

# Stability Living Food™

Izdelek št. 1810  
450 g v prahu

## Sestava

Jabolčne vlaknine (93,0 g), jabolčni pektin (90,0 g), vlaknina inulin (82,5 g), aktivirana mešanica žit: amarant, ajda, pira, ječmen, ovseno seme, proso, kamut, bučno seme, laneno seme, kvinoja, sezamovo seme, sončnično seme, mešanica vlaknin (60,0 g), švedski ekološko pridelani ječmen (73,5 g), korenina konjaka (30,0 g), cimet v prahu (10,5 g), kurkuma v prahu (10,5 g)

## Prehranska vrednost nega odmerka/ 100 g izdelka

Energijska vrednost 33,54 kcal, 140,31 kJ/ 224 kcal, 935 kJ, beljakovine 0,81 g / 5,5 g, ogljikovi hidrati 6,68 g/ 44,5 g, maščobe 0,38 g/ 2,5 g, vlaknine 5,325 g/ 35,5 g, od tega betaglukan 0,09 g/ 0,6 g, natrij 69 mg/ 460 mg, vitamin B<sub>6</sub> 0,04 mg (2 %\*)/ 0,24 mg (12 %\*), folna kislina 4,95 µg (2,5 %\*)/ 33 µg (17 %\*) vitamin B<sub>12</sub> 0,3 µg (30,0 %\*)/ 2 µg (200 %\*), kalcij 82,5 mg (10,5 %\*)/ 550 mg (70 %\*), železo 1,8 mg (13,0 %\*)/ 12 mg (86 %\*), magnezij 10,5 mg (3,5 %\*)/ 70 mg (23 %\*), cink 2,1 mg (14 %\*)/ 14 mg (93 %\*), selen 1,8 µg/ 12 µg, mangan 2,4 mg/ 16 mg

\*delež priporočenega dnevnega vnosa po švedskih standardih

Vsebnost glutena: 0,06 %

## Navodilo za uporabo

Zamešajte 1,5 jedilne žlice Stability Living Food™ v sok, vodo (toplo ali hladno), jogurt, mleko, kislo mleko, sadje ali sladoled in dobro premešajte ali uporabite mešalnik.

Ne prekoračite priporočenega dnevnega odmerka. Izdelek ne more nadomestiti uravnotežene prehrane.

## Shranjevanje

Shranjujte v hladnem in suhem prostoru.

Shranjujte nedosegljivo otrokom.

Ne uporabljajte izdelka, če je varovalo pokrovčka poškodovano.

## Izdelano po standardih cGMP

Izdelek je pripravljen v skladu z normativi cGMP (current Good Manufacturing Practice), kar zagotavlja odličnost proizvodnega postopka. Strogo nadzorujemo kakovost v vseh proizvodnih fazah, od surovine do končnega izdelka. Izdelek spremlja obširna dokumentacija, ustreza pa tudi zahtevam Švedske nacionalne uprave za prehrano, kar zadeva varnost, integriteto in sledljivost.

Izključno za izobraževalne namene



© GENERATIONS OF HEALTH AB

2006

www.goh.biz

## Predstavitev izdelka

# Stability Living Food™

*s predaktivirano rastlinsko mešanico in skrbno izbranimi dopolnilnimi sestavinami, ki s svojimi edinstvenimi lastnostmi krepijo zdravje*



## Lastnosti in delovanje

- Izdelek vsebuje mešanico žit in obilico vlaknin.
- Izjemna kombinacija hranilnih snovi, ki dajejo veliko energije.
- Izdaten vir encimov, vitaminov in mineralov.
- Bogat vir vitamina B<sub>12</sub>.
- Oskrbi telo z esencialnimi maščobnimi kislinami.
- Ne vsebuje sladkorja, sladil, konzervansov ali drugih dodatkov.

# Stability Living Food™

## Mešanica žit in njeno delovanje

Mešanica žit je aktivirana po edinstvenem nanotehnološkem postopku. Znanstveniki so s pomočjo nanotehnologije uspešno spremenili živila v zelo droben prah, ki ga sestavljajo mikroskopsko majhni delci s premerom 1 nanometer. Med obdelavo delci dobijo primereno površinsko strukturo, ki poveča biorazpoložljivost, kar pomeni, da telo bolje izkoristi dobrodejne hranilne snovi. Za razvoj te visoke tehnologije je bilo potrebnih več desetletij, a rezultati so vredni tega truda. Hranilne snovi so aktivirane in optimalno izkoriščene, zato telo hitreje in bolje absorbira nanotehnološki izdelek v primerjavi z "običajno" rastlinsko mešanico.

## Okrepite svoje zdravje in dobro počutje s hranili, ki podpirajo imunsko obrambo vašega telesa

Stability Living Food™ ni le izjemen vir energije; je tudi zdrav, hitro pripravljen obrok. Skrbno izbrane sestavine tega izdelka so odlični viri hranilnih snovi, nujno potrebnih za optimalno delovanje telesa, še posebej imunskega sistema. V nadaljevanju si lahko preberete več o teh sestavinah in njihovem delovanju.

**Amarant** – Vsebuje obilo vlaknin in beljakovin, pa tudi lizin in metionin, aminokislini, ki sta le redko navzoči v žitih. Amarant vsebuje tudi veliko kalcija, železa, kalija, fosforja, vitaminov A in C ter tokotrienola – oblike vitamina E, ki znižuje raven holesterola. Vsebuje pretežno nenasičene maščobne kisline z obilico linolenske kisline, ki dobrodejno vpliva na srce.

**Ajda** – Izdaten vir fosforja, betakarotena, vitamina C, kalcija, magnezija, kalija, cinka, mangana, folne kisline in esencialnih aminokislin. Ajda vsebuje izjemne rastlinske beljakovine, krepi kapilare in nevtralizira strupene snovi v telesu.

**Pira** – Izjemen vir vitaminov B<sub>2</sub> in B<sub>3</sub> ter netopnih vlaknin. Vitamin B<sub>2</sub> izboljšuje metabolizem v možganih in mišičnih celicah. Učinkovit metabolizem lahko zmanjša tveganje za pojav glavobola pri ljudeh, nagnjenih k migreni. Vitamin B<sub>3</sub> s svojimi številnimi učinki pomaga preprečevati bolezni srca in ožilja, hkrati pa zmanjšuje možnost nastanka krvnih strdkov. Netopne vlaknine dobro vplivajo na prebavo, saj hrana z njimi hitreje preide skozi črevesje, ob tem pa se zmanjša tveganje za nastanek žolčnih kamnov in se poveča dovzetnost za inzulin.

**Ječmen** – Izdaten vir kalija, magnezija, fosforja, kalcija, cinka, mangana, vitaminov skupine B in folne kisline. Ječmen dobrodejno deluje na črevesje in jetra.

Po ugotovitvah raziskovalcev ječmen pomaga pri čiru na želodcu in znižuje raven holesterola v krvi.

**Ovseno seme** – Izdaten vir kalcija, magnezija, železa, fosforja, mangana, vitamina B<sub>5</sub>, folne in kremenčeve kisline. Je koristen element prehranskih diet, pomaga pri gastritisu in diareji.

**Proso** – Izdaten vir magnezija, kalija, fosforja in vitamina B<sub>3</sub>. Proso že po naravi ne vsebuje glutena, je lahko prebavljivo in ne povzroča alergij.

**Kamut** – Bogat s kalcijem, magnezijem, fosforjem, kalijem, cinkom, bakrom in manganom. Vsebuje tudi veliko vitaminov B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>6</sub>, vitamina E, pantotenske in folne kisline, aminokislin ter selen. Selen ima pomembno vlogo pri sintezi mnogih encimov in beljakovin, potrebnih za celični metabolizem. Selen tudi varuje celice pred škodljivimi učinki težkih kovin, zlasti arzena, kadmija, živega srebra in svinca.

**Bučno seme** – Izdaten vir kalcija, železa, magnezija, cinka, celotnega B-kompleksa, fosforja, kalija in esencialnih omega 3 maščobnih kislin. Bučno seme lajša težave s prostato in odstranjuje črevesne zajedalce.

**Laneno seme** – Izjemen vir maščobnih kislin omega 3 in omega 6. Izdaten vir kalcija, magnezija, fosforja, vitamina B<sub>3</sub>, železa in vitamina E. Blaži vnetja, deluje odvajalno, pospešuje izločanje strupenih razkrojnikov iz črevesja, pomaga pa tudi pri astmi.

**Kvinoja** – Izdaten vir kalcija, železa, magnezija, fosforja, kalija in vitamina B<sub>3</sub>. Kvinoja vsebuje več kalcija kot mleko in je lahko prebavljiva. Ne vsebuje glutena, vsebuje pa lizin, ki uničuje viruse.

**Sezamovo seme** – Izdaten vir kalcija, železa, magnezija, cinka, vitamina E, folne kisline, fosforja, kalija, bakra, selen in esencialnih maščobnih kislin. Sezamovo seme dobro vpliva na srce in ožilje. Vsebuje antioksidante, obenem pa znižuje raven holesterola v krvi.

**Sončnično seme** – Izdaten vir vitaminov A, B, D, E, in K, kalcija, železa, kalija, fosforja, cinka, mangana, magnezija in esencialnih maščobnih kislin. Sončnično seme vsebuje pektin, ki nevtralizira strupene snovi, denimo težke kovine. Poleg tega izboljšuje vid in dobro vpliva na receptorje svetlobe.

**Mešanica vlaknin** – mešanica jabolčnega pektina, jabolčnih vlaknin, ovsenih otrobov in vlaknin citrusov.

Izključno za izobraževalne namene



© 2006 GENERATIONS OF HEALTH AB

www.goh.biz

# Stability Living Food™

## Stability Living Food je izjemen vir dragocenih hranilnih snovi, ki dajejo veliko energije in vas ohranjajo budne, skoncentrirane ter zadovoljne

Najpomembnejša živila med tistimi, ki dajejo veliko energije, so živila, bogata z vitamini skupine B. Kompleks vitaminov B sestavljajo B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>5</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, B<sub>9</sub> (folna kislina) in biotin. Izdaten vir teh vitaminov so proso, ajda, rž, kvinoja in ječmen. Prav ta žita sestavljajo aktivirano žitno mešanico GOH. Kompleks vitaminov B pripomore tudi k optimalnemu delovanju spomina. Možganske celice potrebujejo holin, vitamin B, ki skrbi za hiter in pravilen prenos informacij v telesu. Vitamin B<sub>3</sub> in železo sta potrebna za tvorbo dopamina, ki je prav tako pomemben za delovanje spomina. Poleg tega en odmerek izdelka Stability Living Food zadovolji 30 % dnevne potrebe vašega telesa po vitaminu B<sub>12</sub>, ki je potreben za tvorbo rdečih krvničk in normalno delovanje živčnega sistema, pa tudi za rast in razvoj otrok. Ko žitno zrno vzkali, se mnogokratno poveča njegova energijska vrednost, encimi, ki sodelujejo pri procesu rasti, pa povečajo njegovo prehransko vrednost. Stability Living Food vsebuje tudi švedski ekološko pridelani ječmen v obliki predkaljenega ječmena (brez dodatkov). Druga hranila, potrebna za nastajanje energije, so poleg vitamina C še magnezij, cink, železo in baker. Magnezij, cink in železo najdemo v znatnih količinah v sestavinah izdelka Stability Living Food.

## Ohranite zdravo črevesje!

**Jabolčne vlaknine** – Že dolgo vemo, kako pomembne so vlaknine za prebavni proces. Za optimalno delovanje črevesja strokovnjaki priporočajo prehrano, bogato z vlakninami. Jabolčne vlaknine dobrodejno vplivajo na črevesje, poleg tega pa uravnavajo raven holesterola in sladkorja v krvi. Jabolčne vlaknine potešijo lakoto, zato jih lahko uporabimo pri hujšanju.

**Inulin** – Inulin je topna vlaknina, pridobljena iz korenine cikorije. Prebavni encimi ne razgradijo inulina, zato v nespremenjenem stanju doseže debelo črevo. Tam spodbuja razmnoževanje koristnih bifidobakterij, ki zavirajo rast škodljivih bakterij.

**Jabolčni pektin** – Znano je, da jabolčni pektin veže holesterol in kislino v tankem črevesu ter da pozitivno vpliva na raven holesterola v krvi.

**Ekološko pridelani švedski ječmen** – To je predkaljeni ječmen iz ekološke pridelave, ki vsebuje visok delež sestavljenih ogljikovih hidratov in betaglukana, s čimer je zagotovljen nizek glikemični indeks. Sestavljeni ogljikovi hidrati preprečujejo večja nihanja krvnega sladkorja, zaradi česar se bolje počutimo in imamo ves čas dovolj energije. Ječmen, ekološko pridelan na Švedskem, vsebuje veliko vlaknin (10,8 g vlaknin na 100 g izdelka). Dobrodejne vlaknine še dodatno upočasnijo presnovo ogljikovih hidratov, krepijo imunski sistem in znižujejo raven holesterola v krvi.

**Korenina konjaka** – Vsebuje predvsem glukomanan, naravno hranilo, sestavljeno izključno iz vlaknin, brez vsakršne kalorične vrednosti. Če damo korenino konjaka v vodo, se njen volumen poveča tudi do sedemnajstkrat. Zato lahko že majhna količina konjakove korenine poteši lakoto, zaradi česar jo uporabljajo tudi v shujševalnih programih. Poleg tega so številne znanstvene raziskave pokazale, da korenina konjaka znižuje raven holesterola in sladkorja v krvi ter odpravlja zaprtje.

**Cimet v prahu** – Pridobivamo ga iz skorje cimetovca. Prah vsebuje eterično olje, katerega glavna sestavina je cinamaldehyd. Eterično olje krepi delovanje srca in dihal, poleg tega pa spodbuja prebavo, znojenje in izločanje želodčnih sokov. Uničuje bakterije, glivice in zajedalce. Cimet vsebuje tudi katehin, ki preprečuje pojav morske bolezni.

**Kurkuma v prahu** – Kurkuma vsebuje kurkuminoide in eterično olje. Po izsledkih farmakoloških raziskav kurkuminoidi močno zavirajo vnetne procese. Kurkuminoidi in eterično olje tudi spodbujajo nastajanje in izločanje žolča ter posledično preprečujejo nastanek žolčnih kamnov. Poleg tega spodbujajo izločanje želodčnih sokov, ki sodelujejo v prebavnem procesu. Kurkumo predvsem uporabljajo pri dietnem zdravljenju akutnih in kroničnih vnetij sklepov, mišic in drugih organov. Če jo uporabljamo kot začimbo, spodbuja apetit in izločanje želodčnih sokov.

## Viri

1. Edgson & Marber. *The Food Doctor. Healing foods for mind and body*, Collins & Brown Ltd. 1999.
2. Juneby, Hans Bertil. *Fytomedicin – en fickhandbok om medicinalväxter*, Artaromaförlaget, Gamleby, Sweden. 1999.
3. Andersen, P.E. *Livsmedelsteknologi 1 & 2*, Studentlitteratur, Lund. 2001.

Izključno za izobraževalne namene



© 2006 GENERATIONS OF HEALTH AB

www.goh.biz