

Laboratoires

ORTIS[®]

DEPUIS 1958

**Uw lichaam is als water,
zijn levendigheid en
zuiverheid doen het
schitteren.**



Handel natuurlijk voor je  Gezondheid!

Ortis wilt het beste voor jou (en dat al sinds het begin)

Liefste consument,

Laboratoires Ortis, dat is een mooi verhaal dat begon in 1958. Met onze natuurlijke kwaliteitsoplossingen helpen wij je om dagelijks zorg te dragen voor je gezondheid. Om die missie duidelijker over te brengen, hebben we besloten om onze identiteit te herbevestigen.

Hoe?

Onze nieuwe verpakkingen zijn duidelijker, beter leesbaar en meer Ortis.

Maar geen zorgen, enkel de verpakking verandert, onze formules blijven dezelfde. De nieuwe verpakkingen symboliseren onze knowhow, onze expertise en onze liefde voor planten. Ze symboliseren onze wens om onze kennis met jou te delen. Want bij Ortis ontwikkelen, bestuderen en produceren we oplossingen met één enkel doel: jou helpen om natuurlijk te handelen voor je gezondheid.

In deze brochure vind je heel wat essentiële informatie over de twee voornaamste assortimenten van Laboratoires Ortis:

Detox en Vitaliteit

Alles wat je nodig hebt om je lichaam te zuiveren en te revitaliseren!

| | | | |
|---|--|--|---|
| Kom alles te weten over detoxen! | De seizoensgebonden detox | De express nierdetox | De gewichtsverlies-detox |
|  |  |  |  |
| Pagina 4 tot 7 | Pagina 8 en 9 | Pagina 10 en 11 | Pagina 12 en 13 |
| Informatie over toxines en woordenlijst | Detox & Vitaliteit Twee assortimenten die elkaar aanvullen | Kom alles te weten over vermoeidheid! | Natuurlijke oplossingen voor je vitaliteit |
|  |  |  |  |
| Pagina 14 en 15 | Pagina 16 en 17 | Pagina 18 en 19 | Pagina 20 tot 23 |
| Energiedip | Seizoensgebonden vermoeidheid | Fysieke en mentale vermoeidheid | Adviezen |
|  | De verborgen schat van de bijenkorf en de ijzerrijke multivitamines  | De kracht van adaptogenen  |  |
| Pagina 24 en 25 | Pagina 26 tot 31 | Pagina 32 en 33 | Pagina 35 |



Zittende levensstijl, bewerkte voeding, vervuiling...

Onze huidige levensstijl stelt ons lichaam aan steeds meer schadelijke stoffen bloot.

De mogelijke gevolgen?

Toenemende vermoeidheid, een zwakker immuunsysteem, vochtophoping, doffe huid...

Een detoxprogramma bij elke seizoenswissel of wanneer jij daar de behoefte voor voelt, is de beste oplossing om je welzijn en evenwicht terug te vinden.

Hoe kun je je lichaam helpen om alle schadelijke moleculen te eliminieren?

Detoxen (ook ontgifting genoemd) is een praktijk die al bestaat sinds mensenheugenis. Vele oude beschavingen gebruikten methodes om lichaam en geest te zuiveren. In het oude Griekenland hechtte Hippocrates (beschouwd als de vader van de allopathische geneeskunde) er veel waarde aan. Het wordt ook toegepast in veel holistische geneeswijzen zoals ayurveda en in religieuze praktijken zoals de vastentijd of de ramadan.

De voorbije eeuw zijn er honderden nieuwe moleculen opgedoken die schadelijk zijn voor de gezondheid. Het is dus van essentieel belang om al die vervuilende toxische stoffen (xenobiotica* en endobiotica*) te elimineren om ons lichaam optimaal te laten functioneren!

**zie woordenlijst*

De 5 uitscheidingsorganen

De organen die stoffen uit het lichaam kunnen elimineren, worden 'uitscheidingsorganen' genoemd.

De vijf uitscheidingsorganen zijn de huid, de longen, de lever, de nieren en de darmen. Zij metaboliseren en elimineren gifstoffen.



De huid

het grootste orgaan van het menselijk lichaam, elimineert gifstoffen zoals bepaalde metalen, geneesmiddelen of cytokinen* via transpiratie.



De longen

voeren vluchtige verbindingen af.



De lever

is een van de eerste verdedigingslinies van het lichaam. Ze vormt de eerste barrière voor giftige moleculen die in de darmen worden opgenomen en elimineert ze via de gal.



De nieren

verzamelen endo- en xenobiotica en verwijderen ze via de urine.



De darmen

elimineren xenobiotica via de ontlasting.



Er bestaan natuurlijke oplossingen die de uitscheidingsorganen helpen om de potentieel giftige elementen op een zachte en doeltreffende manier te elimineren!

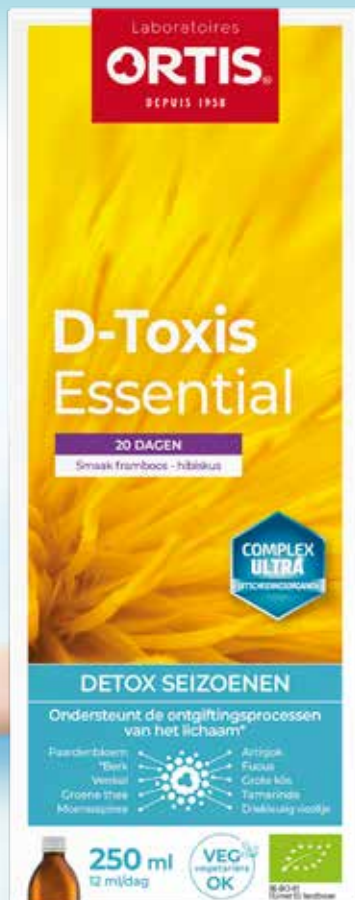
*zie woordenlijst

Laboratoires Ortis, al 25 jaar pionier en expert op het gebied van detox, stelt zijn 4 schatten van de natuur



Ontdek ons nieuwe assortiment  D-Toxis!

Bij de wisseling van de seizoenen,
kun je de werking van je uitscheidingsorganen ondersteunen...
Draag zorg voor je lichaam!



COMPLEX ULTRA
- UITSCHIEDINGSORGANEN -

zonder jodium

Een detoxprogramma bij elke seizoenswissel of wanneer jij daar behoefte aan hebt, is de beste oplossing om toxines te elimineren en om je welbevinden en evenwicht terug te vinden.

D-Toxis Essential

Een biologische samenstelling van 9 planten in combinatie met fucus die **het lichaam diepgaand helpt te zuiveren bij elke seizoenswissel.**

Frambozen-hibiscus- of appelsmaak (formule zonder fucus).



12 ml / dag

+ 18 jaar



Hoe kun je je lichaam helpen om alle schadelijke moleculen te elimineren?

Groene thee en paardenbloem ondersteunen een normale nierwerking.

Jodium draagt bij tot een normaal energiemetabolisme.

+ Wild viooltje
+ Moerasspirea

+ Ultra-efficiënte samenstelling van 5 specifieke nauwkeurig gedoseerde planten die de werking van de uitscheidingsorganen bevorderen:

Berk ondersteunt de normale werking van de **nieren** en de **lever**.

Artisjok ondersteunt de normale werking van de **lever**.

Tamarinde bevordert de **darmtransit**.

Venkel
+ Grote klis



Kunnen je nieren wat ondersteuning gebruiken?

Zoutrijke voeding,
een zittende levensstijl...

Help je lichaam
om vocht af te drijven!



Hoge
concentratie
aan berk

Het kan gebeuren dat ons lichaam er niet in slaagt om vocht doeltreffend te elimineren. Kun je wat hulp gebruiken om vocht af te voeren en je nierwerking te ondersteunen?

Er bestaat een supersnelle oplossing die je kan helpen.

D-Toxis Pure'Aqua

Een snel biologisch programma van 100% natuurlijke oorsprong helpt je nieren om vastgehouden vocht te elimineren op één week tijd.

7 flesjes – 7 dagen!

Frambozensmaak



1 flesje
/ dag
+ 18 jaar



Een teveel aan vocht afdrijven in slechts 7 dagen?



Groene thee

ondersteunt een normale nierwerking.



Berk

ondersteunt de normale werking van de nieren en de lever.



Artispok

ondersteunt de normale werking van de lever.



Tamarinde

bevordert de darmtransit.



Venkel

bevordert een goede spijsvertering.

+ Grote klis



Hoewel er geen wetenschappelijke studies over bestaan, wordt berkensap al sinds de middeleeuwen gebruikt voor de behandeling van nierstenen, zweren, eczeem en gewrichtspijn. Het wordt aanbevolen in detoxkuren voor een lichte zuivering van het lichaam door de drainerende eigenschappen, en voor een algemene remineralisatie door de grote hoeveelheid diverse mineralen.

Een paar extra kilootjes aangekomen?

Speciale gelegenheden,
restaurantbezoekjes,
onevenwichtige voeding...

Krijg je figuur terug!



Wil je zorg dragen voor je lijn
en heb je besloten om je eetge-
woontes te veranderen?

Dat kan soms moeilijk zijn.
Maar maak je geen zorgen, we
kennen het allemaal en wij zijn
er om je te helpen die uitdaging
zo goed mogelijk en met de no-
dige zachtheid aan te gaan.

D-Toxis Balance

Een oplossing met een
100% natuurlijke oorsprong
als trouwe bondgenoot
wanneer je **opgestapeld
vet wilt verliezen.**

Kersensmaak.



12-24 ml
/ dag
+ 18 jaar

Wil je op natuurlijke wijze je figuur terugkrijgen?



Rode wijnstok

helpt het gevoel van zware
benen te verminderen.



Moerasspirea

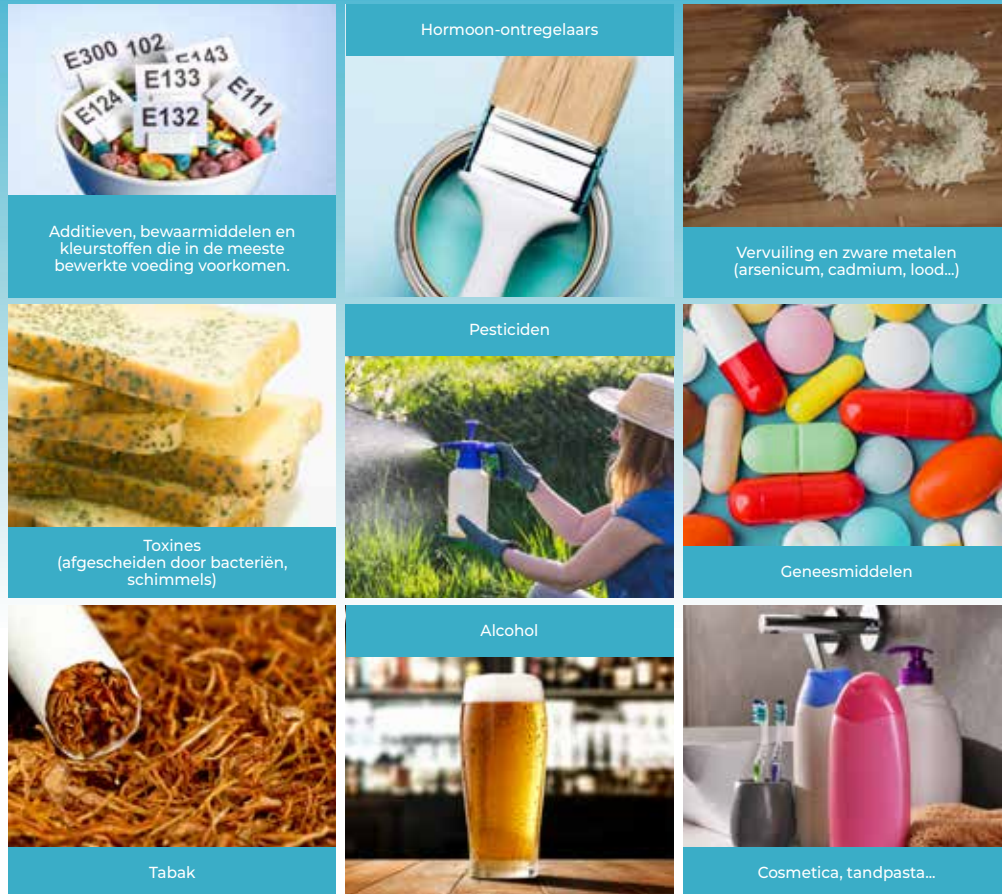
ondersteunt de eliminerende
werking van het lichaam.



Groene koffie



De voornaamste bronnen van schadelijke stoffen in onze omgeving:



Detox-woordenlijst:

Cytokines: alle celafscheidingen die bijdragen tot de immuunafweer van het lichaam.

Detox of ontgifting: neutralisatie van de toxische kracht van bepaalde stoffen, gekoppeld aan hun eliminatie en uitgevoerd door de uitscheidingsorganen.*

Diureticum: doet de urineafscheiding toenemen, waardoor water en elektrolyten (vooral natrium) worden afgevoerd via de nieren.

Afvoeren: het proces van extractie en eliminatie van toxische stoffen door het werk van de afscheidingsorganen*.

Endobiotica: endon (Grieks) = binnenin, bios (Grieks) = leven. Stoffen die worden geproduceerd door het lichaam.

Hun noodzakelijke uitscheiding wordt geregeld door het lichaam. De uitscheiding wordt opgevoerd wanneer er het risico bestaat dat er giftige niveaus worden bereikt. Voorbeelden: ureum, urinezuur, CO² ...

***Uitscheidingsorganen:** organen die kunnen ontgiften (lever, darmen, nieren, longen, huid).

Toxine: een oplosbaar gif, afgescheiden door micro-organismen, dat de meeste symptomen en letsels van microbiële (bacteriële of schimmel-) ziekten veroorzaakt.

Gif: een schadelijke stof die zich gedraagt als vergif.

Xenobiotica: xenos (Grieks) = vreemd, bios (Grieks) = leven.

Lichaamsvreemde stoffen die zich in een bepaalde concentratie als toxine of allergeen gedragen in het lichaam (alcohol, geneesmiddelen, voedingsadditieven, tabak, toxines, pesticiden, vervuiling, zware metalen en verschillende andere chemische stoffen zoals ontsmettingsmiddelen, brandstoffen en gifstoffen).



5 basisregels voor het lichaam:

- **Drinken**
1,5 liter water per dag.
- **Voeding**
Geef de voorkeur aan rauwe voeding, volkoren- en plantaardige producten. Beperk dierlijke producten, suiker, stimulerende middelen...
- **Rust**
Het lichaam zuivert, herstelt en elimineert 's nachts.
- **Toxines elimineren**
Zich ontdoen van endogene/exogene afvalstoffen.
- **Vitale energie herladen**
Om de cellen in leven te houden en ze te regenereren.

Hoe een ontgift lichaam ... en vitaliteit samengaan!

Weinig energie, vermoeidheid, zich 'op' voelen... Gedaan ermee!

Ons leven is vaak hectisch en dat maakt het moeilijk om de hele dag fris en energiek te blijven. Het kan gebeuren dat ons lichaam zijn vitaliteit verliest. Je kunt overdag verschillende dipjes krijgen of zelfs al moe opstaan.

Soms heeft ons lichaam een beetje hulp nodig om zijn energiepeil terug omhoog te krijgen.

Er zijn veel factoren die tijdelijke vermoeidheid kunnen veroorzaken: stress op het werk, examens, verandering van seizoenen, onevenwichtige voeding, gebrek aan lichaamsbeweging, verstoorde slaap enz.

Het lichaam heeft een boost nodig om dat gevoel van uitputting te kunnen overwinnen. Evenwichtige voeding is een belangrijke basis die je voorziet van alle voedingsstoffen die je lichaam nodig heeft om goed te functioneren.

Op de volgende pagina's vind je adviezen en tips om je vitaliteit op natuurlijke wijze te verhogen.

Vermoeidheid

Vermoeidheid is een onaangenaam gevoel dat we lichamelijk en mentaal kunnen gewaarworden en dat het moeilijk maakt om fysieke of cognitieve activiteiten uit te voeren.

Het is een veel voorkomend symptoom in onze samenleving. Een dergelijke vermoeidheid is 'normaal' wanneer ze volgt op een periode van hard werk, stress of korte nachten, en wanneer een goede nachtrust of een welverdiende vakantie volstaan om er vanaf te raken.



Energiedip



Seizoensgebonden vermoeidheid



Diepe vermoeidheid
fysiek en mentaal

Maar wanneer de vermoeidheid blijft aanhouden, is het altijd goed om even stil te staan bij de oorzaken.

Wij bieden verschillende natuurlijke oplossingen aan om verschillende soorten vermoeidheid aan te pakken en je vitaliteit terug te krijgen!



Ontdek ons assortiment Vitaliteit!

Natuurlijke oplossingen die de vitaliteit helpen herstellen

Adaptogene planten zouden een groot aantal voordelen hebben voor het menselijk lichaam, zowel fysiek als emotioneel.



Ze worden verondersteld bevorderend te zijn voor het vermogen van ons lichaam om zijn eigen balans te bewaren:

Beter omgaan met stress

Wakker en alert blijven

Behoud van het intellectuele vermogen

Behoud van de emotionele kalmte



Voorbeeld van adaptogene planten:

Ginseng bevordert de tonus en de vitaliteit, ondersteunt de fysieke en mentale prestaties, draagt bij tot de celbescherming en ondersteunt het immuunsysteem.

Rhodiola bevordert het aanpassingsvermogen bij tijdelijke emotionele stress en fysieke inspanning.

Wist je dat...



Er zijn bijna 380.000 planten geïnventariseerd, maar slechts een twintigtal hebben adaptogene eigenschappen.

Bijenproducten:

Bijen zijn onvermoeibaar en werken hard aan de productie van producten die ware schatten zijn voor onze gezondheid. Het spreekt voor zich dat ze moeten worden beschermd en dat hun producten zuinig moeten worden gebruikt. Welke voordelen vallen er te halen uit die fantastische bijenproducten zoals honing, propolis en koninginnengelei?

Honing wordt gemaakt van de bloemennectar die de bijen verzamelen en omzetten. Het goudkleurige goedje bestaat uit 80% koolhydraten, 15 tot 17% water en 3% vitamines, mineralen en sporenelementen.

Propolis betekent "ingang tot een stad" in het Oudgrieks, verwijzend naar haar beschermende rol in de bijenkorf. Propolis is afkomstig van boomharsen die bijen verzamelen.

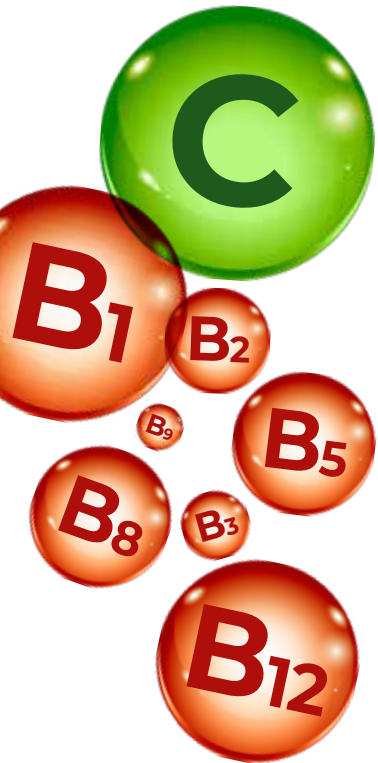
Koninginnenbrij wordt afgescheiden door jonge bijen en enkel en alleen aan de koninginnen gegeven. De brij of 'gelei' wordt gebruikt in kuren voor de herfst of de lente.

Ontdek de voordelen van bijenproducten in ons assortiment Vitaliteit en in onze Propex-producten (natuurlijke afweer en luchtwegen).

Vitamines

Hoe helpen vitamines tegen vermoeidheid?

Wat de oorzaak van vermoeidheid ook is, een gezonde levensstijl en een goede nachtrust zijn niet altijd voldoende om onze energie terug te krijgen. Vitamines geven ons lichaam een oppepper om ons weer sterk en vitaal te laten voelen!



Vitamines B en C tegen langdurige vermoeidheid

Er bestaan acht **B-vitamines** (B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12) die bijna allemaal in synergie werken op verschillende gebieden in het lichaam. Een tekort aan een van deze vitamines kan leiden tot verschillende symptomen, zoals ernstige vermoeidheid, haaruitval en cognitieve moeilijkheden.

Vitamine C staat bekend om haar werking tegen vermoeidheid. Ze is namelijk essentieel voor de synthese van verschillende neurotransmitters die ons helpen de dag goed te beginnen door onze alertheid, aandacht en motivatie te bevorderen.

Suppletie met vitamine B en C kan de dagelijkse werking van je lichaam ondersteunen en helpen om je vermoeidheid te verminderen, je welzijn te bevorderen en je vitaliteit terug te vinden.

Laat je ijzerwaarde controleren in geval van diepe en chronische vermoeidheid



Ook als er geen sprake is van bloedarmoede kan een ijzertekort leiden tot ernstige fysieke of mentale vermoeidheid. Dat komt omdat ons lichaam ijzer nodig heeft om hemoglobine aan te maken. Hemoglobine is een eiwit in de rode bloedcellen dat de zuurstof van je longen naar de organen en weefsels in je hele lichaam brengt.

De controle van ijzerwaarden is extra belangrijk voor vrouwen met hevige menstruaties en voor vegetariërs.

Een energiedip?

Geef je lichaam een snelle en natuurlijke boost!



Bestaat ook met alcohol

Heb je last van plotselinge vermoeidheid, een energiedipje? Heb je behoefte aan een snelle en doeltreffende boost?

Red Energy bevat een uiterst werkzaam extract van guaranazaden, van de guaranaplant die van oudsher door indianen in het Amazonegebied wordt gebruikt om vermoeidheid tegen te gaan en terug een flinke dosis energie te krijgen.

Red Energy BIO

Een BIOLOGISCHE oplossing op basis van guarana voor **onmiddellijke energie.**

30 mg cafeïne/flesje.



1 naar behoefte + 18 jaar



Ben je op zoek naar een natuurlijke boost?

Guarana



Ideaal wanneer je een energiedip hebt:

- stimuleert de geest;
- bevordert de alertheid.

Ideaal voor sporters, chauffeurs, studenten...



Bevat cafeïne: niet aangewezen voor kinderen, voor zwangere vrouwen en voor vrouwen die borstvoeding geven.

Tijdelijke of seizoensgebonden vermoeidheid?

Help je lichaam om op natuurlijke wijze zijn vitaliteit terug te krijgen!



PROGRAMMA van 20 of 40 dagen

Bestaat ook met alcohol

Merk je tekenen van tijdelijke of seizoensgebonden vermoeidheid?

Wil je je terug energiek en vitaal voelen?

Ginseng Ortis is van uitstekende kwaliteit: we gebruiken het totum van de hele wortel om een optimale concentratie van ginsenosiden en zo een perfecte adaptogene werking te verkrijgen. De ginseng combineren we vervolgens met koninginnenbrij, de ideale bondgenoot in periodes van lagere energie.

Ginseng BIO

Bevordert energie en vitaliteit, ondersteunt fysieke en mentale prestaties.

Elke dagelijkse dosis bevat:
40 mg ginsenosiden,
500 mg koninginnenbrij.



BE-BIO-01
Agriculture UE/non UE



VEGETARIËRS



ZONDER KLEURSTOF



ZONDER BEWAARMIDDEL

Bestaat ook:



12 ml / dag

+ 18 jaar



1 / dag

+ 18 jaar



1 / ochtend

+ 18 jaar

Behoeftte aan een natuurlijke boost?

Ginseng



Hele wortel van Panax Ginseng C.A. Meyer of witte ginseng, geoogst op de heuvels van Mantsjoerije wanneer het gehalte aan ginsenosiden op zijn hoogst en het meest evenwichtig is, zodat het is afgestemd op jouw behoeften. De kalmerende ginsenosiden werken in situaties van tijdelijke stress, en omgekeerd nemen stimulerende ginsenosiden het over wanneer er moet worden gepresteerd.

Koninginnenbrij



Een echte schat van de bijenkorf en exclusieve voeding voor de koningin die haar ongelooflijke kracht en een lange levensduur bezorgt.

+ Droog extract van granaatappel



Granaatappel wordt gekenmerkt door zijn hoge gehalte aan antioxidanten, hoger zelfs dan rode wijn en thee. Van antioxidanten is bekend dat zij positieve effecten hebben in de strijd tegen celveroudering.



Seizoensgebonden vermoeidheid?

Profiteer van de voordelen van koninginnenbrij, een schat van de natuur!



PROGRAMMA
van 20 of
40 dagen

Bestaat ook
zonder
alcohol

De zuiverheid en kwaliteit van onze koninginnenbrij zijn gegarandeerd door onze keuze voor biologische certificering, strenge kwaliteitscontrole en duurzame bijenteeltprocessen.

Ideaal bij seizoenswissels.

Koninginnenbrij BIO

Elke dosis levert 1000 mg bijzonder zuivere koninginnengelei per dag.



BE-BIO-01
Agriculture UE/non UE



Ook verkrijgbaar in een alcoholvrije formule voor de leeftijd vanaf 3 jaar en in tabletten vanaf 6 jaar.

12,5 ml
/ dag

+ 18 jaar

3 ml
/ dag

+ 3 jaar

2
/ dag

+ 6 jaar

Wil je de seizoenswissels op een natuurlijke manier trotseren?



Koninginnenbrij

Het natuurlijke actieve bestanddeel van de bijenkorf.



Deze bijzonder kostbare stof wordt in kleine hoeveelheden geproduceerd door bijen en is ontzettend rijk aan voedingsstoffen. De koninklijke stof is ook geschikt voor consumptie door de mens, waardoor ook wij kunnen profiteren van haar ontelbare gezondheidsvoordelen.



De formule van BIO koninginnenbrij is onveranderd gebleven sinds Laboratories Ortis het in 1958 als zijn eerste product op de markt bracht.

Tijdelijke vermoeidheid?

Verminder je vermoeidheid met ijzer en vitamines!




Deze multivitaminecombinatie is ideaal voor menstruerende vrouwen, ouderen en sportievelingen, en wordt aanbevolen in geval van tijdelijke vermoeidheid en ijzertekort.

Ferro Vital


Deze multivitaminecombinatie dekt 100% van de behoefte aan ijzer, vitamine C, B2, B12, B6 en B9 (foliumzuur). Ze is specifiek samengesteld voor een hoge opname.


Wil je je vermoeidheid verminderen op een natuurlijke manier?


 **IJzer, vitamine B2, B6, B12, vitamine C en foliumzuur (vitamine B9)**


helpen de vermoeidheid te verminderen.

 **IJzer** draagt bij tot het normale zuurstoftransport in het lichaam.

 **IJzer, vitamine B9, B12, vitamine C en foliumzuur** dragen bij tot de normale werking van het immuunsysteem.

 **Vitamines B2 en C** helpen de cellen te beschermen tegen oxidatieve stress.

 **Folaat** (foliumzuur of vitamine B9) draagt bij tot de weefselgroei tijdens de zwangerschap.

 Thee en koffie zijn rijk aan tannines, plantaardige stoffen die de opname van ijzer beperken. Beperk hun consumptie, vooral tijdens de maaltijd. Als je ijzersupplementen gebruikt, is het belangrijk om enkele uren voor en na het nemen van de supplementen geen thee of koffie te drinken.

1
/dag
+ 18 jaar



Diepe vermoeidheid?

Laad je batterijen op!



ENERGY & UITHOUDING

VERSTERKEND

PROGRAMMA 18 dagen

Ginseng
Rhodiola
Ginkgo

Kola
Co Q10
Selenium

Lichamelijke en intellectuele vermoeidheid

100% NATUURLIJKE OORSPRONG

VEG OK

DUURZAME REIKING

36 2/dag

ORTIS laboratoires

Voel je je sneller overweldigd en overbelast door een gebrek aan energie?

In situaties van overbelasting is het vaak moeilijk om te rusten en kracht te herwinnen.

Adaptogene planten kunnen je helpen om je fysieke en mentale evenwicht terug te vinden.

Energy & Uithouding

Een synergie van 3 planten, sporenelementen en voedingsstoffen om je batterijen op te laden!



Wil je 'je batterijen opladen' op een natuurlijke manier?

Ginseng

de ginsenosiden in ginseng hebben een aangepaste werking volgens de behoeften: kalmerend in stresssituaties en stimulerend wanneer er sterkere prestaties moeten worden geleverd.

Rhodiola

helpt het lichaam om zich aan te passen aan emotionele stress en fysieke inspanning.

Ginkgo

helpt de cognitieve prestaties te verbeteren.

Selenium

helpt de cellen om zich te beschermen tegen oxidatieve stress..

+ Cola en co-enzym Q10



Siberisch spreekwoord: 'Wie elke dag rhodiola-thee drinkt, zal meer dan 100 jaar oud worden.' Russische atleten gebruiken regelmatig rhodiola om hun prestaties te verbeteren.



Wanneer kan een detoxproduct worden gecombineerd met een vitaliteitsproduct?

Bij seizoenswissels

We worden dagelijks blootgesteld aan toxines uit onze omgeving. Het is echter moeilijk te bepalen wanneer we het meeste worden blootgesteld.

Het wordt aanbevolen om bij elke seizoenswissel een detoxkuur te volgen om het lichaam te ontgiften.

Wanneer organen op maximale capaciteit werken om vervuiling op te ruimen, raken ze vermoeid en hebben ze energie nodig. Een vitaliteitskuur is dan een belangrijke hulp..



Bij gewichtsverlies of een nieuw dieet

Wanneer we met een dieet beginnen, is een van de eerste dingen die ons lichaam doet het overtollig vocht afvoeren.

Daarna pas zal het lichaam het opgestapeld vet in het vetweefsel beginnen loslaten. Wanneer dat gebeurt, beginnen giftige moleculen de uitscheidingsorganen te verstoppen.

Gewichtsverlies is een goede zaak voor de onmiddellijke vermindering van een teveel aan lichaamsvet, maar dat gunstige effect kan ongedaan worden gemaakt wanneer de giftige stoffen die uit de vetweefsels vrijkomen, niet doeltreffend uit het lichaam worden verwijderd.

De giftige moleculen verstoppen dan onze uitscheidingsorganen tijdens het dieet. Onze organen krijgen vervolgens te maken met tijdelijke vermoeidheid door de overbelasting. Bovendien is een caloriearm dieet extra vermoeiend voor het lichaam.



De 4 pijlers voor welzijn

Zich goed voelen betekent elke dag wakker worden met de zin om dingen te ondernemen. Dat heerlijke gevoel is het resultaat van een harmonie tussen de volgende vier pijlers:

- voeding
- hydratatie
- lichaamsbeweging
- slaap

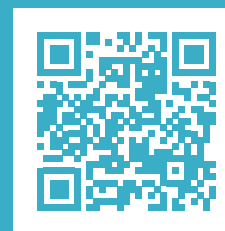


Tips om de harmonie in je leven terug te vinden:

- stel haalbare doelen;
- hou een grote schoonmaak in je keukenvoorraad en begin met een schone lei;
- hecht voldoende belang aan de eerste maaltijd van de dag;
- zoek je eigen routine voor je welzijn;
- gun jezelf regelmatig de tijd om op te laden.



**Wil je je lichaam op natuurlijke wijze ontgiften?
Wil je meer weten over de balans in je lichaam en over detoxplanten?**



blossom.ortis.com/nl-be/detox

Schrijf je in voor Blossom Detox, een gratis e-coachingprogramma voor gezondheid per e-mail. Adviezen, recepten, oefeningen, informatie ... na een paar weken heb je alle sleutels in handen voor een succesvolle detoxkuur.

 **blossom**
by Ortis

Laboratoires

ORTIS[®]

DEPUIS 1958

Laboratoires Ortis zijn al 60 jaar lang pioniers in de fytogezondheid

De opdracht van onze 130 Laboratoires Ortis-medewerkers is om je welzijn duurzaam te verbeteren door natuurlijke en innovatieve oplossingen te ontwikkelen die beantwoorden aan de hoogste eisen voor kwaliteit, doeltreffendheid en veiligheid.

Onze ervaren onderzoeksteams zetten zich elke dag opnieuw vol overgave in om in de verborgen schatten van de natuur nieuwe oplossingen te vinden die jouw comfort, levenskwaliteit en welzijn verhogen. Planten kunnen onder meer helpen om het lichaam weer in balans te brengen, het immuunsysteem te versterken, een regelmatige darmtransit te verzekeren, en om al die kleine ongemakken die het dagelijkse leven verstoren, te voorkomen of te overwinnen.

Laboratoires Ortis is ervan overtuigd dat de natuur op een duurzame manier bijdraagt aan het welzijn van iedereen.

Handel samen met Ortis natuurlijk voor je gezondheid.

ORTIS AG-SA-NV,
Hinter der Heck 46,
4750 Elsenborn,
BELGIUM
+32 (0)80 44 00 55,
info@ortis.com
www.ortis.com

 **Ortisfriends**

 **Ortis_be**
Ortis_nl