

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ХАРЧУВАННЯ

ПІД ЧАС ЗАСТОСУВАННЯ ДІЄТИЧНОЇ ДОБАВКИ «ПРОГРАМА 2 КОЛО-ВАДА ПЛЮС»

«Програма 2 Коло-Вада Плюс» призначена для очищення кишечника й організму в цілому та не є програмою для схуднення. Зниження ваги під час застосування програми відбувається в результаті очищення кишечника від калових каменів, токсинів і шлаків, а також дотримання рекомендацій щодо харчування.

Перед застосуванням «Програма 2 Коло-Вада Плюс» протягом місяця (мінімум двох тижнів) рекомендується пити воду з додаванням мінеральної композиції «Корал-Майн», щоб збалансувати мінеральний баланс в організмі та зменшити прояви очисної кризи.

РЕКОМЕНДОВАНІ ПРОДУКТИ:

- каші на воді;
- сирі, тушковані та варені овочі і фрукти, салати, зелень;
- для заправлення салатів рекомендується використовувати оливкову олію або соєвий соус;
- овочеві супи на воді;
- варена або тушкова риба;
- кисломолочні продукти (кефір, кисле молоко, йогурт);
- можна також споживати сухофрукти, лимони;
- протягом дня потрібно випивати 1,5 л води, свіжовіджаті овочеві або фруктові соки (бажано розбавляти водою).

Це сприятиме кращому очищенню організму від токсинів і шлаків та не порушуватиме мінеральний баланс. Свіжовіджаті соки називають «внутрішньою ванною» для організму. Вони сприяють очищенню крові та клітин, прискорюють регенерацію тканин. Крім вітамінів і мінеральних речовин, соки містять цілу гаму корисних речовин.

ОБМЕЖИТИ АБО ВИКЛЮЧИТИ З РАЦІОНУ

- консервовані продукти, напівфабрикати, каші та супи швидкого приготування;
- продукти тваринного походження (м'ясо, птицю, яйця, молоко та молочні продукти, за винятком кисломолочних);
- хлібобулочні, кондитерські вироби;
- алкоголь, включаючи пиво;
- каву, какао;
- цукор і сіль;
- фрукти та овочі, що посилюють газоутворення: виноград, яблука, банани, абрикоси, груші, дині, бобові (квасоля, горох, сочевиця), кукурудзу, картоплю, капусту білокачанну, редис, редьку, шпинат, щавель;
- повністю виключити будь-які газовані напої.

ЯКЩО ХОЧЕТЕ ЗБЕРЕГТИ ЗДОРОВ'Я І ЗАВЖДИ БУТИ У ЧУДОВІЙ ФОРМІ, ПОЧНІТЬ З ОЧИЩЕННЯ!

Програма 2 Коло-Вада Плюс – ефективна комплексна програма, яка сприяє очищенню організму та відновленню здорового внутрішнього середовища.

Програма складена таким чином, що дає можливість отримати максимальний оздоровчий ефект, не викликаючи відчуття дискомфорту та зберігаючи звичний ритм життєдіяльності. Обмеження у харчуванні повністю компенсують біологічно активні речовини з ретельно дібраних добавок, що входять у комплекс. Це забезпечує повноцінну роботу усіх систем організму без порушень вітамінно-мінерального балансу та обміну речовин.

РЕКОМЕНДОВАНА СХЕМА ЗАСТОСУВАННЯ		
I етап Підготовчий	Комплект № 1	По 1 пакету 2 рази на день зранку та ввечері
	Супер-Флора	По 2 капсули зранку за півгодини до їжі
II етап Очищення	Комплект № 2	По 1 пакету 2 рази на день зранку та ввечері
	Супер-Флора	По 2 капсули зранку за півгодини до їжі
	Порошок Коло-Вада	По 1 пакету 4 рази на день. Перед застосуванням вміст пакета розмішати у склянці холодної води або соку, одразу випити і запити ще однією склянкою рідини. Під час прийому порошку слід вживати достатню кількість рідини (не менше 1,5 л на день).
III етап Відновлення	Комплект № 3	По 1 пакету 2 рази на день зранку та ввечері
	Супер-Флора	1-й день – по 2 капсули за півгодини до їжі та 2 капсули перед сном. 2-й і 3-й день – по 2 капсули зранку за півгодини до їжі

**ПЕРЕД ЗАСТОСУВАННЯМ СЛІД ОБОВ'ЯЗКОВО ПРОКОНСУЛЬТУВАТИСЯ З ЛІКАРЕМ.
ОСОБЛИВО ПРИ НАЯВНОСТІ ХРОНІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ**