: Я смогу быстрее сбросить вес, если буду пропускать некоторые приемы пищи

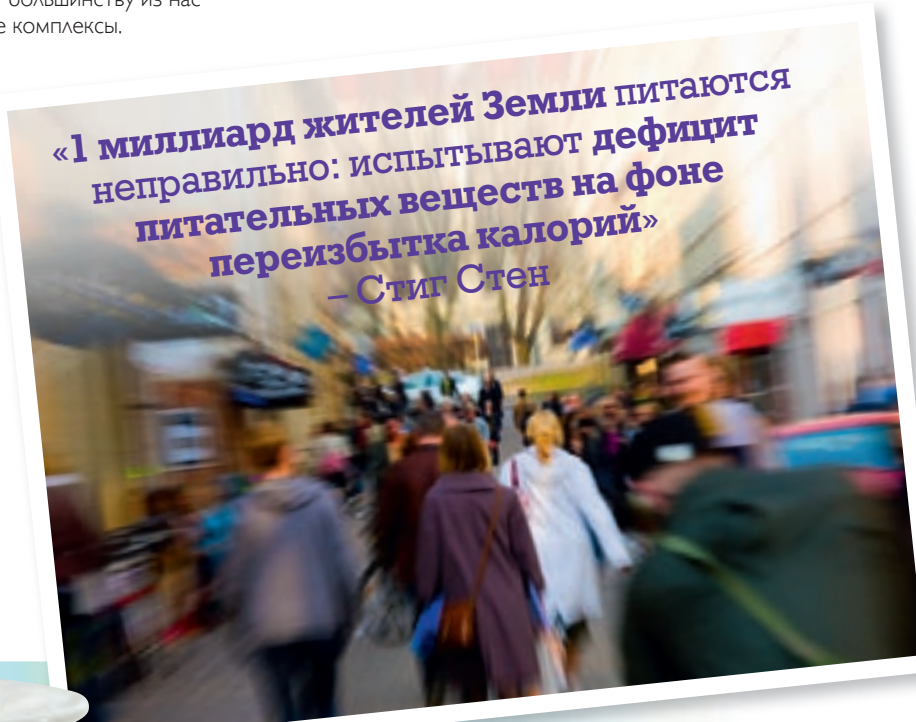
НА САМОМ ДЕЛЕ: Регулярный прием пищи поддерживает постоянный уровень сахара в крови, что, в свою очередь, сохраняет естественный аппетит. Пропуская какой-либо прием пищи, вы, скорее всего, восполните его позднее употреблением быстрых углеводов (выпечка и т. д.) и в следующий прием пищи употребите калорий больше, чем вам необходимо. Голодание приводит к потере веса, но не имеет успеха в качестве долгосрочной тактики похудения.



МИФ: Не рекомендуется употреблять витамины постоянно, желательно делать периодические перерывы

НА САМОМ ДЕЛЕ: Это было бы правдой, если бы речь шла об антибиотиках или иммуностимулирующих добавках (например, на основе эхинацеи). Некоторые вещества нужно принимать каждый день, чтобы был заметен постоянный эффект. К этой группе относятся витамины, минералы, полиненасыщенные жирные кислоты и антиоксиданты.

«1 миллиард жителей Земли питаются неправильно: испытывают дефицит питательных веществ на фоне переизбытка калорий»
– Стив Стен



МИФ: Биодобавки не могут улучшать состояние кожи

НА САМОМ ДЕЛЕ: Уже через пару недель приема Вэлнэс Пэк вы вполне можете заметить, что состояние кожи начало улучшаться. Мультивитамины в составе Вэлнэс Пэк питают кожу изнутри и оздоравливают ее. Омега-3 повышает эластичность кожи, а антиоксидант Астаксантин защищает ее от негативного влияния УФ-лучей и появления морщин. Наилучшего результата вы добьетесь, принимая Вэлнэс Пэк и одновременно используя подходящие косметические средства по уходу за кожей.



МИФ: Омега-3 – это жир, и из-за него можно поправиться

НА САМОМ ДЕЛЕ: Во всяком случае, исследования доказывают, что полиненасыщенные жирные кислоты ряда Омега-3 способствуют разрушению жировых клеток и укрепляют сердечно-сосудистую систему. К счастью, рыбий жир по своим вкусовым качествам значительно уступает маслу какао, поэтому вам не захочется употреблять его в количествах, способных привести к увеличению веса!



Весна – сезон здоровья!



Устраняет видимые признаки старения

Шведский бьюти-комплекс
Содержит Астаксантин – мощный антиоксидант на основе водорослей Шведского архипелага. Научно доказана способность Астаксантина защищать кожу от преждевременного старения и повышать мышечную силу. Не является лекарством. 30 капсул.

15400



Поддерживает молодость, красоту, здоровье

Комплекс «Омега-3»
Высококачественный натуральный рыбий жир – основной источник полиненасыщенных жирных кислот ряда Омега-3 и уникальных биологически активных соединений, сохраняющих вашу молодость, здоровье и красоту. Не является лекарством. 60 капсул.

15397



Повышает жизненную силу

Комплекс «Мультивитамины и минералы» для женщин
Комплекс «Мультивитамины и минералы» для женщин – это идеально сбалансированная формула из 12 витаминов и 7 минералов, поддерживающих ваше здоровье и красоту. Обогащен фолиевой кислотой, железом и кальцием, жизненно необходимыми женскому организму. Не является лекарством. 60 драже.

15414



Улучшает выносливость

Комплекс «Мультивитамины и минералы» для мужчин
Комплекс «Мультивитамины и минералы» для мужчин – это оптимальная комбинация из 12 витаминов и 6 минералов, подобранных с учетом потребностей мужского организма. Содержит повышенное количество селена и магния, поддерживающих здоровье и физические силы мужчины. Не является лекарством. 60 драже.

15413

Удобные упаковки: ВСЕ-В-ОДНОМ!

