

Kosttilskud

– HVORNÅR, HVORDAN OG HVORFOR

Kosttilskud er et godt supplement til en varieret kost. De forskellige kosttilskud tages på forskellige tidspunkter af dagen, hvor de har størst effekt. Her får du en oversigt over Forever's kosttilskud, hvad de kan, og hvornår det er bedst at tage dem.



Bestil dine kosttilskud hos www.aloeveraforever.dk

NÅR SOM HELST I LØBET AF DAGEN

Forever's Aloe vera-kosttilskud i drikkeform anbefales til daglig brug, og effekten er den samme, uanset hvornår på dagen den drikkes. Drik 40 ml tre gange dagligt. Bland evt. med 240 ml vand eller juice.

Forever Aloe Vera Gel – Aloe vera-kosttilskud i drikkeform med C-vitamin.

Forever Aloe Berry Nectar – Aloe vera-kosttilskud i drikkeform med C-vitamin og smag af tranebær.

Forever Aloe Peaches – Aloe vera-kosttilskud i drikkeform med C-vitamin og smag af solmodne ferskner.

Forever Aloe Mango – Aloe vera-kosttilskud i drikkeform med C-vitamin og tropisk smag af mango.

OM MORGENEN

Det anbefales, at man tager produkter med opkvikkende effekt, f.eks. produkter med koffein, om morgenen og senest kl. 14.00.

Forever Focus – Til øget opmærksomhed, fokus, koncentrationsevne og præstationsevne. 4 kapsler, sluges hele. Bør ikke tages på tom mave.

Forever Therm – Til energi og energistofskifte. Med vitaminer, grøn te, kaffe og guarana. 2 tabletter, sluges hele. Bør ikke tages på tom mave. Sælges ikke i Danmark.

ARGI+ – Indeholder 5 g L-arginin og vitaminerne C, D, B6, B12 og folsyre. Frugtrig og med bærsmag. 1 portionspakning opløses grundigt i vand eller anden drik. Kan også tages om aftenen. Prøv, hvad der fungerer bedst for dig.

OM FORMIDDAGEN

Plantebaserede kosttilskud og kosttilskud med ingredienser fra honningbier skal helst tages om formiddagen for at opnå optimal ydeevne.

Forever Bee Pollen – Indeholder pollen fra vilde blomster. 3 tabletter, sluges hele. Start med en lille dosis (1/4 tablet) for at teste for allergi.

Forever Bee Propolis – Propolis bruges af bierne for at beskytte bikuben mod urenheder. 2 tabletter, sluges hele.

Forever Royal Jelly – Bidronningegelé. Citrussmag. 2 tabletter, tygges.

Forever Garlic-Thyme – Hvidløg og timian i duftfrie kapsler. 3 kapsler, sluges hele.

Forever Fields of Greens – Pulver af hvedegræs, lucerne, korngræs og cayennepeber. 2 tabletter, tygges.

Forever Lycium Plus – Ekstrakt af gojibær og lakridsrod. 3 tabletter, sluges hele eller tygges.

OM AFTENEN

Nogle ingredienser, som f.eks. kollagen, optages bedre af kroppen om natten og i hvile. Lad disse kosttilskud virke, mens du sover.

Forever Marine Collagen – Booster kroppen med 3 g kollagen, vitaminer og mineraler med fuld fokus på hudens naturlige skønhed. Sylrig smag. 1 portionspakning, drikkes.

in inite by Forever collagen complex – Fokus på huden med 750 mg kollagen, ceramider, melon, C-vitamin og biotin. 2 tabletter, sluges hele.

Bestil dine kosttilskud i webshoppen på www.aloeveraforever.dk

Forever Active Pro-B – 8 milliarder levende mælkesyrebakterier og zink. 1 kapsel, sluges hel.

Forever Move – Med æggeskalsmembran og gurkemeje. 3 kapsler, sluges hele.

INDTAGES SAMMEN MED ET MÅLTID

Vitaminer er enten vand- eller fedtopløselige. Det er derfor bedst, at kosttilskud, der indeholder vitaminer og/eller mineraler, indtages sammen med et måltid. Mad og drikke indeholder vand og fedt, og det hjælper kroppen til at optage kosttilskuddene.

Forever iVision – Fokus på øjnene. Vitaminer, zink, blåbærekstrakt, lutein og zeaxanthin. 2 tabletter, sluges hele.

Forever Daily – Multivitamin med Aloe vera, lycopen og coenzym Q10. 2 tabletter, sluges hele.

Forever Arctic Sea – Omega-3-fedtsyrerne DHA og EPA til hjertets normale funktion. 4 kapsler, sluges hele.

Forever Immune Gummy – Vitamin B6, A, B12, C, D og zink, med tropisk smag. 2 tyggetabletter.

Forever B12 PLUS – Højt indhold af B12-vitamin kombineret med folsyre. Velegnet til alle voksne, og særligt til ældre. Anbefales til veganere og vegetarianere. 1 tablet, synkes.

Forever Absorbent-C – C-vitamin og havrekli med smag af citrus. 3 tyggetabletter.

Forever Absorbent-D – D- og E-vitamin med smag af figenkaktus. 2 tyggetabletter. Indtages med fordel i vinterhalvåret.

Forever Calcium – Dækker det daglige behov af calcium, kobber, mangan, C- og D-vitamin for at vedligeholde normale knogler. Særlig velegnet til kvinder, midaldrende og ældre samt alle, der ikke spiser mejeriprodukter. 3 tabletter, sluges hele.

Vitalize Men – Til mænd. Indeholder vitaminer, selen og zink. 2 kapsler, sluges hele.

Vitalize Women – Til kvinder. Indeholder vitaminer og mineraler, folsyre og jern. 4 tabletter, sluges hele.

Forever Fiber – Hele 5 g kostfibre. 1 portionspakning blandes i vand eller anden drik, eller drysses over maden.

ANBEFALEDE ANVENDELSESOMRÅDER

Nogle kosttilskud har særlige anvendelsesområder. Her gælder forskellige anbefalinger for, hvordan de skal tages. Du kan se på emballagen og i beskrivelsen i shoppen, hvad de kan, og hvordan du skal tage dem.

Forever AloeTurm – Sugetablet med gurkemeje, Aloe vera og zink. Har pebermyntesmag. Op til 3 sugetabletter. Indtages ved behov.

Forever Lean – Ekstrakt af bønner og figenkaktus. Krom til normalt blodsukkerniveau. Op til 4 kapsler. Sluges. Indtages 30 min. før morgenmad eller frokost.

Forever Sensatiable – Fiber (glucomannan som svulmer op i maven) og protein. Vaniljesmag. Op til 8 tyggetabletter om dagen, indtages mellem måltiderne. Det er vigtigt at drikke rigeligt med vand samtidig.



VIGTIGT AT HUSKE

Hvis du kombinerer forskellige kosttilskud, skal du være opmærksom på referenceindtaget af vitaminer og mineraler og vurdere behovet. Referenceindtaget fremgår af næringsdeklarationen på pakken. Hvis du er i tvivl om, hvordan du skal kombinere forskellige vitaminer og mineraler, anbefaler vi, at du kontakter din læge.

