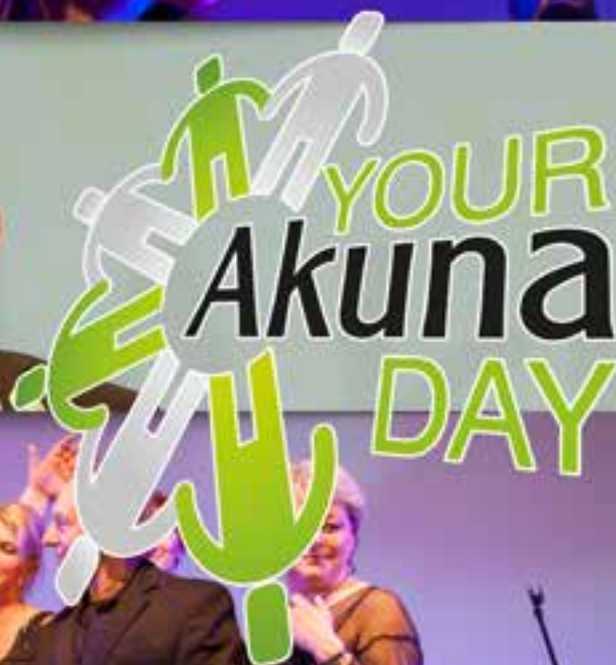




nr 2 (22) / 2014

# AKUNA INFO

BIULETYN INFORMACYJNY FIRMY AKUNA POLSKA SP. Z O.O.





**Zrealizuj swoje marzenia!  
Akuna to wysokiej jakości  
produkty i sprawdzony system  
szkoleń. Twoja niezależność  
jest teraz w zasięgu ręki.**

---



# Akuna to możliwości dla Ciebie

Możliwość dla każdego, zdrowie dla wszystkich! To dwa aspekty definiujące podstawową strategię biznesową naszej firmy. Aktywne zaangażowanie nowych ludzi w naszym globalnym społeczeństwie stale przyczynia się do poprawy jakości życia każdego z nas. Zbliź się do tej wizji i bądź gotów zrobić wszystko dla siebie i swojej rodziny. Wtedy i dla Ciebie Akuna stanie się ogromną możliwością! Na kolejnych stronach tego wydania „Akuna info” znajdziesz cenne informacje na temat produktów naszej firmy, a także korzyści, jakie przynosi nowoczesna, sprawdzona i wysoce skuteczna metoda dystrybucji.

Od 1999 roku wnosimy do działalności marketingu sieciowego (MLM) narzędzia, które mają na celu opracowanie systemu wsparcia dla przedsiębiorców i wprowadzenie nowych standardów. Jesteśmy w pełni świadomi, że mamy najlepsze produkty i świetne pomysły, ale i tego, że sukces osiągniemy tylko wtedy, gdy sieć dystrybutorów wcieli te pomysły w życie, co pozwoli je rozprzestrzenić i sprzedawać nasze produkty. W naszej firmie szukamy prawdziwej relacji opartej na wzajemnym szacunku i zaufaniu. Zacznijmy od tego, że przyjaciele komunikują się ze sobą za pomocą dobrych wiadomości. Gdy odkryjesz produkt lub usługę, z których masz realne korzyści, podziel się tą informacją ze znajomymi. Powiedz im o tym! W naszym systemie marketingu sieciowego możemy dystrybuować produkty w wybrany sposób, ponieważ charakteryzuje go wyjątkowo etyczna zasada podziału, w której konkurencja została zastąpiona przez wzajemną pomoc. Nasz system handlu jest otwarty dla wszystkich i dzięki programom motywacyjnym oraz systemowi edukacji, szanse na sukces jest taki sam dla każdego!

Jeśli Twoim marzeniem jest, aby zbudować swój własny, dobrze prosperujący biznes, aby pracować z produktem o najwyższej jakości, niezbędnym każdemu i na czasie, posiadasz pragnienie samorealizacji i chcesz pomagać innym, wybierz Akunę, która oferuje dostępny, profesjonalnie przygotowany, gotowy i sprawdzony model biznesowy.

Tomasz Kwolek  
Prezes Akuna Polska Sp. z o.o.

## W numerze

- 4-7 Your Akuna Day marzec 2014**  
Naszą siłą są menedżerowie
- 8-9 HerbaCura 3 IN ONE**  
Lek. stomatolog, dr J. Krulak
- 10 AkuWM Produkt, który zarabia!**  
VP M. Wawrzeńczyk
- 11-12 AkuWM – innowacyjny system utrzymania wagi**
- 12 Zarejestruj się do doktora Bertlika!**
- 13-15 O Alveo i o tym, jak zapobiegać chorobom**  
Dr Sohrab Khoshbin
- 16-17 Produkty Akuna Kariera w programie Start**
- 18 Dlaczego płynna postać?**  
J. Maslanky

### Biuletyn informacyjny Akuna info:

Wydawca:  
Akuna Polska Sp. z o.o.  
ul. 11 listopada 11  
40-387 Katowice

Opracowanie graficzne:  
Marek Dudzik

Redakcja zastrzega sobie prawo do adiestacji i skracania tekstów oraz do zmiany tytułów.  
Wszelkie prawa autorskie zastrzeżone. Przedruk tekstów oraz udostępnianie ich w mediach elektronicznych wymaga zgody redakcji.

Chcesz zadbać o swoje zdrowie?  
Pomyśl o profilaktyce i skontaktuj się z nami:  
Biuro-centrala: tel./fax: 32 608 55 32  
Dział finansowy: 694 475 678  
Dział marketingu: 668 163 263  
Dział administracji: 664 452 557  
e-mail: biuro@akuna.pl

Archiwalne numery Akuna info do pobrania na:  
[www.akuna.net](http://www.akuna.net)

Zapraszamy również na strony:  
[www.facebook.com/akunapolska.pl](http://www.facebook.com/akunapolska.pl)  
<http://www.youtube.com/akunapolska>

Możliwość dla każdego,  
zdrowie dla wszystkich.

# ➤ YOUR AKUNA DAY

## *Naszą siłą są menedżerowie!*

Akuna już od 15 lat zmienia świat na lepsze – 15 lat doświadczenia, 15 lat wytrwałego budowania tego, czym możemy cieszyć się dzisiaj. Taki jubileusz to doskonały moment, aby wyróżnić tych, którzy osobiście brali udział w tworzeniu historii i tradycji Akuny oraz tych, którzy ze szczególnym, godnym podziwu i odnotowania zaangażowaniem realizują naszą misję. To dzięki Wam Akuna ma sens. Poznajcie wyróżnionych podczas marcowej gali Your Akuna Day!

### *Zaszczytny tytuł Honorowego Promotora Zdrowia otrzymali:*



*Renata Dźwigaj, Małgorzata Henke, Anna Iszczenko-Bąk, Krzysztof Jankowiak, Barbara Kabot, Agnieszka Kosińska, Halina Kowalczyk, Beata Kuna, Paweł Lisoń, Mirosława Łęcka, Dorota Malik-Ferfecka, Alina Marcoń-Kępińska, Sylwia Marszałek, Wojciech Ratajczak, Elżbieta Rymar, Jadwiga Słowikowska, Tadeusz Szczembara, Tomasz Tabor, Anita Walaszczyk, Krystyna Wawszczyk, Tadeusz Wąchała, Maria Wiśniewska, Barbara Woźniak, Elżbieta Wysocka, Andrzej Wysocki.*

### *10-letni jubileusz współpracy z Akuną obchodzili:*



*Paweł Borecki, Małgorzata Charaszkiwicz, Helena Czemiakowska, Roman Dudziński, Katarzyna Dziura, Mirosław Góra, Wioletta Grzybowska, Teresa Holtra, Jan Karpacki, Małgorzata Krzysztofik, Marzenna Lewandowska, Anna Łosik, Franciszek Łuczak, Alicja Olma, Józef Palejczyk, Halina Palejczyk, Grzegorz Rutkowski, Dorota Stalińska, Barbara Staniak, Dorota Stasicka, Roman Stasicki, Monika Strzelec, Marek Wawrzeńczyk, Danuta Wawrzeńczyk, a wśród nich również pracownicy biura Akuna Polska: Matylda Cerek, Aneta Gawrońska, Magdalena Lisiak i Rafał Szafraniec.*

# marzec 2014

Zwycięzcy RANKINGU Auto Start, którzy odjechali nowym Oplem:



Agnieszka Liszka, Agnieszka Herman, Agnieszka Zębala, Barbara Kobot, Halina Szynczewska, Jan Podowski, Maria Jurasieńska, Małgorzata Szafraniec, Paweł Borecki, Zenon Jurasieński.

O swoich wrażeniach mówią nasi wyróżnieni menedżerowie:



Gdy Country Manager, Marcin Maciąg przeczytał moje nazwisko, z entuzjazmem pobiegłam na scenę. Nie spodziewałam się tak miłego wyróżnienia, ale przyjął je z ogromną radością. Teraz

otwarcie mogę mówić, że jestem Promotorem Zdrowia, a do tego jeszcze honorowym ;) Na dyplomie, który odebrałam z rąk Prezesa Tomasza Kwolka, widnieje cytat: „Człowiek staje się wielki przez to, co robi dla innych...” i ja wierzę, że tak właśnie jest.

Dzięki Akunie mamy możliwość pomagania ludziom. A co jest dla mnie największą nagrodą? Ich wdzięczność. Jeśli ktoś dzwoni do mnie i dziękuje, że dzięki Alveo jego dziecko wróciło do zdrowia, to nie da się tego przeliczyć na żadne pieniądze. A jest przecież mnóstwo osób, które potrzebują informacji na temat zdrowia i zdrowotnej profilaktyki. Ludzie są coraz bardziej świadomi potrzeby dbania o swój organizm. Chcą dobrze się czuć, mieć dużo energii i budzić się codziennie z ochotą do życia. My, Akunowicze, pomagamy im w tym już od lat. Ja wraz z moimi współpracownikami

szerzymy ideę zdrowego stylu życia nie tylko podczas indywidualnych spotkań, ale również uczestnicząc w piknikach rodzinnych, a także prowadząc wykłady. Osobiście współpracuję z Akuną już 7-my rok i wiem, że dzięki jej genialnym produktom, sama mam zdrową rodzinę. Dlatego teraz chętnie dzielę się moim doświadczeniem z innymi. Tym bardziej, że jestem w strukturze Kasi Dziury, dla której zdrowie jest najważniejsze, więc jak mogłabym go nie promować!

Podsumowując, bardzo pozytywnie wspominam tegoroczny Your Akuna Day i to nie tylko ze względu na otrzymane wyróżnienie. Profesjonalne wykłady na temat najnowszych produktów AkuWM i AkuAPW, znakomite wystąpienie VP Pawła Boreckiego (przykład z motorówką długo zostanie w mojej pamięci), ogromne emocje związane z odbiorem samochodów w programie Akuna Start i oczywiście wspaniały wieczorny bankiet przy znakomitym akompaniamencie Rudiego Schubertha i Ani Dreimann z zespołem Cartago! To wszystko zapewniło mi fantastyczne wrażenia, za które bardzo dziękuję i na które już teraz z niecierpliwością czekam podczas kolejnego Your Akuna Day!

**Dorota Malik-Ferfecka, Lider Dywizji z Krzeszowic, podczas gali Your Akuna Day 2014 wyróżniona tytułem Honorowego Promotora Zdrowia.**

Możliwość dla każdego,  
zdrowie dla wszystkich.





YAD 2014 był dla mnie wyjątkowy, ponieważ oprócz dawki wiedzy i świetnej zabawy zostałam wyróżniona za 10 lat współpracy z firmą Akuna. Było to miłe zaskoczenie i radość z możliwości uczczenia mojego jubileuszu w tak wspaniałym gronie. Nasunęły mi się refleksje z tych ostatnich wspaniałych 10 lat. Razem z Mariuszem wspominaliśmy nasze początki. Dzięki Akunie nastąpił nasz rozwój osobisty, zawodowy i finansowy. Akuna jest ogromną częścią naszego życia i patrząc wstecz cieszymy się, że podjęliśmy kiedyś właściwą decyzję o współpracy. Dzięki temu poznaliśmy wielu wspaniałych ludzi, nawiązaliśmy nowe przyjaźnie, żyjemy zdrowo, zwiedziliśmy kawałek świata, cały czas się rozwijamy i co równie ważne, jesteśmy niezależni finansowo, jesteśmy panami własnego czasu i losu. Swoją przyszłość wiążemy z Akuną i życzymy sobie następnych 10 wspaniałych lat.

Uważam, że było to najlepsze YAD na którym byłam. Było przygotowane profesjonalnie, dowiedziałam się wielu nowych, ciekawych i potrzebnych informacji, które były przekazane w przystępnej i zrozumiałej formie. Spotkanie przebiegało w miłej atmosferze, ilość wykładów była dobrana optymalnie do percepcji słuchaczy. Jest to również opinia moich współpracowników, którzy uczestniczyli w YAD.

**Wioletta Grzybowska, Dyrektor Sieci Międzynarodowej z Pysznicy, obchodząca podczas gali Your Akuna Day swój 10-letni jubileusz współpracy z Akuną.**



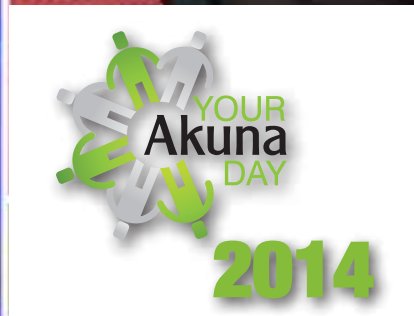
Podczas wyjścia na scenę emocje były ogromne. Obecność tak dużej ilości osób na sali spowodowała stres i odczucie adrenaliny. Jednak takie chwile są niesamowite, wtedy tak na prawdę czuć jedność z firmą i dumę z własnego sukcesu. Uważam, że warto było spróbować swoich sił w konkursie Auto Start i z pewnością ponownie podjąłbym takie wyzwania. Była to okazja do sprawdzenia własnych możliwości, a także zmobilizowania „śpiących rycerzy”, czyli osób, które poddały się na drodze do sukcesu w Akunie. Dodatkowo udział w konkursie pozwolił mi na pokazanie innym ludziom bardzo dobrych produktów firmy. Udział w konkursie dał mi możliwość bycia zauważonym, a moja praca została dodatkowo wynagrodzona poza profitami finansowymi wynikającymi z nowego Planu Marketingowego w Akuna Start. Moje wrażenia po Your Akuna Day są bardzo pozytywne. Jestem zadowolony z perfekcyjnie przygotowanego szkolenia i występujących tam świetnych prelegentów. Dzięki takim eventom buduje się jedność w społeczności Akuna i doładowuje akumulatory do dalszej pracy. Myślę, że każdy z uczestników Your Akuna Day życzyłby sobie jeszcze więcej takich spotkań, a to które już się odbyło, pozostanie na zawsze w mojej pamięci.

**Zenon Jurasieński, Lider z miejscowości Lubartów, jeden ze zwycięzców RANKINGU Auto Start, który do domu odjechał z Wisły nowym Oplem.**

**O WYSOKIEJ RANDZE NASZYCH SPOTKAŃ  
DECYDUJE WASZA OBECNOŚĆ.**

**DLATEGO CHCEMY, ŻEBYŚ BYŁ RAZEM Z NAMI  
PODCZAS KOLEJNEGO YOUR AKUNA DAY!**







# > HerbaCura 3 IN ONE

## inteligentny system pielęgnacji jamy ustnej

DZIĘKI ODPOWIEDNIO DOBRANYM, W 100% NATURALNYM SKŁADNIKOM O WŁAŚCIWOŚCIACH LECZNICZYCH, HerbaCura 3 IN ONE ZAPEWNIĄ KOMPLEKSOWĄ I SKUTECZNĄ OCHRONĘ JAMY USTNEJ. O TYM, CO WYRÓŻNIA JĄ OD TRADYCYJNYCH PAST DO ZĘBÓW, KTÓRE WIĘKSZOŚĆ Z NAS CO RANO NAKŁADA NA SZCZOTECZKĘ, MÓWI LEKARZ STOMATOLOG, DR JOLANTA KRULAK.



Właściwa higiena jamy ustnej to utrzymanie uzębienia i przyzębia w dobrym stanie. Fakt ten ma

zasadnicze znaczenie dla zapobiegania chorobom narządu żucia i zachowania osiągniętych wyników. Pamiętajmy, że w warunkach złej higieny zabiegi lecznicze zachowawcze i eriodontologiczne (leczenie tkanek otaczających ząb i utrzymujących go w zębodole) oraz protetyczne są mało skuteczne, a chirurgiczne często mniej bezpieczne. Zła higiena jamy ustnej przyspiesza rozwój najczęstszych chorób jamy ustnej, nierzadko wiąże się z przykrym zapachem z ust. Higiena jamy ustnej to przede wszystkim higiena uzębienia, stwierdzono bowiem ścisłą zależność między masą płytki

bakteryjnej, a próchnicą i chorobami przyzębia. I oto dostaliśmy świetny produkt z rodziny Alveo – pastę HerbaCura 3 IN ONE. Pasta ta jest wyjątkowym, inteligentnym systemem pielęgnacji jamy ustnej. Wyjątkowość ta wynika ze składu produktu. Chodzi zarówno o substancje zawarte w paście, jak i o to, czego tam nie znajdziemy. HerbaCura 3 IN ONE zawiera aktywne wyciągi z ziół: szalwii, mięty, lukrecji, czarnuszki i tymianku. Są to zioła o działaniu antyseptycznym, przeciwzapalnym, ściągającym i łagodząco wpływającym na błony śluzowe.



**Zwróćmy uwagę np. na szalwię:** od dawna znano jej właściwości przeciwzapalne, stosowano ją zarówno zewnątrz, jak i do wewnątrz. Szalwia hamuje rozmnażanie wielu bakterii Gram+, jak i Gram-, a także odpornych na antybiotyki. Unieczynnia toksyny bakteryjne. Szalwia zatrzymuje krwawienia i zmniejsza przepuszczalność naczyń włosowatych, dlatego zalecana jest do płukania jamy ustnej w przypadku kłopotów z zębami i dziąsłami, do płukania gardła w przypadku anginy, przezywania trudno gojących się ran. Chińczycy tak wysoko cenili to ziele, że kiedy Brytyjczycy zaczęli importować herbatę, sprzedawali dwie skrzynie herbaty za jedną skrzynię szalwii.



**Tymianek** natomiast, w medycynie ludowej używany był do płukania jamy ustnej ze względu na swoje właściwości przeciwzapalne. Dodany do pasty decyduje o jej działaniu bakteriobójczym, przeciwwgrzybiczym i dezynfekującym oraz łagodzi podrażnienia.



**Czarnuszka** zawarta w paście wykazuje działanie przeciwbakteryjne, przeciwbólowe, znana jest już od starożytności.



**Mięta** powoduje działanie przeciwbólowe. Zawarty w niej mentol dezynfekuje, ze względu na działanie antibakteryjne jest pomocny w zwalczaniu infekcji.

### HerbaCura 3 IN ONE

1. Żel do mycia zębów
2. Żel do masażu dziąseł
3. Płyn do płukania jamy ustnej

Aż 120 g w 100 ml produktu, dzięki wysokiemu stężeniu składników aktywnych!





**Ponad 20% zawartości  
HerbaCura 3 IN ONE to ksylitol.**

Ksylitol jest „cukrem brzozywym”, przez swój odczyn zasadowy stabilizuje równowagę kwasowo-zasadową. Alkalizując środowisko jamy ustnej działa bakteriobójczo (co jest równoznaczne z działaniem przeciwpróchnicznym), ułatwia mineralizację (zwiększa przyswajanie wapnia przez szkliwo), hamuje rozwój drożdżaków i grzybicy. Zatem przeciwdziała próchnicy, wzmacnia szkliwo i chroni dziąsła.



**Równie ważne jest to, czego ta pasta nie zawiera!**

Otóż nie zawiera szkodliwych substancji często występujących w popularnych pastach do zębów i kosmetykach, takich jak: SLS, parabeny, parafiny, syntetyczne środki barwiące, zapachowe i konserwujące. Nie zawiera sztucznych słodzików. Ale najważniejszym jest to, że nie ma fluoru!

**Paradoks fluoru** polega na tym, że w niewielkich ilościach wzmacnia szkliwo, pozornie wydaje się pożyteczny, ale jego nadmiar jest bardzo szkodliwy. Wywołuje fluorozę, groźną chorobę prowadzącą do kruchości szkliwa. Różnica między małą a dużą ilością fluoru jest niewielka. Ponieważ fluor występuje w wodzie z kranu, występuje w pożywieniu i jest produktem ubocznym przemysłu chemicznego, może się okazać, że wchłaniamy go i tak w nadmiarze, a ilość zawarta w paście do

zębów dodatkowo sumę tę powiększa. Zatem ta niewielka ilość fluoru, która mogłaby nam pomóc, może przekształcić się w ilość stanowiącą truciznę dla naszego organizmu. Problem z fluorem polega na tym, że nasz organizm nie radzi sobie z jego nadmiarem. Tylko częściowo jest on usuwany wraz z płynami ustrojowymi, a reszta odkłada się w układzie kostnym i kumuluje w skórze. Nadmiar tego pierwiastka może prowadzić do poważnych zaburzeń w organizmie. Same zaś zęby na skutek nadmiaru fluoru stają się żółtawe. Przebarwienia te z czasem ciemnieją, aż do wyraźnie brunatnej barwy.

**HerbaCura 3 in ONE** zapobiega próchnicy, paradontozie i osadzeniu się kamienia nazębnego. Skutecznie działa w kieszonek dziąsłowych. Wartość Ph neutralizuje szkodliwe działanie kwasu na szkliwo. Zawiera wyłącznie naturalne składniki podlegające ścisłej kontroli. Pastę możemy wykorzystać również do masażu dziąseł, a także płukania jamy ustnej po rozpuszczeniu niewielkiej ilości w wodzie. Nadaje się dla osób zdrowych jak i z poważnymi problemami zębów i przyzębia. Idealna dla całej rodziny.



**Możliwość** dla każdego,  
**zdrowie** dla wszystkich.

# Nowość roku 2014

## ➤ **AkuWM**

### *Produkt, który zarabia*



AkuWM TO NAJLEPSZY PRODUKT, JAKI MÓGŁBY SOBIE WYMARZYĆ MENEDŻER NASZEJ FIRMY. DLACZEGO? BO PRZEKONA DO SIEBIE KAŻDEGO, KTO CHCE CZUĆ SIĘ DOBRZE SAMEMU ZE SOBĄ, CZYLI... DOSŁOWNIE KAŻDEGO. O KORZYŚCIACH BIZNESOWYCH Z WPROWADZENIA AkuWM, SPECJALNIE DLA CZYTELNIKÓW „AKUNA INFO”, MÓWI WICEPREZYDENT, MAREK WAWRZEŃCZYK.

**Nowy produkt AkuWM (program zarządzania wagą) jest kolejnym dobrym produktem firmy Akuna. Dlaczego tak jest?**

**Zacznijmy od BMI.** BMI (Body Mass Index) to współczynnik masy ciała, który obliczamy dzieląc masę ciała (podaną w kilogramach) przez wzrost podniesiony do kwadratu (podany w metrach). Według danych statystycznych, co drugi Polak ma nadwagę (BMI 25-29), a



co piąty jest otyły (BMI 30-40). Jeśli chodzi o dzieci w Polsce, tyją one najszybciej w Europie. Powyższe dane mówią o tym, że jest to problem społeczny. Według badań przeprowadzonych przez Instytut Monitorowania Mediów *Polacy chcą być szczupli. Odchudzają się kobiety i mężczyźni. Oznacza to, że produkt AkuWM może być produktem pożądanym przez setki tysięcy Polaków.*

**Na rynku jest dużo ofert, proponujących szybkie odchudzenie poprzez „cudowne środki“.** Oferta Akuny jest wiarygodna i skuteczna. AkuWM jest bogaty w rozpuszczalny błonnik, ma szeroki zakres biologicznie wartościowych białek, ma witaminy i minerały, niską zawartość węglowodanów oraz ekstrakt z zielonej herbaty. Wszystkie te składniki mają wpływ na nasz metabolizm oraz gospodarkę hormonalną.

**Wszystko wskazuje na to, że AkuWM będzie bardzo skutecznym i konkurencyjnym produktem na rynku.** Przed dystrybutorami Akuny jest ogromna szansa, aby dotrzeć z produktem do wielu Polaków. W tym miejscu mam jedną uwagę. Aby być wiarygodnym dla potencjalnych klientów, powinniśmy sami używać tego produktu nawet, jeśli nie mamy problemu z nadwagą. Jak sama nazwa wskazuje (AkuWM – Weight Management – Zarządzanie Wagą), jest on przeznaczony do kontroli i utrzymania wagi.

**Podsumowując, mamy do dyspozycji kolejny, bardzo dobry produkt, potrzebny setkom tysięcy ludzi.** Poprzez własny przykład korzystania z produktu oraz przekazywania informacji o nim, mamy większe możliwości rozbudowy swoich struktur konsumenckich i biznesowych, czego Państwu i sobie życzę.



# ➤ **AkuWM – INNOWACYJNY SYSTEM UTRZYMANIA WAGI**

PRODUKT AkuWM STANOWI ABSOLUTNĄ NOWOŚĆ. WM TO SKRÓT ANGIELSKICH SŁÓW WEIGHT MANAGEMENT, CZYLI W WOLNYM TŁUMACZENIU ZARZĄDZANIE WAGĄ. AkuWM TO PAKIET PRODUKTÓW, KTÓRE RAZEM STANOWIĄ SYSTEM WSPIERAJĄCY KONTROLĘ WAGI, TAK ABY UTRZYMAĆ JĄ NA STAŁYM POZIOMIE NP. PO KURACJI ODCHUDZAJĄCEJ LUB TEŻ, W RAZIE POTRZEBY, REDUKCJĘ ZBĘDNYCH KILOGRAMÓW. SYSTEM KONTROLI WAGI AkuWM SKŁADA SIĘ Z 4 UZUPEŁNIAJĄCYCH SIĘ PRODUKTÓW: AkuWM ZIELONA HERBATA, AkuWM KOKTAJL BŁONNIKOWY, AkuWM ZDROWE ŚNIADANIE ORAZ AkuWM ZDROWA PRZEKĄSKA.

## ➤ **AkuWM Zielona Herbata**

*Produkt ten przeznaczony jest do codziennego użytku, a jego głównym składnikiem, jak sama nazwa wskazuje, jest ekstrakt z zielonej herbaty. Znajdziecie w nim również inne, przydatne w odchudzaniu składniki roślinne, garcinia cambogia oraz ekstrakt z owoców maliny.*

## ➤ **AkuWM Koktajl Błonnikowy**

*Koktajl błonnikowy jest jedynym takim pod względem składu. To kolejny produkt wchodzący w skład zestawu AkuWM. Jego podstawą jest szereg wartościowych białek, które doskonale uzupełniają zapasy energii. Zawarte w koktajlu białka są bardzo dobrze przyswajalne. Produkt ten zawiera wysoką zawartość błonnika, a zatem daje poczucie sytości. Znajdują się w nim takie formy błonnika, jak inulina oraz specjalne składniki pod nazwą Fibergum.*

## ➤ **AkuWM Zdrowe Śniadanie**

*Zdrowe Śniadanie to kolejny produkt, znajdujący się w zestawie AkuWM. Również i on bogaty jest w błonnik. Zawiera izolat białka mleka, skuteczny ekstrakt z korzeni maca oraz chrom. AkuWM Zdrowe Śniadanie oferuje bogactwo składników odżywczych, które należy przyjmować w postaci jednej porcji wymieszanej z wodą, rano na śniadanie. W zależności od Państwa upodobań można dodać do mieszanki świeże lub suszone owoce, orzechy lub miód.*

## ➤ **AkuWM Zdrowa Przekąska**

*Czwartym produktem wchodzącym w skład zestawu AkuWM jest zdrowa przekąska bogata w białka i błonnik o niskiej zawartości węglowodanów. Potrzebujemy odpowiedniej ilości błonnika dla utrzymania prawidłowej pracy jelit. AkuWM Zdrowa Przekąska to o przyjemnym smaku batonik, wzbogacony o unikatowe źródło błonnika Hi-Maize, który wywołuje przydatne w odchudzaniu poczucie sytości.*



**Możliwość** dla każdego,  
**zdrowie** dla wszystkich.

**Już niebawem grupa ochotników weźmie udział w monitorowanym przez Akunę programie AkuWM. O projekcie mówi Pani Jadwiga, która jako jedna z pierwszych podjęła wyzwanie zrzucenia zbędnych kilogramów pod czujnym okiem Akuny oraz doktora Jaromira Bertlika.**

*Program AkuWM to kolejna możliwość, z której mogę skorzystać dzięki współpracy z Akuną. Odchudzanie z doktorem Jaromirem Bertlikiem to dla mnie wyzwanie, które przyniesie same korzyści. Pod opieką fachowca chcę pozbyć się zbędnych kilogramów, a przy tym nauczyć się zdrowego sposobu odżywiania. Warto podjąć ten wysiłek dla dobrego samopoczucia i własnego komfortu w kontaktach z innymi ludźmi. Moja praca to przecież promowanie zdrowego stylu życia – zaczynam więc od siebie! AkuWM to naturalne, zdrowe produkty. Stanowiąc poszczególne posiłki ułatwią oczyszczanie organizmu, dostarczą witamin i minerałów oraz przywrócą właściwy metabolizm. A przecież właśnie to jest kluczem do sukcesu!*

Jadwiga Słowikowska z Lublina, Dyrektor Sieci Regionalnej

## » ZAREJESTRUJ SIĘ DO DOKTORA BERTLIKA!

Informujemy, iż rozpoczynamy rejestrację wizyt do poradni obsługiwanej przez doktora Jaromira Bertlika. Serdecznie zachęcamy do skorzystania z tej niepowtarzalnej okazji! Jeśli chcesz:

- skonsultować problem ze zdrowiem,
- otrzymać informacje dotyczące praktycznego stosowania naszych produktów w odniesieniu do diety, zdrowego stylu życia lub konkretnego schorzenia,
- dobrać dla siebie optymalny rodzaj suplementacji,

Akuna stwarza Ci ku temu wyjątkową możliwość. Zgłoś się na indywidualną konsultację z dobrze znanym wszystkim Akunowiczom, doktorem Jaromirem Bertlikiem.

Wszelkie niezbędne informacje uzyskasz dzwoniąc lub pisząc do nas:

**tel.:** 662-247-100

**e-mail:** konsultacje.eci@gmail.com

**Rejestracja czynna:** pon-ptk w godz. od 9 do 16

### Dr Jaromir Bertlik

Przewodniczący Rady Naukowej Akuna. Członek Kanadyjskiego Stowarzyszenia Medycyny Naturalnej (Canadian Naturopathic Association) i absolwent Instytutu Medycyny Naturalnej w Toronto (Canadian College of Naturopathic). Ekspert w dziedzinie biologii medycznej, homotoksykologii, tradycyjnej medycyny chińskiej i ziołolecznictwa.





### Na początku zdefiniujmy, czym jest zdrowie

Zdrowie to stan dobrego samopoczucia na poziomie emocjonalnym, fizycznym i duchowym, dlatego jeśli o nim mówimy, musimy wziąć pod uwagę te trzy aspekty. Zdrowie, to innymi słowy harmonijna i nieustająca aktywność wszystkich gruczołów naszego organizmu i wszystkich jego części. Oznacza to, że wszystkie układy i narządy muszą ze sobą współgrać, oddziaływać na siebie i przyjmować również oddziaływania od innych narządów i układów. Jesteśmy więc zdrowi, kiedy nasz organizm, nasze gruczoły i hormony znajdują się w równowadze.

### A co jeśli tej równowagi nam brakuje? Co jest tego przyczyną?

Istnieje również wiele przyczyn braku równowagi w organizmie i wówczas mamy do czynienia z chorobą. Te przyczyny to brak czy nieodpowiednia ilość energii oraz tlenu, którą otrzymuje nasz organizm, zanieczyszczenie powietrza, które wdychamy, jedzenie przetworzonej żywności, w której znajduje się ogromna ilość substancji chemicznych, dostarczanie do organizmu substancji toksycznych wraz z pożywieniem, przejadanie się (nadmiar składników pokarmowych zamienia się w toksyny), brak aktywności fizycznej, a także niedobory witamin i minerałów, na które w dzisiejszych czasach cierpi większość ludzi z powodu spożywania ubogiej w składniki odżywcze żywności. Mówimy tu również o zdrowej żywności, jaką są warzywa i owoce. Nawet one zawierają ogromną ilość pestycydów, herbicydów, które usuwają z nich to, co dla nas dobre. Również fakt, że często zbierane są w stanie niedojrzałym powoduje, że mają niską zawartość witamin i minerałów. Stres to kolejna z przyczyn braku równowagi. A zatem możemy powiedzieć, że główną przyczyną choroby (i nie ma znaczenia, jak tą chorobę nazwiemy) jest gromadzenie się w organizmie chemicznych i toksycznych substancji.

### Czy nasz organizm jest bezsilny wobec toksyn?

Oczywiście nasz organizm zawsze będzie starał się pozbyć toksycznych substancji najlepiej jak tylko może, a to dzięki temu, że został wyposażony w system wydalania i organy, które są za to odpowiedzialne. Pierwotny układ wydalania tworzą wątroba, nerki, jelita i płuca. Wątroba to pierwszy z organów, który będzie starał się usunąć wszystkie substancje toksyczne, jakie przedostały się do naszego organizmu wraz z pożywieniem. Nerki natomiast, to organ odpowiedzialny za usuwanie toksyn pochodzących



Dr Sohrab Khoshbin

Ekspert w dziedzinie żywienia, medycyny chińskiej, ziołolecznictwa i homeopatii. Założyciel Kanadyjskiej Wyższej Szkoły Zdrowia Holistycznego (Canadian College of Holistic Health) w Toronto, gdzie wykładał również na Uniwersytecie York. Częsty gość w wielu programach radiowych. Ostatnie 30 lat poświęcił badaniom nad medycyną naturalną i podnoszeniem jakości ziołowych leków i suplementów, zajmujących wiodącą pozycję na rynku międzynarodowym. W swojej prywatnej praktyce klinicznej wykorzystuje nowatorską, uzupełniającą terapię ziołową i odżywczą.

z płynów. W usuwaniu nagromadzonych substancji toksycznych pomagają nam również jelita, które starają się usunąć w szczególności odpady metaboliczne. Z kolei płuca są odpowiedzialne za otrzymywanie i transportowanie tlenu przy jednoczesnym wydalaniu dwutlenku węgla i wszelkich innych szkodliwych gazów. Pierwotny układ wydalania jest niezmiernie ważny dla naszego organizmu, ponieważ jako pierwszy reaguje w wypadku nadmiaru toksyn.

### Ale jeśli organy naszego pierwotnego układu wydalania nie będą w stanie poradzić sobie z nadmiarem toksyn?

Wówczas tę rolę przejmuje także skóra. Możemy powiedzieć nawet, że to nasze drugie płuca. Ona również będzie starała się wydalić toksyny, których nie zdołał usunąć pierwotny układ wydalniczy. Skóra jest bardzo ważnym „wskaźnikiem” naszego zdrowia, ponieważ jej kondycja stanowi odzwierciedlenie kondycji zdrowia całego naszego organizmu. Możemy odczytać z niej, jakie mamy problemy. Zdrowa skóra powinna być miękka w dotyku, błyszcząca, nie powinna być zanieczyszczona i mieć wyprysków. Jeżeli coś się na niej pojawia oznacza to, że nasze organy walczą z jakimś problemem. Stan naszej skóry zawsze odzwierciedla to, co dzieje się we wnętrzu naszego organizmu i najczęściej jest to właśnie nadmiar toksyn, z którymi nasze organy nie są w stanie sobie poradzić.

## Nasza fizyczność

Nasze ciało fizyczne jako pierwsze przyjmuje toksyny, których dostarcza środowisko zewnętrzne. A zatem, jeśli jesteśmy narażeni na działanie substancji chemicznych, przejadamy się, cierpimy na niedobory witamin i minerałów, nie ruszamy się, to odbija się to w pierwszej kolejności na stanie zdrowia i funkcjonowaniu naszego ciała fizycznego.

## Nasze emocje

Drugą częścią odpowiedzialną za stan naszego zdrowia jest sfera emocjonalna. Wszystkie emocje wpływają na nasz organizm w określony sposób, np. samotność, stres, zazdrość czy złość i strach, agresja i drażliwość, depresja, smutek, radość, niepokój, żal, litość, a także odrzucenie. Te wszystkie emocje wpływają na funkcjonowanie całego organizmu, wpływając na funkcjonowanie jego poszczególnych organów. Światowa organizacja zdrowia definiuje zdrowie psychiczne, jako stan dobrego samopoczucia, w którym jednostka zdaje sobie sprawę ze swoich własnych umiejętności, może poradzić sobie z normalnymi stresem życia, może pracować wydajnie i owocnie oraz jest w stanie mieć swój własny wkład w społeczeństwo. Każda emocja, niezależnie jak ją nazwiemy, ma wpływ na funkcjonowanie organizmu. Gniew wpływa na funkcjonowanie wątroby, strach wpływa na nasze nerki i nadnercza, smutek ma wpływ na pracę płuc, serca oraz wątroby, radość odbija się na działaniu serca oraz płuc. Stres i napięcie to emocje, które wpływają na funkcjonowanie całego ciała, a zmartwienia wpływają na nasz żołądek i serce.

## Nasza duchowość

Teraz spójrzmy na duchową część organizmu i czynniki, które zaburzają jej funkcjonowanie. Są to np. brak pokory, brak wiary, egoizm czy samolubność. Nasza duchowość ma duży wpływ na nasze zdrowie. Brak zdolności duchowych, także może być przyczyną powstawania chorób. Wartości duchowe, które pozytywnie wpływają na funkcjonowanie naszego organizmu, to m.in. miłość, zaufanie, wiara, pokora, prawdomówność, nadzieja, lojalność i inne, jak sprawiedliwość, bezinteresowność, godność, hojność, uprzejmość czy cnota. Możemy różnego rodzaju drogami wpływać na część duchową organizmu. Może to być medytacja czy też modlitwa.

## Fizyczność, emocje i duchowość stanowią nierozdzielny całość

Wszystkie trzy części – fizyczna, emocjonalna oraz duchowa, współgrają ze sobą i wpływają na siebie nawzajem. Spójrzmy np. na nasze ciało fizyczne. Jeżeli nie zadamy o prawidłową dietę i ruch, to poprzez układ hormonalny wpłynie to na nasz stan emocjonalny, a poprzez układ nerwowy na nasz stan duchowy. A zatem dla naszego zdrowia emocjonalnego, dla dobrego samopoczucia duchowego, musimy dbać o dietę, o odpowiednią ilość witamin i minerałów, po to, aby nasze ciało fizyczne dobrze wpływało na pozostałe części. A ponieważ to ciało fizyczne odpowiedzialne

jest za produkcję hormonów, to poprzez ten właśnie proces wpłynie na nasz stan emocjonalny. A teraz część emocjonalna i emocja, jaką jest złość. Jeżeli często się złościć, to automatycznie wpływa to na funkcjonowanie naszej wątroby, która będzie produkować za dużo lub za mało hormonów, co odbije się na naszym ciele fizycznym, a przez układ nerwowy i serce wpłynie na stan duchowy. I w końcu spójrzmy na część duchową. Jeżeli brakuje nam wartości duchowych, nienawidzimy ludzi, jeżeli notorycznie kłamiemy, to przez układ nerwowy będzie to miało wpływ na funkcjonowanie naszego ciała fizycznego, a poprzez serce, wpłynie na nasze emocje. A zatem, jeśli przypomnimy sobie definicję zdrowia, to nie da się go opisać tylko na podstawie jednego z tych czynników. Abyśmy byli zdrowi, potrzebujemy zdrowego ciała, musimy zadbać o nasze wartości duchowe, musimy kontrolować nasze emocje i musimy postarać się o to, aby wszystkie te części pracowały w równowadze.

## Unikatowa receptura – Alveo

Na omówionym tle warto przedstawić Alveo. Jest to unikatowy i wysokiej jakości roślinny suplement diety, który zawiera zioła. Jego receptura została opracowana w taki sposób, aby mógł stosować je każdy w regularnych, codziennych dawkach i to bez względu na stan zdrowia. Pozornie nie jest to tak oczywiste, ponieważ powszechnie wiadomo, że są na świecie zioła, których nie można stosować każdego dnia. Receptura naszego produktu bazuje na medycynie chińskiej, w której każde zioło ma przypisany poziom energii oraz kierunek działania. Energia rośliny może być gorąca, ciepła, zimna chłodna lub neutralna, a kierunek działania z wewnątrz na zewnątrz, z góry do dołu i z dołu do góry. To właśnie z dbałością o energię i kierunek działania poszczególnych ziół, stworzyliśmy recepturę Alveo. Nasz produkt zaproponowaliśmy w dwóch wariantach, dodając do niego miętę





lub sok winogronowy. Również i te składniki wybraliśmy nie bez powodu. Miętę ze względu na umiejętność „zbiegania” toksyn i pomoc w wydalaniu ich na zewnątrz, a także z uwagi na silne działanie antyoksydacyjne i pozytywny wpływ na układ trawienny. Sok winogronowy również wybraliśmy ze względu na jego właściwości antyoksydacyjne, które pomagają pozbyć się wolnych rodników i wydalają substancje toksyczne. Alveo to produkt w 100% naturalny, a wszystkie zioła w nim zawarte pochodzą z upraw organicznych, co oznacza, że nie zawierają substancji chemicznych.

#### Jaką rolę pełni nasz produkt?

Alveo pomaga utrzymać zdrowie organizmu. Może przyczynić się do zapobiegania chorobom, jak również pomóc się ich pozbyć, a to ze względu na następujące właściwości: po pierwsze pomaga pozbyć się toksyn, które już nagromadziły się w naszym organizmie, a także usunąć stany zapalne. Jednocześnie działa jak tonik, który dostarcza energii, a także wspomaga pracę układu trawiennego i pobudza odporność.

#### Każde zioło zawarte w Alveo spełnia w nim określoną funkcję

Każda jedna roślina, którą zawarliśmy w składzie Alveo wykonuje specyficzną pracę. I tak np. miłorząb dwukłapowy może wspierać transport tlenu do komórek, a dzięki żeń-szeniowi oraz lucernie (zawierającej ogromną ilość minerałów) może pomagać wzmacniać układ odpornościowy i dostarczać energii. Alveo pomaga też wspierać odbudowę i utrzymanie w zdrowiu błon śluzowych jelit, a dzięki zawartości żeń-szenia może przyspieszyć proces gojenia się tkanek. Alveo działa też jako tonik, który pomaga wzmocnić organizm, a to za sprawą roślin takich jak: żeń-szeń, cierniopłat guarany, lucerna oraz wąkrota. Dzięki zawartości goryczki żółtej czy wąkroty Alveo może też chronić naszą wątrobę przed substancjami chemicznymi i utrzymać

ją w zdrowiu. Dzieje się tak, ponieważ zioła te działają nawet w najmniejszych naczyniach krwionośnych, znajdujących się w wątrobie i regularnie je oczyszczają. Poza tym Alveo pomaga również w kontroli nadprodukcji kwasu żołądkowego i poprawia trawienie, a w końcu chroni przed zakażeniami, działając jak naturalny antybiotyk, stale oczyszczając organizm, co pomaga pozbyć się mikroorganizmów i patogenów, a w konsekwencji utrzymać zdrowie. To nie wszystko. Alveo potrafi też wspierać proliferację zdrowej flory w naszym przewodzie pokarmowym, jak również zwiększa przepływ krwi w całym organizmie. Jest też silnym antyoksydantem i świetnie radzi sobie z wyłapywaniem wolnych rodników, a to dzięki takim ziołom, jak czeremcha amerykańska, koniczyna czerwona czy dzika róża. Alveo dostarcza energii każdej pojedynczej komórce naszego organizmu.

#### Jak stosować Alveo?

Przy wszystkich omówionych właściwościach powinniśmy jednak podkreślić, że Alveo nie jest lekiem. W ciągu 14 lat od wprowadzenia go na rynek dzieliłicie się Państwo z nami swoimi doświadczeniami, w których Alveo pomogło wam pozbyć się pewnych stanów chorobowych. Należy jednak pamiętać, że Alveo nie usuwa choroby z organizmu, tylko jak powiedzieliśmy sobie na początku, przyczynę każdej choroby, jaką jest nadmiar toksyn w organizmie. A zatem, jeśli użyjemy Alveo, jako środka, który pomoże nam oczyścić organizm, to oczyszczony organizm nie powinien pozwolić żadnej chorobie się rozwinąć.

Alveo można stosować codziennie i stale (przez bardzo długi okres czasu, nie wykonując żadnych przerw), ponieważ zostało tak skomponowane, że nie jest w stanie zaszkodzić naszemu organizmowi. Dzienna dawka dla utrzymania zdrowia wynosi od 1 do 3 miarek (1 miarka to 28 ml). Oczywiście dawkę należy dostosować do ilości zgromadzonych toksyn w organizmie. Zalecam, aby spożywać Alveo rano, na czczo, rozpuszczając jego miarkę w szklance wody. Poranek to najlepsza pora na wypicie Alveo, ponieważ zaraz po przebudzeniu nasz żołądek jest niemal pusty. Znajduje się w nim ogromna ilość kwasu oraz nieprzetrawione resztki pożywienia. Alveo pomoże nam zneutralizować ten kwas, pozbyć się niestrawionych resztek i przy okazji przygotować nasz układ pokarmowy na nowy dzień. W przypadku 3 miarek Alveo dziennie, można spożyć je od razu rano, albo jedną rano, drugą pół godziny przed obiadem i trzecią pół godziny przed kolacją. Wypróbujcie Państwo Alveo przynajmniej przez miesiąc. Po tym czasie będziecie już mogli zauważyć jego oczyszczające działanie.

Możliwość dla każdego,  
zdrowie dla wszystkich.

# ➤ Produkty Akuna Kariera w programie Start

TERAZ JESZCZE WIĘCEJ MOŻLIWOŚCI W PROGRAMIE AKUNA START. KWALIFIKACJĘ 70 PKT. ZROBISZ ZNACZNIE SZYBCIEJ!

Wprowadzamy stałą opcję, dzięki której w każdym miesiącu możesz w ramach programu Akuna Start kupić po 1 butelce każdego z produktów. Punkty wliczać się będą do kwalifikacji Start.

- Sprzedaż odbywać się będzie według podobnej zasady, jak w przypadku produktu AkuCran – pojedyncze butelki wchodzi w moduł Start, a kartony w moduł Kariera.
- W ciągu 1 miesiąca można kupić po 1 butelce każdego z produktów, przy czym wyjątkiem jest AkuCran – jako dostępny w programie Akuna Start już wcześniej, można go kupować bez ograniczeń.
- Alveo Grape i Alveo Mint traktowane są przez system jako odrębne produkty.

Masz pytania? Napisz do nas: [biuro@akuna.pl](mailto:biuro@akuna.pl) lub zadzwoń: 664 452 557

## ➤ Alveo Grape i Alveo Mint

Oczyszcza ciało od środka



Alveo zwiększa odporność, wspiera prawidłową pracę serca, stanowi doskonałą, zdrowotną profilaktykę, wspomaga kondycję psychiczną, wzmacnia ciało, optymalnie wykorzystuje właściwości zawartych składników, przywraca naturalną równowagę.

## ➤ AkuCran

Ochrona układu moczowego



Pomaga zwalczać infekcje dróg moczowych, wspiera prawidłową pracę serca, wspiera układ nerwowy, stanowi profilaktykę chorób nowotworowych, reguluje pracę układu pokarmowego, stanowi wsparcie w walce z alergią, pomaga opóźnić procesy starzenia.



### » **Onyx Plus**

Idealny zestaw minerałów



Wspomaga trawienie, dba o prawidłowy stan kości i zębów, pomaga dbać o układ krwionośny, wspomaga stabilizację układu nerwowego, pomaga zapobiegać dokuczliwym skurczom, wspomaga układ moczowy, pomaga przyswoić wapń i fosfor.

### » **Mastervit**

Kompleksowy zestaw witamin



Wspiera samopoczucie fizyczne i psychiczne, pomaga regulować pracę hormonów, pomaga dbać o wzrok, pomaga chronić komórki organizmu, wspomaga układ odpornościowy, pomaga chronić przed stresem, wspomaga proces trawienia.

### » **AkuC**

Stanowi filar odporności



Doskonale wzmacnia odporność, pomaga dbać o wzrok, stanowi profilaktykę chorób układu krążenia i chorób nowotworowych, pomaga dbać o zęby, pomaga pokonać stres, wspiera walkę z alergią.

### » **AkuSel**

Profilaktyka chorób nowotworowych i tarczycy



Dba o prawidłową pracę tarczycy, wspiera profilaktykę nowotworów, pomaga spowalniać procesy starzenia, wpływa na zdolność rozrodczą mężczyzn, dba o stawy, wzmacnia odporność organizmu, wspomaga pracę układu krwionośnego.

### » **Pinky**

Uzupełnienie diety dziecka



Stymuluje pracę młodego organizmu, wpływa na poprawę apetytu, pomaga poprawić pamięć i koncentrację, pomaga dbać o rozwój zębów i kości, pomaga zwiększyć kondycję psychofizyczną, pomaga odżywić organizm, wzmacnia odporność całej rodziny.

### » **AkuZin**

Wspiera rozwój organizmu



Troszczy się o zdrowie mężczyzn, przyspiesza regenerację organizmu, wzmacnia odporność, wspiera układ krążenia, wspiera rozwój organizmu, dba o zmysły, poprawia kondycję włosów, skóry i paznokci.

Możliwość dla każdego,  
zdrowie dla wszystkich.

# DLACZEGO PŁYNNNA POSTAĆ?

NA PYTANIE ODPOWIADA JERZY MASLANKY, CENIONY AUTORYTET W DZIEDZINIE PROPAGOWANIA PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ.



## Izotoniczne witaminy i minerały

Cóż to takiego – spytacie? Otóż izotoniczne oznacza tyle, co koncentrację witamin i minerałów w wodnym roztworze w takiej samej postaci, jak w ustrojowych płynach organizmu (np. krwi, ślinie czy łzach). I jest to jeden z powodów, dla których witaminy i minerały w takiej postaci są lepiej absorbowane aniżeli te same lecz w formie stałej (tabletki, kapsułki).

## Absorpcja

O ile stopień absorpcji suplementów diety lub ziół w formie izotonicznej wynosi 98%, to w formie stałej od 5% do 18%. Tę ważną, skądinąd, informację przekazał amerykańskiemu lekarzom, opracowany z myślą o nich, przewodnik po lekach Physician's Desk Reference (1996). A więc postać izotoniczna przyswaja się nie tylko lepiej, ale też szybciej i łatwiej zważywszy, że

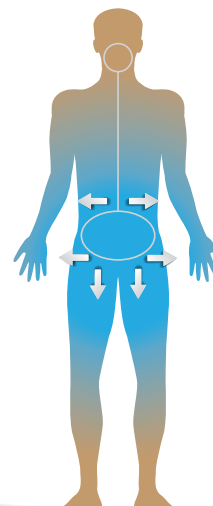
stałe formy suplementacji niekiedy wymagają nawet kilku lub kilkunastu godzin do ich absorpcji, podczas gdy te izotoniczne absorbowane są już w kilka minut po ich spożyciu. W tym przypadku proces absorpcji zaczyna się już w jamie ustnej.

## Substancje dodatkowe form stałych

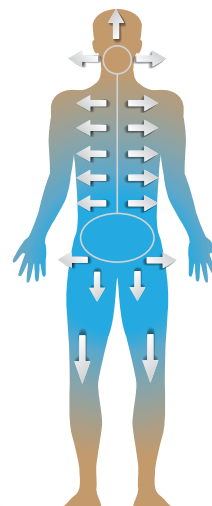
Pomijając kwestię toksyczności substancji, jaka w wielu przypadkach towarzyszy formom stałym (np. kolor, aspartamina, sztuczne substancje smakowe), wspomnieć wypada o dodatkowym składniku, jakim jest stearynian magnezu. Nie jest to, jak wielu osobom się może wydawać, magnez, ale podobna do talku substancja stosowana w produkcji form stałych, mająca na celu związanie substancji aktywnych. Problem w tym, że substancja ta ogranicza absorpcję składników aktywnych poprzez fakt tworzenia „filmu” na ścianach jelita cienkiego, czyli dokładnie tam, gdzie nastąpić powinna ich asymilacja. Przewagą natomiast formy stałej nad izotoniczną jest cena: zazwyczaj jest tańsza. Jednak biorąc pod uwagę stopień absorpcji obu, warto wziąć kalkulator do ręki i sobie przeliczyć...

Jest jeszcze jedna rzecz, o której wspomnieć należy. Formy stałe i skondensowane nie mają zazwyczaj już miejsca na słodką formę węglowodanu, jak ma to zwykle miejsce w formie izotonicznej. Nie jest to bez znaczenia skoro wiadomym jest, że cukier potrafi zastymulować system trawienny na tyle, aby podwyższyć absorpcję składników proponowanych w formie izotonicznej.

## Wchłanianie składników odżywczych z suplementu



w postaci stałej



w postaci płynnej

**WIEDZA O ZDROWIU NA TELEFON  
Infolinia Akuna. Dowiedz się więcej!**

Telefonicznej informacji o zdrowiu i produktach Akuna udziela dr Alicja Olma.

**Masz pytanie? Zadzwoń!**

## Kontakt:

lek. med. Alicja Olma

Telefon: 606 476 076

Infolinia jest czynna:

Poniedziałek 10.00 - 11.30

Czwartek 11.00 - 12.30



# JUŻ W CZERWCU!

## Akuna Active Life



*Zdobywaj wiedzę od najlepszych,  
podczas wykładów Akuna Active Life!*

*Dowiedz się więcej na temat zdrowego stylu życia  
oraz w jaki sposób skutecznie  
i trwale zwiększyć odporność organizmu.*

*Spotkania AAL, prowadzone są przez najwyższej klasy specjalistów!  
Nie zmarnuj okazji na poszerzenie wiedzy  
i poprawy jakości życia swojego i Twoich bliskich.*



# ZDROWIE SUKCES



*Do zobaczenia  
za rok*

