

DETOXIKAČNÝ PROGRAM TIANDE

Jemný reštart organismu za 30 dní

tianDe

Žijeme vo svete, kde sa toxická záťaž stala bežnou súčasťou života: výfukové plyny, „rýchle“ jedlo, preventívne užívanie liekov, stres a nedostatok spánku. To všetko vedie k hromadeniu toxínov a metabolitov v krvi, lymfe, tukovom tkanive, medzibunkovom priestore, kĺboch aj svaloch.

Výsledok? Malátnosť, únava už od rána, znížená výkonnosť, časté prechladnutia, pocit ťažoby v tele a mdlá pľeť.

Detoxikačný program TianDe je jemnou podporou prirodzených mechanizmov samočistenia organizmu – pečene a čriev, lymfatického systému, obličiek aj pokožky.



KOMU JE PROGRAM URČENÝ

ČASTO POCIŤUJETE ÚNAVU
A „HMLU“ V HLAVE

MÁTE SKLON K OPUCHOM A POCITU
ŤAŽKÝCH NÔH ČI CELÉHO TELA

VAŠE STRAVOVANIE JE NEPRAVIDELNÉ,
OBSAHUJE VEĽA HOTOVÝCH JEDÁL,
SLADKOSTÍ ALEBO KÁVY

PLEŤ STRATILA SVOJU
PRIRODZENÚ JASNOSŤ,
OBJAVUJÚ SA NEDOKONALOSTI

CHCETE PRIPRAVIŤ ORGANIZMUS NA
REDUKCIU HMOTNOSTI ALEBO PRECHOD
NA ZDRAVŠIE, VEDOMEJŠIE STRAVOVANIE

ZÁKLAD PROGRAMU

Program je postaven na 5 klíčových produktech TianDe:

1. Jablková vláknina a tekvicový prášek (191008)*

- doplnok stravy s vysokým obsahom rozpustnej a nerozpustnej vlákniny.
- pomáha jemne čistiť črevá, viazať toxické látky a ťažké kovy a podporovať zdravú črevnú mikroflóru

*Doplnok stravy. Upozornenia: nie je určené pre deti. Nevhodné pre tehotné a dojčiace ženy. Ustanovená odporúčaná denná dávka sa nesmie presiahnuť. Výživový doplnok sa nesmie používať ako náhrada rozmanitej stravy. Možná neznášanlivosť niektorej zložky výrobku. Výživové doplnky sa musia uskladňovať mimo dosahu malých detí.



ZÁKLAD PROGRAMU

Program je postaven na 5 klíčových produktech TianDe:

2. Pektínové rôsoly (195432, 195431)

- obsahujú pektín, prebiotiká a ovsenú vlákninu
- podporujú črevnú peristaltiku a metabolismus a prispievajú k pocitu ľahkosti

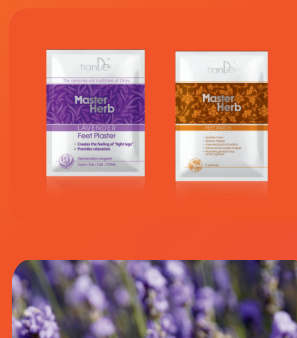


ZÁKLAD PROGRAMU

Program je postaven na 5 klíčových produktech TianDe:

3. Náplasti na nohy Master Herb (41314, 41328)

- pôsobia na aktívne body chodidiel
- pomáhajú uľahčiť činnosť lymfatického systému a zintenzívniť vylučovanie metabolitov cez pokožku



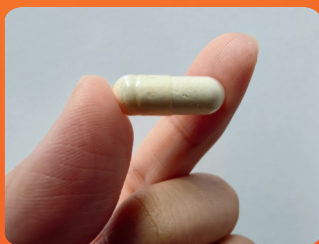
ZÁKLAD PROGRAMU

Program je postaven na 5 klíčových produktech TianDe:

4. Glutathione complex (135456)*

- **moderní a silný antioxidant**
- **podporuje bunčovou ochranu, pomáhá pečeni neutralizovat toxické látky a snižovat oxidační zátěž**

*Výživový doplnok. Upozornenia: nie je určené pre deti a mladistvých. Nevhodné pre tehotné a dojčiace ženy. Nevhodné v prípade nepriechodnosti žlčových ciest a pri žlčníkových kameňoch. Neprekračujte odporúčanú dennú dávku. Výživový doplnok sa nesmie používať ako náhrada rozmanitej stravy. Uchovávať mimo dosahu detí.



ZÁKLAD PROGRAMU

Program je postaven na 5 klíčových produktech TianDe:

5. Zlatý amarantový olej (135415)*

- **doplňkový zdroj polynenasýtených mastných kyselin, skvalénu a vitamínu E**
- **podporuje činnost' pečene, prispieva k normálnemu metabolizmu lipidov a cholesterolu a jemne chráni bunky**

*Výživový doplnok. Upozornenia: nevhodné pre deti. Nevhodné pre tehotné a dojčiace ženy. Ustanovená odporúčaná denná dávka sa nesmie presiahnuť. Výživové doplnky sa nesmú používať ako náhrada rozmanitej stravy. Výživové doplnky sa musia uskladňovať mimo dosahu malých detí. Nepoužívajte v prípade precitlivlosti na ktorúkoľvek zložku výživového doplnku. Použitie vopred konzultujte s lekárom.



AKO PROGRAM FUNGUJE (1. ETAPA – 30 DNÍ)

Dôležité: Program je koncipovaný ako jeden súvislý úsek v trvaní minimálne 30 dní.

Optimálna dĺžka pre hlbšiu detoxikáciu je 2–3 mesiace, avšak už základná tridsaťdňová etapa prináša citelnú úľavu a výsledky, ktoré môže klient pocítiť.



Ráno

Ihned' po prebudení

- 1 pohár pektínového rôsolu (195432, 195431) – rozmiešajte 1 vrecúško v 180–200 ml horúcej vody a nechajte 2–3 minúty odstáť
- Pri sklone k zápche je možné pridať ½ vrecúška vlákniny (191008) a nechať 1–3 minúty napučať

Počas raňajok

- 1 kapsula prípravku Glutathion (135456).



Počas dňa

Počas obeda alebo večere – 1–2 kapsuly prípravku Zlatý amarant **(135415)** podľa odporúčania odborníka.

Pôvodná schéma uvádza: 1 kapsula 3× denne počas jedla. Ak sa cítite dobre, môžete sa držať aj tejto klasickej varianty



Večer

40–60 minút pred večerou alebo tesne pred spaním

- 1 pohár pektínového rôsolu (v prípade potreby opäť s ½ vrecúška vlákniny).

Pred spaním (od 21:00 do rána)

- Aplikujte náplast Master Herb na chodidlá – denne, kúra 15 až 30 dní.



DĹŽKA PROGRAMU

- **Základná kúra:** 30 dní – komfortná varianta z hľadiska dĺžky aj ceny, ktorú klient ľahko prijme
- **Hlboká detoxikácia:** program je možné predĺžiť na 2–3 mesiace – buď zopakovaním mesačnej kúry 2–3× po sebe, alebo ponechaním časti prípravkov (pektínové rôsoly, vláknina, amarant) v režime udržiavacieho užívania.

Hlboká detoxikácia: program je možné predĺžiť na 2–3 mesiace – buď zopakovaním mesačnej kúry 2–3× po sebe, alebo ponechaním časti prípravkov (pektínové rôsoly, vláknina, amarant) v režime udržiavacieho užívania.

ODPORÚČANIA K STRAVOVANIU POČAS PROGRAMU

Strava počas detoxikácie by mala organizmu pomáhať, nie brániť jeho prirodzeným očistným procesom. Cieľom je znížiť záťaž tráviaceho systému a pečene, nie zavádzať prísnu diétu.

ODPORÚČA SA:

- piť čistú vodu v množstve približne 20–30 ml na 1 kg telesnej hmotnosti denne (ak zdravotný stav nevyžaduje obmedzenie)
- založiť jedálňiček na zelenine, bylinkách, listovej zelenine a celozrnných obilninách
- denne zaradiť ovocie (ideálne v prvej polovici dňa)
- doplniť rastlinné zdroje bielkovín: strukoviny, semienka, orechy (v primeranom množstve)
- voliť šetrné spôsoby prípravy pokrmov: varenie, dusenie, pečenie alebo prípravu na pare

POČAS TRVANIA PROGRAMU OBMEDZIŤ:

- tučné červené mäso a tučné mliečne výrobky
- cukor, sladkosti, pečivo a sladené nápoje
- alkohol
- vyprážané, údené, silno solené alebo výrazne priemyselne spracované potraviny
- nadbytok kávy a silného čaju

Dôležité: Strava by mala pôsobiť ako starostlivosť o seba, nie ako trest. Malé kroky, vykonávané pravidelne, prinášajú väčšie výsledky než prísne obmedzenia dodržiavané len niekoľko dní.

**PÉČE O
POKOŽKU
POČAS
DETOXIKÁCIE**

*POKOŽKA JE NAJVÄČŠÍM
DETOXIKAČNÝM ORGÁNOM A POČAS
PROGRAMU SA AKTÍVNE PODIELA NA
VYLUČOVANÍ METABOLITOV.*

**PRETO JE DÔLEŽITÉ VENOVAŤ JEJ V
TOMTO OBDOBÍ ZVÝŠENÚ
POZORNOSŤ.**



1. Pravidelné čistenie pokožky tela:

- používať telovú soľ SPA technology (**30223, 30213, 30215, 30222**) 1–2× týždenne na jemné odstránenie odumretých buniek
- striedať s peelingmi (**30201, 30203, 30204, 30205, 30207**)



2. Dostatočná hydratácia pokožky:

- po sprche aplikovať krémové telové mlieko Slnčné olivy (**32604**) alebo hyalurónový gél-lotion na tvár a telo s morskými riasami (**36006**) – podporí kožnú bariéru a príjemný komfort, najmä ak ste začali piť viac vody.



3. Starostlivosť o chodidlá a nohy:

- solné kúpele na nohy Master Herb (41320, 41321) používať 2–3× týždenne
- náplasti **Master Herb** aplikovať systematicky v kúre (sú súčasťou hlavného programu)



4. Intímne zdravie:

- počas programu je vhodné zaradiť vložky
**Energia bylín /
Nefritová sviežosť** – pre
väčší pocit čistoty a
komfortu

*Takýto komplexný prístup podporuje
očistu nielen zvnútra, ale aj
prostredníctvom pokožky, a tým
posilňuje celkový účinok programu.*

OČEKÁVANÉ VÝSLEDKY

**Pri dodržiavaní odporúčaní
mnohí klienti uvádzajú:**

- pocit ľahkosti v tele, ústup ťažoby a menší sklon k opuchom
- zlepšenie trávenia a pravidelnosti stolice
- rovnomernejší farebný tón a textúru pokožky, úbytok „mdlavého vzhľadu“
- zvýšenie celkovej vitality a pracovného výkonu
- zlepšenie kvality spánku

**VÝSLEDKY SÚ INDIVIDUÁLNE A ZÁVISIA OD
ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU, VÝCHODISKOVÉHO STAVU
ORGANIZMU A DĺŽKY TRVANIA PROGRAMU.**

DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA

Prípravky označené ako doplnok stravy nie sú liečivými prípravkami.

Existujú kontraindikácie (individuálna neznášanlivosť zložiek, tehotenstvo, chronické ochorenia a pod.).

Pred začatím programu odporúčame konzultáciu s lekárom.