

Mit diesen Vitalstoffen die Attraktivität, Lebensenergie und Vitalität bewahren.

Gelenke, Muskeln, Knochen

- Hydrolysiertes Reisprotein
- Hyaluronsäure, veganes Glucosaminsulfat
- Astaxanthin
- L-Leucin, L-Prolin, L-Lysin
- Mangan, Vitamin Ds

6

Immunsystem, Resistenz

- Astaxanthin
- Coenzym Q10
- Zink, Selen
- Vitamin Ds
- Maisdextrin

5



1

Beauty, Haut, Anti-Aging

- Hydrolysiertes Reisprotein
- Hyaluronsäure, veganes Glucosaminsulfat
- L-Prolin, L-Lysin, Silizium
- Astaxanthin
- Piniennrinden Extrakt (OPC)
- Biotin

2

Anti-Fatigue, Energie

- Astaxanthin
- Coenzym Q10
- Piniennrinden Extrakt (OPC)
- L-Arginin, L-Citrullin
- Vitamin C, Eisen

3

4

Antistress, Resilienz

- Piniennrinden Extrakt (OPC)
- B-Vitamine, Zink
- Methionin, Glycin

3

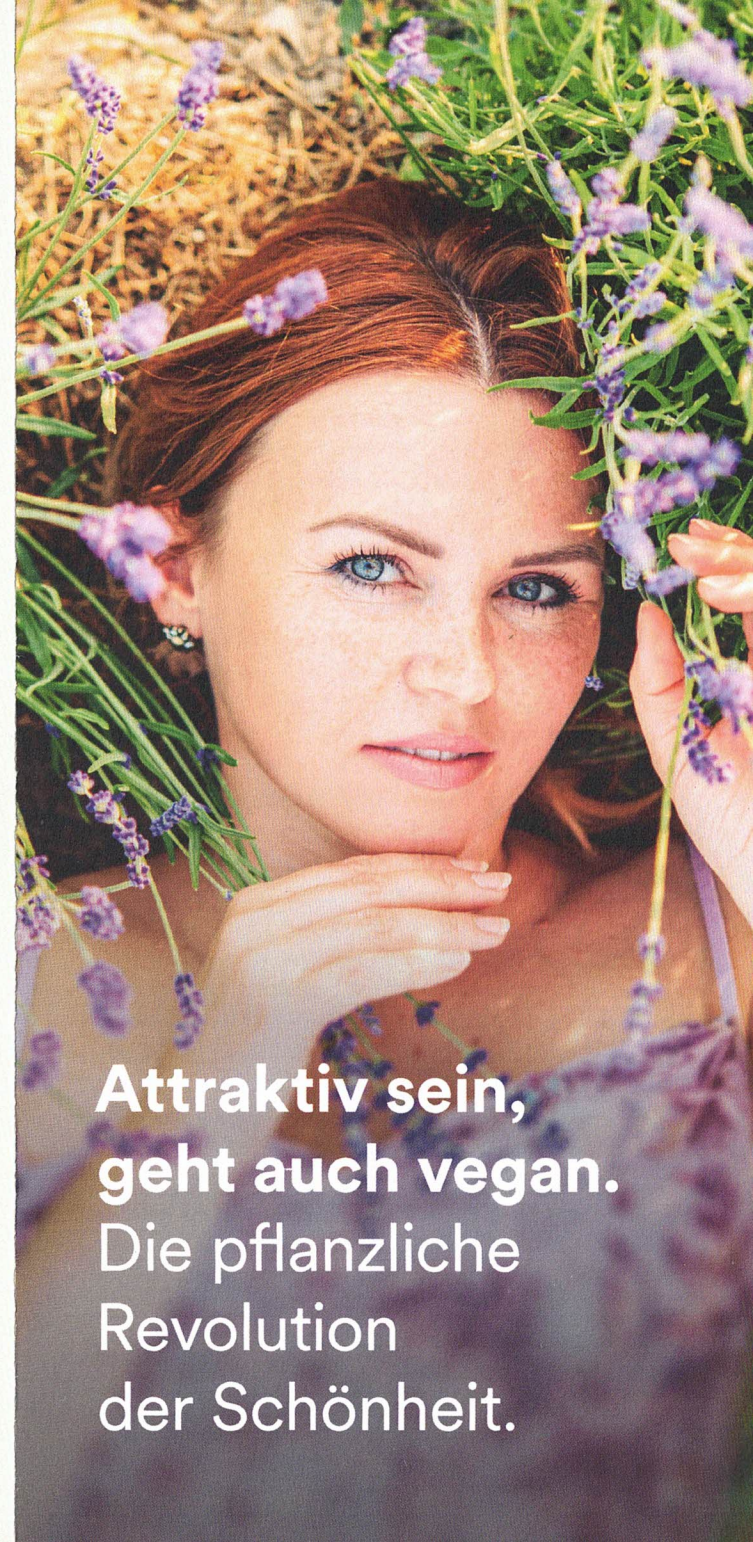
Neuroprotektion, Konzentration, geistige Leistungsfähigkeit

- Piniennrinden Extrakt (OPC)
- B-Vitamine, Zink

Wichtige Tipps für ein gesundes Älterwerden mit veganer Ernährung:

- Täglich 2 Liter Wasser trinken (schwemmt bindegewebsschädigende Harnsäure aus).
- Mindestens 150–300 Minuten Bewegung mit mittlerer Intensität pro Woche (wenn möglich an der frischen Luft).
- Auf eine ausreichende Zufuhr an Omega-3-Fettsäuren achten. Diese sind enthalten in Leinöl, Hanföl, Walnussöl, Rapsöl, Nüssen, Samen und Mikroalgen. Als Nahrungsergänzung (insbesondere für die essentiellen Fettsäuren EPA und DHA) sind Produkte aus Algenöl geeignet.
- Auf genügend Eiweiß achten. Zusammen mit gezieltem Training wird so die Muskelmasse erhalten. Eiweiß ist enthalten in Getreide (z.B. Weizen, Dinkel, Gerste, Hafer, Quinoa, Seitan, Buchweizen), in Hülsenfrüchten (Bohnen, Kichererbsen, Linsen), Kartoffeln, Nüssen, Kernen und Samen, in Sojaprodukten (Tofu, Sojamilch, Sojajoghurt) und in Pilzprodukten (z.B. Quorn).
- Genuss von viel frischem, saisonalem Obst und Gemüse in abwechslungsreicher Auswahl der Sorten, Farben und Zubereitungsarten (roh/gekocht).
- Nicht Rauchen.
- Alkohol im Maß konsumieren.
- Qualitativ hochwertige Öle wie Olivenöl oder Rapsöl verwenden.
- Genügend Nahrungsfasern (Vollkornprodukte, Getreide, Hülsenfrüchte) zu sich nehmen.

Kuren mit den genannten Vitalstoffen sollten mindestens 60 Tage dauern, um gute Resultate zu erzielen. Eine langfristige tägliche Einnahme ist empfehlenswert.



Attraktiv sein,
geht auch vegan.
Die pflanzliche
Revolution
der Schönheit.

Ein ganzheitlicher Ansatz, um den Alterungsprozess zu verlangsamen und sich die Jugendlichkeit zu bewahren heisst «Better-Aging». Es geht weit über das äussere Erscheinungsbild hinaus und beinhaltet auch den Erhalt der geistigen und körperlichen Gesundheit, um ein aktives und erfülltes Leben zu führen.

Neben einer gesunden Lebenseinstellung können auch ausgewählte Vitalstoffe den Alterungsprozess verzögern und zu mehr Vitalität und Lebensenergie beitragen.

Vegane Vitalstoffkombinationen bieten eine pflanzliche Alternative, um die Hautgesundheit zu fördern. Mit Inhaltsstoffen wie hydrolysiertem Reisprotein (pflanzliche Kollagenalternative), Vitaminen und Antioxidantien liefern sie wichtige Nährstoffe für strahlende Schönheit.

1. Beauty, Haut, Anti-Aging

Im Laufe der Zeit nimmt die Produktion von Kollagen im Körper ab, was zu einer Abnahme der Festigkeit und Elastizität von Geweben führt. Sichtbares äusseres Zeichen des Alterns ist die Hautalterung, die etwa ab dem 25. Lebensjahr einsetzt und vor allem in Form von Falten sichtbar wird. Durch Einnahme einer pflanzlichen Kollagenalternative kann der Kollagengehalt im Körper erhöht und die Gesundheit von Haut, Knochen und Gelenken verbessert werden.

Eine pflanzliche Alternative zu Kollagen ist das **hydrolysierte Reisprotein**. Es wird aus Reis durch den Prozess der Hydrolyse hergestellt, dabei wird Protein in kleinere Peptide (Eiweissstücke) und Aminosäuren aufgespalten. Dieses Verfahren erleichtert die Verdauung des Proteins und erhöht die Aufnahme aus dem Magendarm-Trakt.

Hydrolysiertes Reisprotein ist eine hervorragende Quelle für pflanzliches Protein und enthält alle wesentlichen essenziellen Aminosäuren, die der Körper nicht selbst produzieren kann. Es ist ähnlich zusammengesetzt wie menschliches Kollagen und stellt eine optimale Alternative zu tierischem Kollagen dar. Im Vergleich zu anderen pflanzlichen Proteinen wie Soja- oder Erbsenprotein ist hydrolysiertes Reisprotein hypoallergen und leicht verdaulich. Es enthält keine Laktose, Gluten oder andere potenziell allergene Substanzen.

Glucosamin ist eine Aminosäure-Verbindung (Nährstoff), die im Körper vorkommt und eine wichtige Rolle bei der Bildung und Reparatur von Haut und Knorpelgewebe spielt. Es fördert die Produktion von Hyaluronsäure und stimuliert die Kollagenproduktion, was zur Verbesserung der Hautstruktur beiträgt. Überdies ist es ein wichtiger Bestandteil von Gelenkflüssigkeit und Knorpel und hilft dabei, die Gelenke zu schmieren und zu stärken. Von den vielen verschiedenen Glucosaminsalzen ist Glucosaminsulfat die wirksamste Form, da auch Sulfate (Schwefelverbindungen) wichtige Bestandteile des menschlichen Knorpels sind.

Veganes Glucosaminsulfat wird aus pflanzlichen Quellen wie (gentechnikfreiem) Mais hergestellt. Die Herstellung erfolgt durch Fermentation (Vergärung), bei der Pilze (*Aspergillus niger*) Glukose in Glucosamin umwandeln. Veganes Glucosaminsulfat ist biologisch äquivalent zu tierischen Glucosaminquellen, kann aber auch von Menschen mit Schalentierallergien eingenommen werden.

Die **Hyaluronsäure** ist eine weitere Substanz, die natürlicherweise im menschlichen Körper vorkommt und für ihre feuchtigkeitsspendenden Eigenschaften bekannt ist. Durch äussere Zufuhr von Hyaluronsäure kann das Erscheinungsbild von Falten und feinen Linien reduziert und das Gewebe in den betroffenen Bereichen festigt werden.

Im Fokus der modernen «Anti-Aging-Medizin» stehen ausserdem Antioxidantien wie Astaxanthin, die kollagenbildenden Aminosäuren Prolin und Leucin sowie Botanicals, z. B. Pinienrinden Extrakt mit OPC.

2. Ant-Fatigue und Energie

Um den Brennstoff der Zelle zu produzieren und damit den Körper leistungsfähig zu erhalten, sind Energieaktivatoren wie Coenzym Q₁₀ unabdingbar. Unterstützt wird dieser Prozess durch Antioxidantien wie Astaxanthin und Pinienrinden Extrakt, welche die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit weiter erhöhen. L-Arginin und L-Citrullin wirken in Kombination gegen Müdigkeit und zur Entgiftung.

3. Neuroprotektion, Konzentration, geistige Leistungsfähigkeit

Das Gedächtnis kann durch Pinienrinden Extrakt, die B-Vitamine sowie Zink unterstützt und geschärft werden. Die Aminosäure L-Arginin und Astaxanthin fördern die Mikrozirkulation und wirken so der Vergesslichkeit entgegen.

4. Antistress, Resilienz

Pinienrinden Extrakt und Zink wirken antioxidativ und fördern die Resilienz (Widerstandskraft). Methionin hilft bei der Produktion von Glutathion, einem wichtigen Antioxidans und Entgiftungsmittel im Körper. Glycin ist ein wichtiger Bestandteil von Glutathion und trägt zur Entgiftung bei.

5. Immunsystem, Resistenz

Für ein gutes Immunsystem und die körperliche Resistenz gegen Krankheiten helfen Mineralstoffe und Vitamine wie Eisen, Selen, Zink, Vitamin C und D₃ in Kombination mit dem Immun-Booster Astaxanthin und dem Energieaktivator Coenzym Q₁₀. Maisdextrin unterstützt ein gesundes Darmmilieu, welches die Basis für ein funktionierendes Immunsystem bildet.

6. Gelenke, Muskeln, Knochen

Zur weiteren Ernährung und Erhaltung des Knorpels dienen jene Bausteine, die auch für die Haut und das Bindegewebe entscheidend sind. Dazu gehören Glucosaminsulfat, Hyaluronsäure, hydrolysiertes Reisprotein als pflanzliche Kollagenalternative sowie die kollagenbildenden Aminosäuren Prolin und Leucin. Für eine gut funktionierende und erhaltene Muskulatur sind ausserdem die Aminosäure Lysin sowie Vitamin D₃ unverzichtbar. Weitere synergistisch wirkende Vitalstoffe sind Astaxanthin und Mangan.