nutrilite™

Reset 30

MANUEL DÉTAILLÉ

Votre guide vers la destination bien-être

nutrilite™

Commencez Réinitialisation 30 : un programme de 30 jours dévoué à créer des habitudes de santé holistiques pour que vous soyez mieux.

Bienvenue au programme Réinitialisation 30! Cette approche holistique en vue d'un mode de vie plus sain est conçue pour créer des habitudes qui mènent à l'amélioration du bien-être, de la santé et du bonheur. Comme le programme couvre la nutrition, l'activité physique, l'état d'esprit et l'hydratation, accordez-lui du temps pour vous réinitialiser en vue de réaliser des changements positifs de mode de vie. En commençant et en terminant par une auto-évaluation, vous pouvez évaluer **l'ampleur du changement que 30 jours peuvent avoir sur votre bien-être.**

Des conseils et des objectifs soigneusement choisis se répartissent sur quatre piliers du bien-être : l'hydratation, l'état d'esprit positif, l'activité physique et la nutrition, alors que des produits et suppléments sont soigneusement sélectionnés pour vous aider à réussir votre parcours dans le but de vous réinitialiser et **de vous rafraîchir l'esprit et le corps**, à l'intérieur comme à l'extérieur.

LE PROGRAMME EST CONÇU POUR VOUS APPORTER LES AVANTAGES SUIVANTS :

- **+ SOUTENIR VOTRE HUMEUR POSITIVE**
- **+ AMÉLIORER VOTRE APPARENCE**
- **+ RESTER EN FORME ET ACTIF**
- **+ AMÉLIORER LA QUALITÉ DE VOTRE SOMMEIL**
- **+ SOUTENIR LE FONCTIONNEMENT DES SYSTÈMES IMPORTANTS DE VOTRE CORPS**
- **+ SOUTENIR LE FONCTIONNEMENT NORMAL DE VOTRE SYSTÈME DIGESTIF**
- **+ SOUTENIR VOTRE SYSTÈME IMMUNITAIRE**
- **+ VOUS AIDER À ADOPTER DES HABITUDES DE VIE SAINES**

nutrilite™

Avant de commencer : AUTO-ÉVALUATION

Pour savoir où vous rendre et comment vous y rendre, vous devez d'abord comprendre où vous êtes.

Faites cette évaluation rapide pour mieux comprendre vos habitudes actuelles.

- Réfléchissez à ce que vous pensez de chacun des différents aspects du bien-être.
- Évaluez chaque aspect de 1 à 10, « 1 » signifiant « Ceci me cause vraiment des difficultés » et « 10 » signifiant « Je me sens super bien » ou « Ceci ne me pose aucun problème ».
- Attribuez une valeur en remplissant le petit cercle de 1 à 10. (Vous trouverez des exemples de notes dans les descriptions ci-dessous.)
- Ensuite, tracez une ligne pour joindre les repères afin de voir sur quels domaines de bien-être vous devriez vous concentrer.

Gestion du stress

Êtes-vous satisfait de vos habitudes actuelles lorsque vous faites face à un stress occasionnel (par exemple, note 8), ou aimeriez-vous tenter de vous doter d'outils pour réagir au stress (par exemple, note 2)?

Immunité

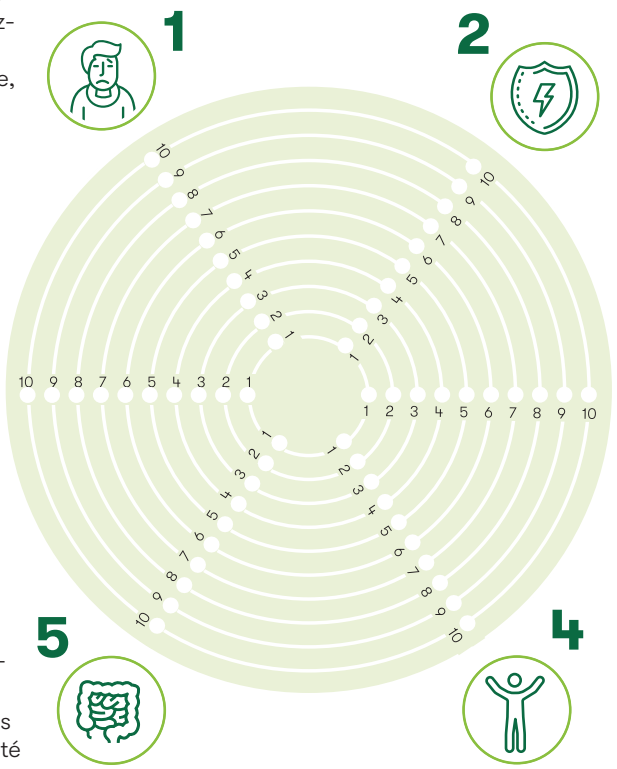
Vous sentez-vous satisfait de la façon dont vous soutenez la santé de votre système immunitaire (par exemple, note 9)? Ou pourriez-vous tirer profit de découvrir d'autres façons de soutenir votre santé immunitaire (par exemple, note 2)?

Qualité du sommeil

Avez-vous l'impression que, régulièrement, vous dormez suffisamment (par exemple, note 8)? Ou aimeriez-vous adopter des habitudes et obtenir des outils pour vous aider à vous endormir et à profiter d'un sommeil de qualité (par exemple, note 2)?

Activité physique

Aimez-vous faire de l'exercice régulièrement et ne manquez jamais une séance d'entraînement (par exemple, note 10), ou trouvez-vous que l'exercice est une corvée que vous essayez d'éviter (par exemple, note 2)?



Digestion

Vos mouvements intestinaux sont-ils réguliers et confortables (par exemple, note 9) ou cherchez-vous des moyens de soutenir votre santé digestive et votre régularité (par exemple, note 2)?

Apparence générale

Vous sentez-vous satisfait de l'apparence de votre peau et de votre corps (par exemple, note 8)? Ou y a-t-il des zones que vous aimeriez vraiment améliorer (par exemple, note 2)?

Un trop grand nombre de cercles remplis près du centre de la roue pourrait signifier que certains changements de style de vie seraient avantageux pour vous.

nutrilite™

Une entrée en matière sur le programme Réinitialisation 30

Pour fonctionner à son mieux, votre corps doit éliminer les déchets qu'il produit. Ce processus de nettoyage naturel est effectué par un groupe d'organes travaillant ensemble jour et nuit.

FOIE

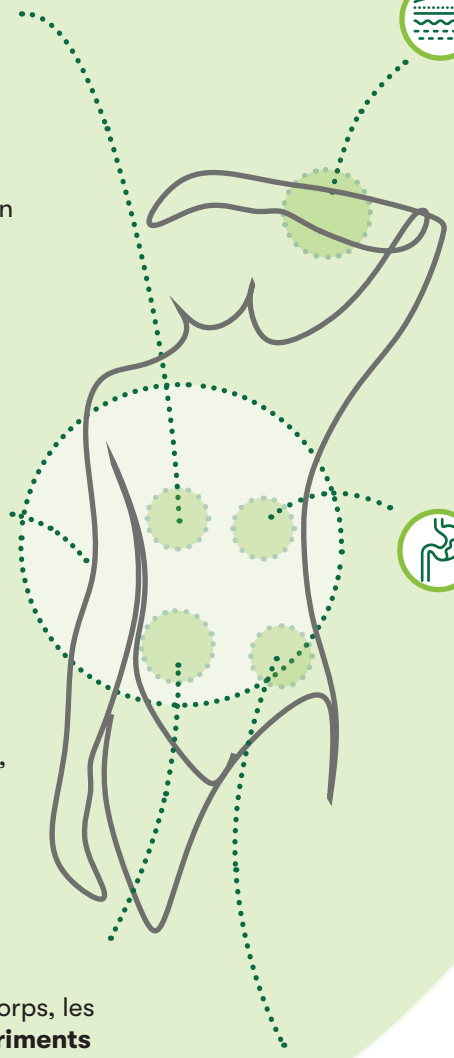
Le foie est le système de désintoxication naturel du corps et **il fonctionne en filtrant et en nettoyant** notre sang. Il est possible de soutenir la santé du foie en réduisant la consommation d'aliments gras et frits, ainsi que d'alcool et d'aliments à forte teneur en sucre. Nous pouvons également aider le foie en consommant des aliments et des suppléments qui soutiennent son fonctionnement normal.

SYSTÈME LYMPHATIQUE

Le système lymphatique **élimine les corps étrangers** en les transportant vers le système circulatoire. Pour soutenir une fonction lymphatique appropriée, recherchez des aliments riches en vitamine C, comme les oranges et les pamplemousses.

INTESTINS

Jouant le rôle de « cantine » du corps, les intestins sont l'endroit où **les nutriments des aliments sont absorbés** et où les **déchets solides sont éliminés.** Nous devons accorder de l'attention à notre apport en fibres pour obtenir un volume fécal approprié et soutenir une fonction intestinale et un transit intestinal normaux.



PEAU

La peau est **le plus grand organe** de notre corps. Comme tous nos autres organes, elle a besoin d'eau pour fonctionner de manière optimale. Nous pouvons prendre soin de notre peau en restant hydratés et en consommant les nutriments dont elle a besoin. Une alimentation saine, riche en omégas, en vitamines et en antioxydants, peut vraiment changer le visage que vous voyez dans le miroir chaque matin.

ESTOMAC

Écoutez votre estomac : **cet organe digère et absorbe les nutriments** et donne aussi son appui au système immunitaire, ayant donc une incidence sur le poids, l'énergie et l'appétit. L'estomac abrite des milliers de milliards de micro-organismes qui jouent des rôles importants et qui peuvent même influencer la façon dont nous réagissons au stress. Soutenez votre estomac en adoptant une alimentation saine, pleine de fruits et légumes frais, de prébiotiques et de probiotiques.

REINS

Les reins agissent comme un filtre à eau domestique, **en filtrant les substances indésirables** et les déchets du sang pour les éliminer du corps. Boire une quantité suffisante d'eau par jour contribue à soutenir une fonction rénale saine.

nutrilite™

Le programme Réinitialisation 30 offre une **approche holistique** pour apporter des changements de mode de vie plus sains. Définissez vos intentions et créez un rituel solide avec **l'expertise professionnelle, le soutien et les suppléments.**

Adopter des habitudes positives vous aide **à vivre une vie plus heureuse et plus saine.**

Les piliers du bien-être

Nutrition

Il est essentiel pour votre bien-être global d'obtenir les bonnes quantités de macronutriments, de vitamines, de minéraux et de phytonutriments dans le cadre d'un régime alimentaire équilibré et varié pour soutenir votre métabolisme et les fonctions essentielles du corps – comme le système nerveux et ceux qui participent au processus de nettoyage naturel du corps.

Activité physique

Adopter des habitudes saines ancrées dans l'activité est un excellent moyen de commencer à améliorer le bien-être global.

État d'esprit positif

Un état d'esprit positif et la relaxation peuvent également vous aider à vous endormir. Un sommeil adéquat peut avoir toute une gamme de répercussions positives sur votre humeur, votre concentration et votre système immunitaire.

Hydratation

L'eau contribue au maintien des fonctions physiques et cognitives normales.

Restez en contact avec votre Propriétaire de Commerce Amway[MC], qui peut vous aider à rester motivé.

nutrilite™

Nutrition

Produits Nutrilite^MC dans votre programme Réinitialisation 30

Pour les 30 prochains jours, essayez de faire des changements faciles dans votre régime quotidien. Au lieu de consommer des repas de restauration rapide ou des collations transformées, optez plutôt pour des fruits et des légumes entiers dans les couleurs de l'arc-en-ciel. Et lorsque vous ne pouvez pas obtenir suffisamment de nutriments à partir de protéines, de fruits, de légumes et de poissons gras, comblez les lacunes en nutriments avec les produits Nutrilite^MC suivants :

Nutrilite^MC Probiotique Balance Within^MC

Soutien probiotique pour votre microbiome intestinal!
Aide à soutenir un équilibre sain des bactéries intestinales. Composé d'un mélange unique de 6,3 milliards de CFU de souches de probiotiques testées en clinique pour soutenir une digestion saine.

120571

Nutrilite^MC Soutien du foie

Soutient le système de désintoxication naturel de l'organisme.
Le foie est le système de désintoxication naturel de votre corps. Il est donc essentiel de lui donner le soutien naturel dont il a besoin pour soutenir sa fonction normale. À l'aide d'ingrédients botaniques provenant de plantes cultivées dans nos fermes et nos fermes partenaires, chaque comprimé pratique de Soutien du foie Nutrilite^MC fournit des nutriments provenant du curcuma, de la racine de pissenlit et du chardon Marie qui travaillent ensemble pour soutenir le fonctionnement normal du foie.

A8084

Poudre de protéines végétales Nutrilite^MC Bio

Protéines provenant de trois sources végétales, sans suppléments indésirables!
Les protéines sont essentielles pour tous, quel que soit l'âge ou le mode de vie. Elles sont la structure d'appui de votre corps et fournissent un cadre pour vos os et vos muscles. Des bienfaits purs et biologiques, avec 21 grammes de protéines végétales puissantes provenant de riz brun nutritif, en plus des pois et du chia cultivés dans nos propres fermes et dans nos fermes partenaires certifiées biologiques.

125925/125923/125921

Nutrilite^MC Fibres en poudre

Un moyen pratique de consommer plus de fibres.
Un apport constant en fibres dans votre alimentation aide à maintenir un microbiome sain et équilibré. Bien que nous devrions manger de 20 à 35 grammes de fibres par jour, la plupart des Canadiens n'en consomment que de 10 à 15 grammes. Les Fibres en poudre Nutrilite^MC fournissent 4 grammes de fibres prébiotiques solubles qui fonctionnent de concert avec d'autres fibres prébiotiques qui se trouvent naturellement dans les aliments que nous mangeons pour alimenter et nourrir les bonnes bactéries dans l'intestin.

102736

nutrilite™

Un soutien alimentaire supplémentaire pour votre programme

En adoptant de bonnes habitudes alimentaires et en tirant parti des produits soigneusement sélectionnés pour le programme Réinitialisation 30, pensez aussi à un soutien supplémentaire pour compenser vos écarts alimentaires :

FRUITS ET LÉGUMES CONCENTRÉS NUTRILITE^MC

Il n'a jamais été si facile de consommer les nutriments présents dans les fruits et légumes qu'avec les Fruits et légumes concentrés Nutrilite^MC. Ce puissant supplément à base de plantes contient l'équivalent en phytonutriments de plus de 5 portions de fruits et légumes provenant de plantes cultivées dans nos propres fermes Nutrilite et fermes partenaires dans chaque comprimé.

100648

VITAMINE B À DOUBLE ACTION NUTRILITE^MC

Fournit des vitamines B essentielles pour aider le corps à libérer l'énergie qu'il obtient de la nourriture que nous mangeons.

110171

OMÉGA SANTÉ ÉQUILIBRÉE NUTRILITE^MC

Chaque portion d'Oméga Santé équilibrée Nutrilite^MC fournit l'équivalent en oméga-3 de trois portions de poisson de mer. Cette capsule pratique contribue également à soutenir la mémoire, l'apprentissage et la concentration.

A8914

DOUBLE X^MC NUTRILITE^MC

Chaque portion de multivitamine Double X^MC Nutrilite^MC est remplie de 12 vitamines essentielles, 10 minéraux essentiels et 22 nutriments provenant de fruits, de légumes et d'herbes colorés. Ce produit soutient l'énergie, le cœur, le cerveau, les yeux, la peau, les os et la santé immunitaire et cellulaire avec plus de 40 nutriments.

A4300

nutrilite™

Activité physique

Lorsque vous faites de l'exercice, votre corps produit des endorphines qui aident à améliorer votre humeur. Un exercice régulier aide également à améliorer la posture, à gérer le poids, à soulager le stress et même à améliorer la performance mentale.

Si vous êtes déjà physiquement actif et aimez faire de l'exercice, continuez. Il suffit de ne pas manquer de le faire régulièrement.

POUR COMMENCER

Si vous n'êtes pas habitué à faire de l'exercice régulièrement, consultez votre médecin avant d'entreprendre tout programme d'exercice. Voici quelques conseils pour vous aider à commencer :

1 Commencez par des exercices simples comme **la marche ou le vélo.**

2 La marche est efficace, facile et à faible risque. Elle ne nécessite aucun équipement spécial, sauf des chaussures de sport confortables. Essayez de réserver au moins **30 minutes par jour** pour marcher. Vous pouvez commencer par 10 minutes et définir un objectif pour marcher 5 minutes de plus chaque jour.

3 **Ne manquez pas d'occasions d'être plus actif.** Utilisez les escaliers au lieu de l'ascenseur, marchez la distance d'un ou deux arrêts d'autobus, ou garez votre voiture dans un endroit qui vous donne une bonne marche pour vous rendre à votre destination.

Au moment où vous êtes prêt à aller un peu plus loin, des séances d'entraînement HIIT gratuites et à la demande se trouvent sur **xsfitnessprogram.ca** pour les clients inscrits et les Propriétaires de Commerce Indépendant.

nutrilite™

Hydratation

Pendant le programme Réinitialisation 30, il est important de consommer suffisamment d'eau.

L'eau est nécessaire pour les fonctions physiques normales. L'eau représente plus de la moitié de votre poids corporel et joue un rôle important dans la fonction de nettoyage naturel du corps.

RECOMMANDATION GÉNÉRALE

+ Nous devrions consommer **au moins 2 litres d'eau** (à partir de toutes sources) par jour[1]

CONSEILS D'HYDRATATION

+ **Transportez une bouteille d'eau réutilisable** pour favoriser une consommation d'eau fréquente.

+ **Faites des expériences avec des infusions de saveurs** (par exemple, citron, concombre, menthe, gingembre) pour ajouter de la variété à votre apport en eau.

+ Mangez des aliments à **forte teneur en eau** (par exemple, des fruits frais).

REGARDEZ LA VIDÉO
vidéo eSpring

LA QUALITÉ DE L'EAU EST IMPORTANTE

Assurez-vous que l'eau que vous buvez est propre.

eSpring™ est la marque la plus vendue au monde de systèmes de traitement de l'eau domestiques[2].

+ **Il détruit efficacement** jusqu'à **99,99 %** des bactéries et virus d'origine hydrique qui peuvent être présents dans l'eau potable[3].
+ **Il filtre** les particules, y compris **les microplastiques jusqu'à 0,2 micron[3].**
+ **Il préserve les minéraux bénéfiques dans l'eau,** comme le calcium, le magnésium et le fluorure.
+ **Il réduit de façon efficace plus de 140 contaminants**, y compris plus de 140 contaminants potentiels pour la santé qui peuvent être présents dans l'eau potable[3].
+ Il filtre l'eau à travers un **bloc de carbone actif pressé, fabriqué de coques de noix de coco,** qui est **plus poreux que le charbon ou le bois.** Ces matériaux très poreux améliorent la qualité et le rendement de la filtration de l'eau.
+ **Le Système de traitement de l'eau eSpring est certifié conforme à la norme de réduction des particules de classe I de NSF International,** qui décrit une réduction des particules jusqu'à 0,5 micron. En outre, Amway a une mention vérifiée par un tiers pour la filtration de particules encore plus petites, jusqu'à 0,2 micron. Donc, si la taille de la particule est supérieure à 0,2 micron, l'appareil eSpring la filtrera.

Explorez le Système de traitement de l'eau eSpring™

[1] Selon la recommandation de l'OMS.
[2] Selon une étude de Verify Markets sur les recettes des ventes mondiales en 2020.
[3] Le Système de traitement de l'eau eSpring est conçu pour être utilisé uniquement avec de l'eau potable jugée sans danger par les autorités sanitaires locales. Le Système de traitement de l'eau eSpring ne prévient pas et n'atténue pas les maladies. Il n'a pas été testé pour la réduction des coronavirus (c.-à-d. SRMO, SRAS ou COVID-19).

nutrilite™

État d'esprit positif

La pleine conscience et un bon sommeil peuvent avoir une incidence sur votre état d'esprit, qui contribue dans une vaste mesure à votre bien-être et à votre réussite.

SOMMEIL SUFFISANT

- Créez-vous un **horaire de réveil et de sommeil particulier** pour régler votre horloge biologique.
- **Détendez-vous avant de vous coucher** (par exemple, prenez un bain, lisez, évitez les médias sociaux).
- Si vous aimez les pastilles à la gomme, vous voudrez sûrement essayer nos pastilles à la gomme **Doux rêves**, fabriquées avec de la mélatonine et de la passiflore. Si vous préférez les comprimés, considérez **Santé du sommeil Nutrilite**[MC], des comprimés qui contiennent de la valériane qui peut aider à favoriser le sommeil.

A8992 124506

RELAXATION MUSCULAIRE PROGRESSIVE

- **Pour une détente musculaire progressive, procédez comme suit :**
- Portez votre **attention sur un muscle particulier** de votre corps.
- Commencez à **contracter ce muscle** pendant quelques secondes, puis relâchez-le.
- **Remarquez les sensations**, imaginez une baisse de tension au rythme de chaque respiration. Relâchez et répétez avec différentes zones de votre corps.

PLEINE CONSCIENCE

RECONNAISSANCE DE SOI

- **Ne soyez pas trop exigeant envers vous-même.** Avez-vous oublié de suivre le programme aujourd'hui? **Ne vous inquiétez pas.** Demain est un tout nouveau jour **qui vous offre une nouvelle chance de revenir sur la bonne voie**.
- **Félicitez-vous pour vos réalisations quotidiennes** et remerciez-vous pour les avantages dont vous commencez à profiter.
- **Récompensez-vous pour avoir atteint les objectifs intermédiaires.**

RESPIRATION DIAPHRAGMATIQUE

- **Suivez les étapes ci-dessous pour en vivre l'expérience :**
- Portez **des vêtements confortables** et placez-vous dans une **position confortable.**
- **Inspirez pour remplir votre ventre d'air, maintenez** votre inspiration pendant quelques secondes (de 3 à 5), **expirez** de vos poumons, puis du ventre.
- Pour vous aider, **essayez de mettre une main sur votre ventre** et l'autre **main sur votre poitrine** afin de **sentir** le ventre et les poumons **se remplir d'air.**

nutrilite™

GESTIONNAIRE D'HABITUDES PENDANT 30 JOURS

	EAU	RÉGIME ÉQUILIBRÉ ET VARIÉ	30 MINUTES DE MARCHE OU D'EXERCICE	EXERCICES D'ATTITUDE MENTALE (PAR EXEMPLE, RESPIRATION OU MÉDITATION)					VOTRE HUMEUR
Jour 1	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 2	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 3	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 4	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 5	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 6	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 7	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 8	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 9	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 10	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 11	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 12	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 13	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 14	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 15	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 16	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 17	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 18	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 19	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 20	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 21	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 22	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 23	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 24	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 25	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 26	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 27	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 28	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 29	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹
Jour 30	☐☐☐☐☐☐☐☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	😊 😐 ☹

GESTIONNAIRE HEBDOMADAIRE DES PROGRÈS

DONNÉES PERSONNELLES HEBDOMADAIRES	SEMAINE 1	SEMAINE 2	SEMAINE 3	SEMAINE 4
CIBLES PERSONNELLES				
EFFETS ATTENDUS				
PROGRÈS OBSERVÉS				

nutrilite™

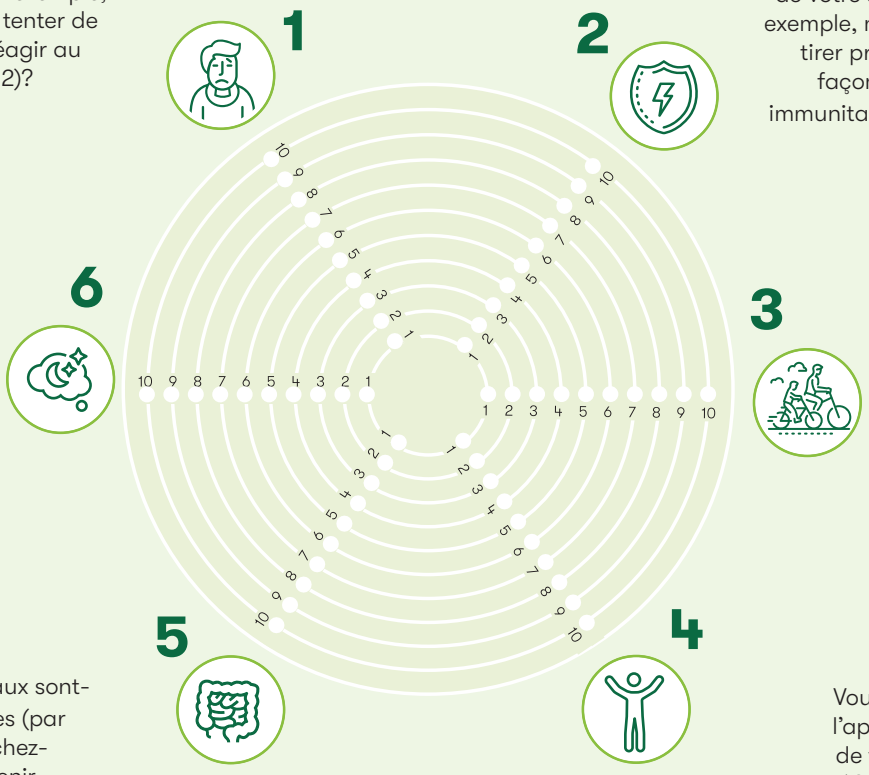
Voyez la différence

Après avoir terminé le programme, **refaites l'auto-évaluation avec la roue** et célébrez les progrès que vous avez réalisés.

(Des exemples de notes se trouvent dans les descriptions ci-dessous.)

Gestion du stress
Êtes-vous satisfait de vos habitudes actuelles lorsque vous faites face à un stress occasionnel (par exemple, note 8), ou aimeriez-vous tenter de vous doter d'outils pour réagir au stress (par exemple, note 2)?

Immunité
Vous sentez-vous satisfait de la façon dont vous soutenez la santé de votre système immunitaire (par exemple, note 9)? Ou pourriez-vous tirer profit de découvrir d'autres façons de soutenir votre santé immunitaire (par exemple, note 2)?



Qualité du sommeil
Avez-vous l'impression que, régulièrement, vous dormez suffisamment (par exemple, note 8)? Ou aimeriez-vous adopter des habitudes et obtenir des outils pour vous aider à vous endormir et à profiter d'un sommeil de qualité (par exemple, note 2)?

Activité physique
Aimez-vous faire de l'exercice régulièrement et ne manquez jamais une séance d'entraînement (par exemple, note 10), ou trouvez-vous que l'exercice est une corvée que vous essayez d'éviter (par exemple, note 2)?

Digestion
Vos mouvements intestinaux sont-ils réguliers et confortables (par exemple, note 9) ou cherchez-vous des moyens de soutenir votre santé digestive et votre régularité (par exemple, note 2)?

Apparence générale
Vous sentez-vous satisfait de l'apparence de votre peau et de votre corps (par exemple, note 8)? Ou y a-t-il des zones que vous aimeriez vraiment améliorer (par exemple, note 2)?

Continuez votre parcours vers un mode de vie plus sain et plus heureux et profitez du soutien des produits Nutrilite^MC à chaque étape.

nutrilite™

Félicitations!

Vous avez atteint la fin de votre programme Réinitialisation 30 et le début d'un nouveau chapitre.

Vous avez plusieurs options :

1 **Continuez avec le programme Réinitialisation 30 pendant 30 jours de plus** pour conserver vos nouvelles habitudes de vie saines et leurs avantages.

2 Conservez vos **habitudes positives** et **soutenez** votre apport global en nutriments avec **Double X^MC Nutrilite^MC, la multivitamine Quotidien pour hommes Nutrilite^MC, la multivitamine Quotidien pour femmes Nutrilite^MC** ou d'autres produits Nutrilite de haute qualité.

3 Passez à l'étape suivante de votre parcours Nutrilite destination bien-être en **explorant d'autres solutions, lots ou ensembles de produits** qui ciblent vos objectifs de bien-être particuliers.

Pour en savoir plus, adressez-vous à votre Propriétaire de Commerce Amway.

© 2023 Alticor Inc. A174686CFA

nutrilite™

Ajouts au programme Réinitialisation 30

Plus de produits que vous aimerez!

XS[MC] Capsules protéinées

Protéines

PROTÉINES EN POUDRE À EMPORTER! – Contiennent 20 grammes d'isolat de protéines de lactosérum et 4,4 grammes d'AACR† pour aider à développer une masse musculaire maigre. La formule cétogène contient également 90 calories et est exempte de gluten, de lactose et de soja.

300855/300856

Nutrilite[MC] Oméga Santé du cœur

Oméga-3

MONTREZ À VOTRE CŒUR QUE VOUS L'AIMEZ – Les capsules Oméga Santé du cœur Nutrilite[MC] constituent une source puissante et naturelle d'acides gras oméga-3 provenant de poisson de mer (sardines, anchois et maquereaux) pour contribuer à soutenir la santé cardiovasculaire et un cœur en santé.

A8919

Nutrilite[MC] Poudre de superaliments verts Bio

Fibres des superaliments

FAITES LE PLEIN DE SUPERALIMENTS VERTS – Donnez de l'énergie à votre vie grâce aux bienfaits biologiques purs que vous pouvez mélanger à n'importe quelle boisson! Profitez d'un soutien énergétique grâce à des nutriments provenant d'un mélange de légumes sains, mettant en vedette les épinards, le brocoli et le chou frisé de nos fermes partenaires certifiées biologiques.

125937

Nutrilite[MC] Probiotique Soulagement du stress

Probiotiques

GÉREZ LE STRESS OCCASIONNEL POUR SOUTENIR VOTRE ÊTRE TOUT ENTIER – Le stress occasionnel fait naturellement partie de la vie, et trouver des façons de le gérer est bénéfique pour votre esprit, votre corps et votre humeur. Alimenté par deux souches de probiotiques étayées cliniquement et un concentré de melon unique, Probiotique Soulagement du stress Nutrilite[MC] vous aide à gérer le stress occasionnel, soutenir la concentration mentale, lutter contre la fatigue mentale et favoriser un sentiment de calme et de productivité. Surtout, ce probiotique aide à soutenir votre santé intestinale et l'immunité.

125514

† Acides aminés à chaîne ramifiée.

EXCLUSIVEMENT OFFERT PAR Amway