



## Forever Fiber™ kood 464

Igas Forever Fiberi™ pakis on 5 g kiudaineid, mis rikastavad tervislikku toidulauda. Toitumisspetsialistid soovivad iga päev tarvitada kuni 30 g kiudaineid, et tagada tervis ja töökorras seedesüsteem. Paraku tarvitab enamik inimesi vaid ligikaudu pool sellest kogusest. Me sööme ohtralt töödeldud toitu, mis tähendab, et me ei saa nii palju kiudaineid kui normaalsele organismile vaja. Forever Fiber™ sisaldab neljast kiudaineliigist koosnevat patenditud kompleksi, nii et selle tarvitamisel rikastate hõlpsasti oma toidusedelit kiudainetega. Puistake seda toidule, segage aaloemahla, mõne muu joogi või lihtsalt vee sisse (selle saate pudeliga kaasa võtta).

Ehkki kiudained seostuvad meie jaoks sageli töökorras seedetraktiga (ja see on õige), on need väga kasulikud kogu organismile. Kui tarvitate Forever Fiberi™ söögikordade vahel, ei lähe kõht nii ruttu tühjaks, tänu millele on kergem oma isu kontrolli all hoida, söömishooge vältida ja vähem kaloreid tarvitada. See on eriti oluline neile, kes püüavad kaalust alla võtta (kui toidulisandi tarvitamist täiendavad tervislik toitumine ja regulaarne treen). Kiudained võivad abiks olla ka veresuhkru taseme normis

hoidmisel (kui see on eelnevalt normis olnud) ja makro-toitainete omastamise aeglustamisel toidust, tänu millele ei pruugi pärast söömist tekkida uimasust ega jõuetuse tunnet.

Uuringute kohaselt mõjuvad kiudained hästi ka südame ja veresoonekonna talitlusele. Teadlased tunnistavad tänapäeval, et kuni 70% immuunsüsteemist sõltub seedekulglast, sellepärast võivad kiudained seedimist tugevdades soodsalt mõjuda ka immuunsüsteemile. Kui organism saab piisavalt kiudaineid, võib see hõlbustada ebavajalike ainete väljutamist kehast ja leevendada mõnikord esineva kõhukinnisuse sümptomeid.

Forever Fiberi™ abil on väga lihtne oma toidusedelit kiudainete varal rikastada – igas pakis on 5 g lahustuvaid kiudaineid. See on võrdne peaaegu 1½ klaasi pruuni riisi või 2 viilu täisteraleivaga, ainult et ilma süsivesikute ja kaloriteta! Forever Fiber™ on mugav viis tarvitada iga päev rohkem kiudaineid ja hoolitseda oma tervise eest.

### TEAVE TOIDULISANDI KOHTA:

üks portsjon on 1 pakk (6,1 g), ühes karbis on 30 pakki.



- 5 g kiudaineid igas pakis.
- Varustab organismi kiudainetega.
- Lahustub hõlpsasti vees, Foreveri aaloemahlas ja muudes jookides.
- Lahustub hästi, maheda maitsega, ei sisalda kõvasid osakesi ega gluteeni.

#### Kogus ühes portsjonis

Kaloreid	10
Kokku süsivesikuid	6
Kiudaineid	5 g
Lahustuvaid kiudaineid	5 g
Foreveri patenditud kiudainekompleksi	5 g
Akaatsiavaik, lahustuv maisikiud, dekstriin, fruktooligosahhariidid.	

KOGUS: 30 pakki.

**SOOVITUSLIK TARVITAMINE:** segage pakk toidulisandit Forever Fiber™ iga päev vee, aaloemahla või mõne muu joogi sisse. Optimaalse tulemuse saavutamiseks puistake pakitais toidulisandit klaasi, lisage meeepärast jooki ja segage hästi läbi. Võib puistata ka toidule. Forever Fiberi™ on soovitatav võtta vähemalt 30 minutise vahega muude toidulisandite tarvitamisest, sest kiudained võivad mõjutada nende imendumist organismi.