

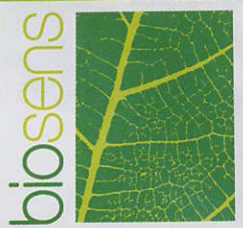
CEREALELE ECOLOGICE,

sursa de energie a dimineților tale

SURSA: Biosens — Importator produse ecologice
100%, certificate de instituții europene,
tel: 0746.181.828, 0230.520.468,
www.biosens.ro

Daria C. — Brăila:

Sunt o persoană activă și am început să consum foarte frecvent cereale la micul dejun. Aș dori să știu care sunt beneficiile consumului de cereale în fiecare zi?



ECO-CONCURS

Superbebe și Biosens oferă un premiu constând în: o cutie Supă de morcovi cu paste pentru copii și o cutie Supă de roșii cu paste pentru copii, cu ingrediente cultivate ecologic. www.biosens.ro

Nume părinte _____ Prenume _____
Data nașterii părinte _____ Ocupație părinte _____
Str. _____ Nr. _____
Bl. _____ Sc. _____ Et. _____ Ap. _____ Localitate _____
Judet/Sector _____ Cod poștal _____
Telefon _____ E-mail _____
Data nașterii copil _____ ☐ Băiat ☐ Fetiță
Data _____ Semnătura _____



Trimite acest talon, completat cu datele tale, până la data de 25 aprilie 2009, pe adresa redacției: Casa Presei nr. 1, corp A3, et. 4, sector 1, București. Castigătorul va fi desemnat prin tragere la sorti care va avea loc în data de 1 mai 2009.

Cercetătorii consideră că micul dejun reprezintă cea mai importantă masă din timpul zilei. Cerealele, consumate la micul dejun, sunt o sursă importantă de energie de care organismul se poate bucura pe tot parcursul zilei. Pentru ca beneficiile să fie maxime, iar sănătatea să nu fie pusă în pericol, se recomandă consumul de cereale integrale ecologice. Acestea reprezintă o sursă sigură de carbohidrați complecși, proteine, vitamine, minerale, nutrienți esențiali și fibre, contribuie la scăderea colesterolului și a tensiunii arteriale și îmbunătățesc modul de procesare a insulinei și glucozei de către organism. Comparativ cu cerealele rafinate și extrem de prelucrate, cerealele integrale conțin, de asemenea, mai mulți micronutrienți benefici, antioxidanți, minerale și fibre. Consumul de cereale integrale ajută la menținerea sănătății tractului digestiv, protejează împotriva cancerului de colon, reduce riscul de supraponderabilitate și apariție a diabetului de gradul 2.

Specialiștii americani sunt de părere că modul cel mai sănătos de a începe orice zi este cu un mic-dejun bazat pe cereale. Un studiu recent arată că persoanele care mănâncă măcar un bol de cereale integrale pe zi au cu 20% mai puține șanse să sufere de boli cardiace, în comparație cu persoanele care consumă rar cereale integrale, cum ar fi grâu, fulgi de tărate sau de ovăz.

Totodată, cerealele integrale ecologice nu au adăos de zahăr, lucru foarte important pentru menținerea unui nivel optim al consumului de zahăr pe parcursul unei zile și sunt produse în mod natural, fără îngrășămintă chimice și substanțe nocive pentru organism.

Consumul de cereale la micul dejun este asociat, de regulă, și cu consumul de lapte, fapt care favorizează aportul mai mare de calciu și aportul redus de produse alimentare pentru micul dejun, cum ar fi grăsimile, dulciurile, carnea, ouăle și gustările rapide.

Anca T. – Curtea de Argeș:
De curând, cineva mi-a recomandat să folosesc produse pe bază de Aloe Vera pentru îngrijirea copilului meu. Aș vrea să știu ce proprietăți are această plantă și dacă se folosește în cazul copiilor?

Aloe Vera este o plantă folosită din cele mai vechi timpuri pentru vindecarea infecțiilor și arsurilor. Aceasta are proprietăți vindecătoare atestate în trecut, în multe culturi: egipteni, romani, greci, arabi și chiar indieni. Aloe Vera are un conținut mare de apă (aproape 96%) și acționează asupra organismului uman, accelerând și normalizând metabolismul, regenerând celulele și detoxificând. De asemenea, întărește sistemul imunitar, are efect analgezic și antiseptic, dezinfectant și antiinflamator și are rol în normalizarea funcționării tractului digestiv. Frunzele acestei plante pot fi folosite atât pentru uz extern, sub formă de gel, unguent, loțiune sau cremă, cât și pentru uz intern, sub formă de capsule sau suc.

Sunt păreri care spun că Aloe Vera nu este recomandat copiilor pentru administrarea internă, totuși se găsesc și produse destinate copiilor care conțin Aloe Vera, cum ar fi capsulele sau sucul care poate fi diluat și adăugat în suc preferat al copiilor.

Pentru copii însă, dar mai ales pentru adulți, această plantă și-a dovedit de multe ori beneficiile în aplicații externe. Produsele care conțin Aloe Vera sunt deosebit de utile pentru vindecarea rănilor, frecvente la copii, cum ar fi gerunchii zgâriați, tăieturi, arsuri, inflamații sau arsuri provocate de soare. Multe dintre produsele de îngrijire a pielii care conțin Aloe Vera conțin, de asemenea, vitamina E și collagen, pentru a menține elasticitatea și supletea pielii și a-i păstra nivelul de hidratare. Este important ca atunci când alegi un produs destinat copilului tău, indiferent de calea de administrare, să ceri sfatul unui medic specialist.

HimalayaTM
HERBAL HEALTHCARE



- ✓ Crește pofta de mâncare!
- ✓ Protejează ficatul!
- ✓ Ajută la combaterea paraziților intestinali!

Liv.52® sirop este un produs realizat exclusiv din extracte naturale.

Gustul plăcut al siropului permite o administrare ușoară, un motiv în plus pentru a aduce zâmbetul pe fața micuțului tău.

www.prisum.ro

Acesta este un supliment alimentar. Citiți cu atenție prospectul.

Distribuit în România prin importatorul unic:

Prisum International SRL

Str. Agatha Bărescu Nr. 15B, Sector 3, București,

Tel: 021 322.01.71/72, Fax: 021 321.70.64, E-mail: office@prisum.ro