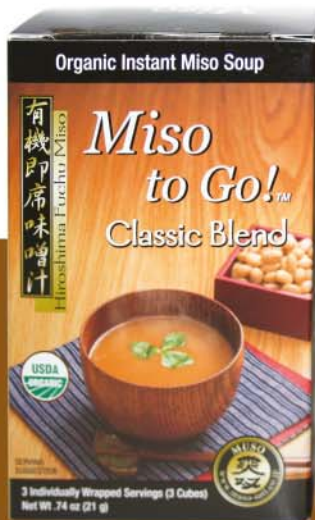
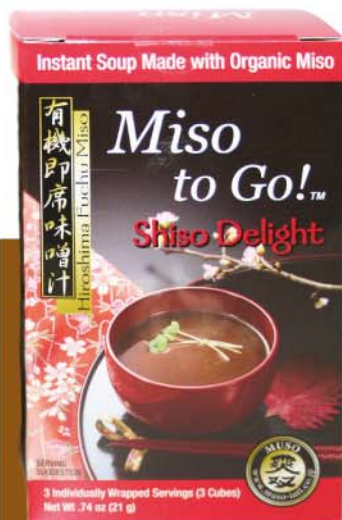


## Proljetni doručak za obilje energije

# Miso juha



Doručak je najbolje započeti miso juhom. Miso je u Japanu poznat već tisućama godina i jedna je od najcjenjenijih namirnica. Mnogi ga smatraju ljekovitim jer podržava probavu, smanjuje alergije na hranu, snižava razinu kolesterola te reducira prekomjernu kiselost organizma kojoj smo često izloženi zbog nepravilne prehrane.

Miso je živa namirnica jer sadrži mikroorganizme i enzime koji potiču probavu. Bogat je kalcijem, željezom, te omega 3 i omega 6 masnim kiselinama. Konzumiranjem miso juhe osim što jačamo imunitet, pridonosimo i uklanjanju simptoma stresa, a i detoksicira naš organizam.

**Priprema** je vrlo jednostavna; potrebno ju je samo razmutiti u šalici ili zdjelici tople vode.

U Bioveginjoj ponudi potražite Miso Instant miso juhu u vrećicama: **Miso to Go! Shiso Delight** ili **Miso to Go! Classic Blend**. Dostupne su u praktičnim pakiranjima pa ih možete konzumirati i na radnom mjestu, školi, na fakultetu...



# Jutarnje slatke kaše

Uz već spomenute miso juhe, jutarnje kaše u kombinaciji s organskim pahuljicama te cjelovitim mueslima od više vrsta žitarica odlična su varijanta zdravog doručka. Sojade, jogurt od soje u slasnim voćnim kombinacijama npr. trešnje, vanilije ili šljive pomiješan sa cjelovitim organskim mueslima zdrav je i hranjivi obrok.

Ako ste ljubitelj zobi i volite topao i brzo spravljen doručak, za svega nekoliko minuta možete pripremiti sitne Biovegine zobene pahuljice i dodati im suho ili svježe voće i grožđice. Vjerujemo da će ovo biti omiljeni doručak mlađih članova obitelji.

Biovegine sitne zobene pahuljice, Sojade jogurte te ekološko suho voće i grožđice potražite u trgovinama zdrave hrane, ljekarnama i bio&bio trgovinama.



# Yaeyama Chlorella

## velika snaga u malenoj algi



Znanstvenici vjeruju da je Chlorella, jednostanična slatkovodna alga, nastala na zemlji prije 2 milijarde godina. Vrlo učinkovito iskorištava sunčevu energiju, a izvor je hranjivih tvari kao što su bjelanjčevine, vitamini, minerali i klorofil.

Bila je predmetom mnogih studija na svjetskoj razini kao buduća hrana koja bi mogla riješiti problem gladi u svijetu, a otkrivene su i njezine zdravstvene dobrobiti.



### Chlorella za sportaše

Omiljeni je dodatak prehrani i mnogim sportašima koji ju koriste kako bi izgradili mišićnu masu, podržali regeneraciju mišića i povećali razinu energije.

Sadrži izrazito visok postotak proteina, i to čak između 60% i 70%. Još jedan od vrijednih sastojaka ove alge je i glukozamin, koji obnavlja vezivno tkivo poput hrskavice i ligamenata te ubrzava iscjeljivanje.

Zahvaljujući faktoru rasta ova se alga množi velikom brzinom (učetverostručuje se za samo 20 sati) stoga i u našem tijelu stimulira obnavljanje tkiva, čak i onoga mehanički oštećenog.

### Pomoć kod prekomjerne težine

Sve je više ljudi s prekomjernom težinom uzrokovanom današnjim ubrzanim i stresnim načinom života.

Nedavno provedene studije pokazale su da upravo Chlorella reducira postotak tjelesnih masnoća i razinu glukoze u krvi te stoga može podržati zdravlje osoba oboljelih od dijabetesa tipa II, pretilosti i srčanih bolesti.

### Dragocjena pomoć u trudnoći

Chlorella je zbog prirodnog izvora željeza, vitamina B12 i folne kiseline vrlo djelotvoran dodatak prehrani za žene koje žele zatrudnjeti, jer im pomaže da očiste svoj organizam od toksina i svih štetnih tvari, no i za trudnice. Nedavno provedeno istraživanje japanskih znanstvenika pokazalo je znatna poboljšanja kod trudničke hipertenzije i anemije a više pogledajte na [www.yaeyama-chlorella.com/36/chlorella-research/](http://www.yaeyama-chlorella.com/36/chlorella-research/)





Okinawa ocean

"spray dry" prostorija - sušenje



## Proizvodnja

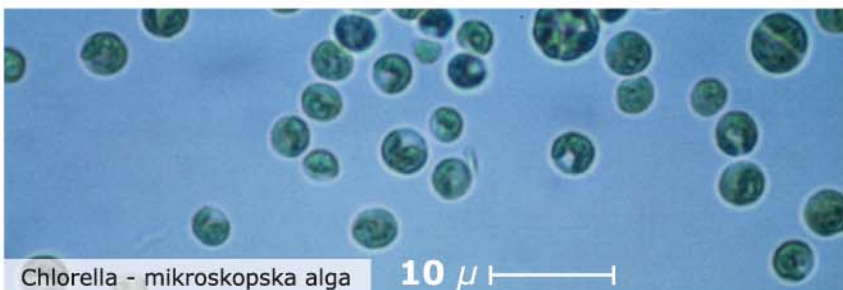
Yaeyama Chlorella se uzgaja na čistom zraku, u čistoj vodi bogatoj mineralima, izložena tropskom suncu te uz upotrebu visoko razvijene tehnologije uzgoja.

Tvornica je opremljena najmodernijim strojevima i sustavom proizvodnje, a već više od 40 godina u njoj se uzgaja i proizvodi Chlorella vrhunske kvalitete. Posebno je razvijena proizvodna tehnologija vanjskog uzgoja na suncu koji još dodatno jača fotosintetske pigmente kao što su klorofil i karotenoidi.



vanjski uzgoj - jača fotopigmente

Dok klorofil uklanja dioksin iz organizma, karoteni poput beta karotena i luteina djeluju kao antioksidansi koji uništavaju višak superoksida. Dobijena Chlorella vrlo je visoke kvalitete jer se fermentiranje provodi u najboljim mogućim uvjetima u prirodnom, u potpunosti nezagađenom okruženju.



Chlorella - mikroskopska alga

10 μ

Tvrtka Yaeyama Shokusan već 40 godina provodi istraživanja te kontinuirano usavršava proizvodne kapacitete, a zbog posvećenosti prirodnom uzgoju njihov je moto: „Svojim radom pridonosimo zdravlju ljudi i harmoniziramo život u simbiozi s prirodom“.

**Biovega je uvoznik Yaeyama's Chlorella Midori-no-sachi izrađene od 100% čiste Chlorelle u prahu, proizvedene pod najstrožim mjerama kontrole kvalitete i čistoće.**



Testiranje

**VAŽNO:** Na temelju mnogih provedenih znanstvenih istraživanja u kojima je dokazano da je **BioBran** jedan od najjačih imunomodulatora i vrlo učinkoviti prirodni dodatak prehrani za jačanje imuniteta, Biovegin dodatak prehrani **BioBran od sredine veljače mijenja naziv u ImunoBran** kako bi njegovo djelovanje bilo prepoznatljivije na tržištu.

**Samo u ožujku:  
Iskoristite promotivni popust od 10%!**





## Dr. Hauschka - dnevna krema od melise za osjetljivu mješovitu kožu

Mješovito stanje kože vrlo je izazovno njegovati jer je potrebno uspostaviti ravnotežu masnog, isušenog i osjetljivog područja. Pri tome je važno odabrati kvalitetne i odgovarajuće, po mogućnosti organske sastojke.

**Dr. Hauschka dnevna krema od melise** pomaže osjetljivoj mješovitoj koži da se vrati u ravnotežu i to stimuliranjem njezinih prirodnih funkcija. Melisa, u kombinaciji s ostalim ekstraktima ljekovitog bilja bjelodana i mrkve, smiruje i njeguje iritiranu i upaljenu kožu, masne zone održava čistima i matira ih, te pomaže zadržati vlažnost u isušanim zonama.

Ova uravnotežujuća krema s osnažujućim ekstraktom hamamelisa i revitalizirajućom ivančicom pročišćava kožu i čini ten nježnim.

Koristi li se u kombinaciji s Dr. Hauschka kremom za čišćenje i Dr. Hauschka tonikom za lice specijal, krema pruža uravnoteženu dnevnu njegu te smanjuje sjaj osjetljive mješovite kože. **Dr. Hauschka dnevnu kremu od melise potražite u Bioveginjoj ponudi od ožujka 2011.**

## Urtekramova kozmetika - s dodirnom himalajske soli

Himalaja tekući sapun, gel za tuširanje i peeling za tijelo, čiju osnovu čini himalajska sol, tri su nova proizvoda iz Urtekramove kozmetičke linije za njegu tijela. Svi su sastojci prirodnog porijekla i posjeduju ekocertifikat.

**Peeling za tijelo**, zahvaljujući himalajskoj soli i dragocjenim uljima koštice marelice, sezama i kokosa uklanja tragove grube i isušene kože, a pruža ugodu nježnim mirisom ružmarina. Nanosi se na vlažnu kožu tijekom tuširanja.

**Gel za tuširanje** osvježava, a himalajska sol bogata mineralima skrivena je u mekanim mjehurićima koji nastaju tijekom tuširanja. Tekući sapun, obogaćen i suncokretovim i palminim uljima uz eterično ulje ružmarina i himalajsku sol nježno uklanja tragove nečistoće te čini vaše ruke nježnima i mekima.



Sve proizvode predstavljene u Biolistu potražite u bolje opremljenim ljekarnama, trgovinama zdrave hrane i bio&bio trgovinama, a više o njima pročitajte na web stranicama: [www.biovega.hr](http://www.biovega.hr)



Biovega d.o.o.  
Illica 72  
10 000 Zagreb  
[www.biovega.hr](http://www.biovega.hr)

Veleprodaja: tel: 01 2498 620, fax: 01 2498 624, [veleprodaja@biovega.hr](mailto:veleprodaja@biovega.hr)  
Program prirodne kozmetike: Dragana Klarić, tel: 01 2498 638, [dragana@biovega.hr](mailto:dragana@biovega.hr)  
Uredništvo Biolista: Hana Klain, Ivan Grubač  
Dizajn i prijelom Biolista: Dunja Despotović