
Feel
Great
Unimate
slim
BIOS LIFE

جدول المحتويات

1. الفجوة
2. نظرة عامة عن برنامج Feel Great
3. محتويات حزمة برنامج Feel Great
4. قم بمعرفة المزيد عن بيوس لايف س
5. كيفية استخدام بيوس لايف س
6. تعرف على يونيماتي
7. كيفية استخدام يونيماتي
8. الصيام المتقطع والأنسولين
9. تعليمات برنامج Feel Great



الفجوة

عندما يتعلق الأمر بالصحة، عادة ما تكون هناك فجوة بين ما نحن عليه وما نريد أن نصبح. فمع وجود العديد من الأطعمة المصنعة وتطبيق تقنيات الزراعة الحديثة، قد يكون من الصعب العثور على الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية المفيدة. وعند مواجهة احتمالات حدوث تغييرات جوهرية في نمط الحياة، وتناول أنظمة غذائية قد تكون مقيدة بشكل كبير، واتباع أنظمة قاسية للتمارين الرياضية، فإن اتباع أسلوب حياة صحي قد يكون شيئا معقدا بشكل كبير - بل يعد شيئا بعيد المنال.

نحن نعيش الآن حياة مزدحمة للغاية! فإن قوائم المهام لدينا ممتلئة بالفعل. لذلك نظرا لتلك العواقب، فإن قوة الإرادة وحدها لا تكفي. فإنه مع وجود العديد من الحواجز التي تعترض طريق تحقيق أهدافنا الصحية، فإننا نحتاج إلى دعم كبيرمن الخارج.

نظرة عامة عن برنامج Feel Great

تم تصميم برنامج Feel Great لسد الفجوة بين ما أنت عليه وما تريد أن تصبح. إن برنامج Feel Great يجعل اتباع نمط حياة صحي شيئا ممكنًا وممتعًا للغاية. فليس هناك تخمين، ولا توتر بعد الآن، وليس هناك حاجة للإعداد المفرط للوجبات.

إن تركيبة برنامج " الشعور بالسعادة" بسيطة:
يونيمات + بيوس لايف س + اتباع نظام في الأكل قائم على الوقت



سوف يساعدك برنامج Feel Great على الشعور بالشبع لفترة أطول، وإطالة فترات الراحة من تناول الطعام بين الوجبات، وأيضا يمد جسمك بالعناصر الغذائية التي يحتاجها. فقد حان الوقت لأن تبدأ من جديد. حان الوقت لأن تحصل على شعور أفضل مما كنت تشعر به منذ سنوات. حان الوقت لـ Feel Great

محتويات حزمة برنامج Feel Great

كمية تكفي لمدة شهر واحد من بيوس لايف س
ويونيماتي بنكهة الليمون



طريقة الاستخدام

ابدأ يومك بتناول يونيماتي. ثم تناول بيوس لايف س مرة أو مرتين في اليوم قبل الوجبات. لا تتناول وجبة خفيفة بعد ذلك، وانتظر ما لا يقل عن ١٢-١٦ ساعة حتى اليوم التالي ثم قم بإعادة الدورة من جديد.



يعمل يونيماتي وبيوس لايف س معًا لمساعدتك على إطالة الفترة بين وجبة العشاء ووجبتك الأولى في اليوم التالي. إن عملية تناول الطعام القائمة على الوقت، والتي غالبًا ما يشار إليها بالصيام المتقطع، يكون لها عديد من الفوائد الصحية:

- مستويات ضغط صحية
- تحسين صحة القلب
- تحسين بنية الجسم

لمزيد من المعلومات، انظر إلى الجزء المتعلق بالصوم المتقطع والأنسولين في صفحة 11



تعرف على بيوس لايف س

بيوس لايف س هو مشروبًا يتم تناوله قبل الوجبة والذي يحتوي على مجموعة ألياف حاصلة على براءة اختراع، والمركبات النباتية والسكريات وعناصر غذائية دقيقة. وتكون مجموعة الألياف مصممة خصيصا للمساعدة في الحد من تأثير زيادة كمية الكربوهيدرات والكوليسترول داخل الجسم. لقد تم تصميم بيوس لايف سليم لتزويد الجسم بالفيتامينات والمعادن والألياف الهامة والقابلة للذوبان والتي تساعد في كبح الشهية.

العلوم

يحتوي بيوس لايف س على ألياف قابلة للذوبان. حيث تشكل الألياف اللزجة القابلة للذوبان مادة هلامية سميكة عندما تمتزج بالماء وتنتقل عبر الجهاز الهضمي. تساعد المادة الهلامية تلك على إبطاء عملية إفراغ معدتك، مما يؤدي إلى الشعور بالشبع لفترات طويلة. يعتبر بيوس لايف س مصدرًا هائلا لإنتاج تسع فيتامينات ومعادن أساسية، بما في ذلك فيتامين ج وفيتامين ب ١٢. حيث تعزز تلك الفيتامينات والمعادن ضمان حدوث عملية الهضم بشكل سليم، كما أنها تعمل على تحويل الطعام إلى وقود بشكل أفضل، وتدعم العملية الصحية للتمثيل الغذائي.

كيفية استخدام بيوس لايف س

للحصول على أفضل النتائج، تناوله مرتين يوميًا، من ١٠-١٥ دقيقة قبل تناول الوجبتين الأساسيتين. امزج كل كيس مع ٨-١٠ أوقية (٢٤٠-٣٠٠ مل) من الماء. اخلط المزيج بقوة باستخدام كوب خلط، ثم اشربه على الفور.

جرب هذا!



امزج بيوس لايف س مع مسحوق البروتين المفضل لديك (نوصي باستخدام يونيسيتي كومبليت بنكهة الفانيلا) للحصول على البروتين والألياف عالية الجودة.



قم بمزج بيوس لايف س مع يونيماتي للحصول على أقصى مستوى من الحيوية والطاقة بالإضافة إلى تحسين الحالة المزاجية.



جرب مزج بيوس لايف س مع الماء مع إضافة النكهة المفضلة لديك أو مشروب منخفض السعرات الحرارية للحصول على نكهة إضافية.



تعرف على يونيماتي

جرت العادة على استخدام يربا ميت لدعم صفاء الذهن والقدرة على التحمل والتحكم في الشهية وتحسين الحالة المزاجية. تخضع أوراق يربا ميت الموجودة في يونيماتي لعملية فريدة من نوعها والتي تكون عبارة عن خمس خطوات – الانتقاء بعناية، والتحميص بالنار، والاستخراج، والتكثيف، والتنقية. نتيجة لذلك، يكون يونيماتي عبارة عن مستخلص خاص يعزز فوائد يربا ميت ويحتوي على ما يصل إلى ١٠ أضعاف كمية أحماض الكلوروجينيك (التي تعزز الحالة المزاجية وتحفز الدماغ وتزيد من الشعور بالسعادة) والتي تكون موجودة في فنجان قهوة عالي الجودة.

العلوم

يأتي يربا ميت من نبات أصلي في أمريكا الجنوبية، حيث يتم تناولها أثناء الطقوس المجتمعية عبر مئات السنين. من المعروف أن ذلك المزيج الفريد من المركبات النباتية - بما في ذلك أحماض الكلوروجينيك، ومات صابونين ، والثيوبرومين - يحسن الحالة المزاجية، ويزيد من صفاء الذهن ، ويقمع الشهية.

كيفية استخدام يونيماتي

امزج عبوة واحدة مع ١٧-٢٤ أوقية (٥٠٠-٧٠٠ مل) من الماء (أضف أكثر أو أقل حسب الرغبة). تناوله مرة واحدة يوميا او حسب الرغبة. اشربه بالماء الساخن أو البارد.

جرب هذا!



قم بإعداد يونيماتي الخاص بك ساخنًا، وحرك المزيج باستخدام عود القرفة.



جرب إضافة ملعقة كبيرة من كريمة جوز الهند إلى يونيماتي.



هل تحتاج إلى شيء منعش؟ إن تناول يونيماتي بنكهة الليمون بمذاقه اللذيذ مع إضافة ثلج يعطي الجسم طاقة وحيوية.

كيفية استخدام يونيماتي

امزج عبوة واحدة مع ١٧-٢٤ أوقية (٥٠٠-٧٠٠ مل) من الماء (أضف أكثر أو أقل حسب الرغبة). تناوله مرة واحدة يوميا او حسب الرغبة. اشربه بالماء الساخن أو البارد.

جرب هذا!



جرب مزج نكهة يونيماتي المفضلة لديك بالمياه الفوارة.



أضف ملعقة من مسحوق البروتين (نوصي بإضافة يونيسيتي كومبليت بنكهة الفانيلا) للحصول على مشروب ألذ والذي بدوره يزيد من الشعور بالشبع.

الصيام المتقطع والأنسولين

الأنسولين هو الهرمون المسؤول عن نقل الجلوكوز أو السكر من الدم إلى الخلايا للحصول على الطاقة. إننا عندما نأكل أو نشرب أي طعام يحتوي على الكربوهيدرات، فإن مستويات السكر ترتفع ويتم إطلاق الأنسولين في الدم. ففي النظام الغذائي الحديث - في كثير من الأحيان – فإننا نحصل على عناصر غذائية والتي بدورها تمد الجسم بالكربوهيدرات بشكل مستمر مما يؤدي إلى دعم استجابة الجلوكوز للأنسولين. وعندما يحدث ارتفاع نسبة السكر ومستويات الأنسولين في الدم بشكل مستمر، فيمكن أن يصبح الجسم حينها مقاومًا للأنسولين. وبمرور الوقت، يمكن أن يتسبب ذلك في إحداث فوضى في أجهزة الجسم.

إذا توقفنا باستمرار عن تناول الطعام، فإننا نعطي أجسامنا الوقت الذي تحتاجه حتى تدخل في حالة من حرق الدهون بطريقة طبيعية بدلاً من الاعتماد على إشباعها بالجلوكوز بشكل مستمر.

وحتى نتمكن من الحفاظ على المستويات الطبيعية للأنسولين لدينا، فيمكننا إطالة الوقت بين تناول الوجبات. فكلما قل ارتفاع مستوى الأنسولين لدينا، كلما زاد الوقت الذي يكون فيه الجسم في حالة حرق الدهون بدلاً من حرق الكربوهيدرات.

ببساطة، إن الصيام المتقطع هو عبارة عن تناول الطعام القائم على الوقت والذي بدوره يساعد الجسم في الحفاظ على المستويات الصحية للأنسولين. قد يبدو الصيام المتقطع شاقًا. ومع ذلك، فهو ليس مخيفًا كما يعتقد معظم الناس.

مع نهج برنامج Feel Great، نوصيك بالانتظار لمدة ٤ ساعات ما بين تناول وجبتك الأولى والثانية في اليوم، و٤ ساعات بين تناول وجبتك الثانية والثالثة في اليوم، ثم الانتظار لمدة ١٢-١٦ ساعة على الأقل قبل تناول الوجبة الأولى في اليوم التالي. لقد تم تصميم بيوس لايف س ويونيماتي للمساعدة في جعل تناول الطعام القائم على الوقت أمرا سهلا للغاية. يعمل كلا المنتجين معًا لمساعدتك على سد الفجوات بين الوجبات.

لذا جرب الصيام المتقطع بطريقة برنامج Feel Great، واستعد للشعور بالأفضل!




BIOS LIFE
(Dietary Supplement Product)
بايوس لايف سليم
معمل متطابق للتحكم
5
- إخلط القيروط في كأس كبير من الماء
أو الحليب أو العصير أو الشوربات المعتدلة
- حرك جيدا و اشرب فورا.
- لا يستطيعك تناوله بعد الطبخ معتدل الحكم
- حافظ بالكبار و بعيدا في متناول الأطفال
Net Wt 7.25 grams
الوزن الصافي: 7.25 جرام

الأسئلة الشائعة حول برنامج Feel Great

بيوس لايف س

هل يمكنني شرب بيوس لايف س أكثر من مرتين في اليوم؟

نعم. إذا كنت تتناول أكثر من وجبتين في اليوم (على افتراض أنك لم تصم لمدة ١٦ ساعة بعد)، فإننا نوصي بتناول بيوس لايف س قبل كل وجبة.

أدرك أن هذه التغييرات ستؤثر على جهازي الهضمي. هل سأعاني من الشعور بالانتفاخ أو أي اضطرابات أخرى؟

يمكن أن يؤدي تناول الألياف (بيوس لايف س) إلى زيادة الغازات أو الشعور بالانتفاخ لدى بعض الأشخاص، وهذا رد فعل طبيعي حيث يبدأ جسمك في التأقلم يوميًا مع زيادة تناول الألياف. ولكن فإن هذه الأعراض ستقل تدريجيا بعد مرور ٢-٣ أسابيع. إذا كنت لا تشعر بالراحة تماما، فعليك أن تقلل من حصة بيوس لايف س التي تتناولها إلى النصف قبل كل وجبة لمدة ٣-٧ أيام.

الأسئلة الشائعة حول برنامج Feel Great

يونيماتي

هل يمكنني تناول يونيماتي أكثر من مرة في اليوم؟

نعم. نظرًا لما يحتويه يونيماتي من الكافيين وحمض الكلوروجينيك ، فإننا لا نوصي بشرب يونيماتي قبل النوم، ولكن يكون تناول حصص إضافية منه على مدار اليوم أمر جيد.

هل تناول يونيماتي قد يصيبني بالتوتر ؟

لقد أكد معظم الناس أنه من الفوائد الأساسية لتناول يونيماتي هي زيادة مستويات طاقة والحد من التوتر. يرجى ملاحظة أن يونيماتي يحتوي على كمية من الكافيين تعادل ما يحتويه فنجان واحد من القهوة عالية الجودة، لذا يرجى توخي الحذر إذا كنت حساسًا تجاه الكافيين.

الأسئلة الشائعة حول برنامج Feel Great

الصيام المتقطع

ماذا لو لم أكمل صيام ١٢-١٦ ساعة الموصى بها قبل تناول وجبتي الأولى في اليوم؟

سيحدث هذا في بعض الأحيان. على الرغم من أنك لن تتمتع بالفوائد الكاملة للصيام في ذلك اليوم، فهذا لا يعني أنك خسرت كل شيء. بل ستحصل على الفوائد مع استمرارك في محاولة صيام ١٦ ساعة والاستمرار في تناول يونيماتي لمساعدتك في تحقيق ذلك. المهم هو ألا تفوت يومين على التوالي!

هل تناول الدواء بالماء في الصباح يجعلني أكسر صيامي؟

لا، يمكنك شرب القدر الذي تريده من الماء أثناء الصيام، والأدوية لا تحتوي على سعرات حرارية بشكل كبير، مما يعني أنه لا يكسر صيامك.

الأسئلة الشائعة حول برنامج Feel Great

الأسئلة العامة حول برنامج Feel Great

كم من الوقت سيمضي حتى يكون بإمكاني رؤية النتائج بعد اتباعي لبرنامج Feel Great؟

النتائج سوف تختلف. ومع ذلك، فإننا نضمن أنك ستشعر بالأفضل خلال أول ٩٠ يومًا من اتباع البرنامج، طالما أنك تتناول المنتجات يوميًا وباستمرار.

هل بمرور الوقت، سأصبح مضطرا للاعتماد على تناول هذه المنتجات بأي شكل من الأشكال؟

إنك لن تكون مجبرا على تناول منتجات Feel Great على الإطلاق. ما عليك سوى أن تتناولها طالما كنت ترغب في الحفاظ على شعورك بالسعادة!

الروابط الالكترونية لبرنامج Feel Great

قم بزيارة ufeelgreat.com لمزيد من المعلومات.

تسوق منتجات Feel Greatمن خلال زيارة الموقع الإلكتروني shop.unicity.com