

Marga Vlaar  
[margavlaar@gmail.com](mailto:margavlaar@gmail.com)  
0229-591416  
[www.debestekruidenvoeding.com](http://www.debestekruidenvoeding.com)

Lia Gilling  
[elgee@xs4all.nl](mailto:elgee@xs4all.nl)  
0229-272395  
[www.jeverdientiegezondheid.nl](http://www.jeverdientiegezondheid.nl)

1. Voedselconcentraten versus vitamine- en mineraalsupplementen.
2. Ervaring huidproducten Lotte.
3. Sportsucces Amanda Stark.
4. Artikel: Health Awareness.
5. Agenda.



### 1. Voedselconcentraten versus vitamine- en mineraalsupplementen.

Waarom zijn voedselconcentraten beter dan vitamine- en mineraalsupplementen?

Vitaminen en mineralen gemaakt door mensen hebben **niet** gebalanceerde combinaties van voedingsstoffen. In de natuur groeien geen geïsoleerde voedingsstoffen, het lichaam kan voedingsstoffen alleen goed benutten als ze in bepaalde combinaties voorkomen. Je hebt nog nooit in de tuin vitamine A geplukt en ook niet een calcium, een ijzer of een proteïne. Je hebt een sinaasappel geplukt of wat broccoli, wat peulvruchten of bonen. Dit voedsel bestaat uit een combinatie van voedingsstoffen door de natuur bij elkaar gebracht en bedoeld om je lichaam te voeden. Er is geen voedsel dat slechts bestaat uit één voedingstof.

Elk voedsel is als een gezondheidspakketje wat alleen door de natuur kan worden gemaakt. Vitamine A capsules, vitamine C tabletten, ijzer tabletten of proteïne poeder groeien niet in de natuur. Ze zijn in een laboratorium gemaakt en lijken totaal niet op de oorspronkelijke natuurlijke voedingsstoffen. Als je lichaam van deze door mensenhanden gemaakte chemische combinaties, een dosis binnenkrijgt, dan probeert het de synergie te creëren net als uit echt voedsel. Het onttrekt hiervoor stoffen uit het lichaam. Helaas lukt het niet de juiste combinaties te maken dus raakt het lichaam uit balans. Combinaties van voeding uit de natuur worden in de juiste hoeveelheid bij elkaar gebracht in precies de juiste hoeveelheid voor de beste opname.

Sunrider's concentraten zijn gemaakt van HÉÉL VOEDSEL waarbij alleen het water en de niet eetbare vezels zijn verwijderd. Geconcentreerd en dus gemakkelijk op te nemen, maar HET IS EN BLIJFT VOEDSEL.

### 2. Ervaring huidproducten.

Mijn naam is Lotte en ik ben twintig jaar. Ik ben erg enthousiast over de verzorgingsproducten van Sunrider. Voordat ik met deze producten begon had ik een onrustige en droge huid. En ik had veel last van onzuiverheden. Nu ik de verzorgingsproducten van Sunrider gebruik is mijn huid mooier geworden en niet meer droog.

### 3. Sport succesverhaal van Amanda Stark (13 maart 2012).

Ik ben niet een top marathonloper, maar de laatste 5-6 jaar heb ik mezelf wel uitgedaagd een halve marathon per jaar te lopen, dus heb ik een doel om tijdens de wintermaanden aan te werken. Het afgelopen jaar verhuisde ik naar Knoxville, TN, waar ik met Sunrider in aanraking kwam, via het bedrijf waar ik werk.

Sindsdien ben ik een Sunrider IBO en heb verschillende producten opgenomen in mijn dagelijkse routine. Ik besloot de producten te testen en te zien of mijn prestaties en uithoudingsvermogen hierdoor verbeterden. Tot mijn verbazing deden ze dat inderdaad!

Ik neem dagelijks een flesje **Liqui-Five®** en een flesje **Evergreen®**. Ik drink **Fortune Delight®** voor, tijdens en na mijn training. Ik neem ook eenmaal per dag een zakje **VitaShake®** om mijn lichaam te voeden. Voor of na mijn loop, neem ik 1 of 2 tabletten **Citric C™** en **Herb Calc®**. Ik heb nooit last van spierkrampen.

Tijdens mijn halve marathons, nam ik **Sunrise®** mee voor extra calorieën, na 6-8 mijl lopen, dronk ik het — dat hield me energiek tot de finish. Op de ochtend van de wedstrijd, nam ik ongeveer 30 minuten voor de start een flesje **Liqui-Five®**. Tijdens de wedstrijd, voelde ik me heel goed in balans. Ik kreeg geen enkele kramp en ik voelde me energiek. Het beste was dat ik 20 minuten sneller was dan mijn laatste halve marathon, ik liep slechts 1 uur en 44 minuten!

Door mijn kennismaking met Sunrider, veranderde mijn eetgewoonten volledig.

Ik voel dat mijn lichaam gereinigd, gevoed en goed in balans is door de Sunrider® voeding.

Ik ben blij om een deel van een dergelijke betrouwbaar bedrijf te zijn.

Ik hoop dat iedereen die dit leest zo geïnspireerd wordt als ik en deze betrouwbare producten gaat gebruiken en blijft gebruiken!

Mijn volgende race is binnen vier weken!

- Amanda Stark



#### 4. Artikel: Health Awareness.

Van: Sharon Farnsworth Ekins

Lieve mensen,

Ik wil graag een vraag stellen: denk je dat wat je eet je gezondheidsniveau beïnvloed?

Heb je de dramatische stijging van de ziekte kanker gezien en andere problematische gezondheidssituaties? Lees dit artikel en misschien kun je dan het verband zien. We moeten dus voorzichtig zijn met al het voedsel dat in onze mond en de monden van onze kinderen, kleinkinderen en onze dierbaren gaat.

Mijn zoon Randy deed een verbazingwekkende ontdekking. Het is voorspeld dat er in de toekomst hongersnood zal zijn. Waarschijnlijk zal dit ook gebeuren, maar anders dan we hadden verwacht. Er is op dit moment geen tekort aan voedsel, maar een **enorm tekort aan goede voedingsstoffen in het voedsel**. De manier waarop ons voedsel groeit, **met pesticiden, sprays, gebrek aan voeding in de bodem en nog veel meer, maakt ons voedsel niet alleen voedingsarm, maar het voedsel is ook nog gevuld met chemische stoffen en hormonen die we niet in ons lichaam willen**.

Ik ben zo dankbaar een bedrijf te kennen dat ik kan vertrouwen en dat voedingsmiddelen maakt met een zeer hoge voedingswaarde, die veilig zijn en zonder chemische toevoegingen. Voedsel dat door de Chinezen al 5000 jaar geleden werd gebruikt. Zij hebben destijds bewezen hiermee de levensduur van mensen te kunnen verlengen en zijn een zegen voor diegenen onder ons die er gebruik van maken. Dit voedsel met zeer hoge voedingswaarde komt van Sunrider. In Sunrider producten is deze kennis van meer dan 5000 jaar oud verwerkt, hetgeen van veel hogere kwaliteit is dan het voedsel van deze moderne tijd, waar de levensmiddelen vol zitten met chemische toevoegingen die qua nutriënten zo goed als dood zijn. SR voedingsmiddelen zijn de oplossing voor dit probleem, is mijn mening. Ze leveren onze lichamen concentraten van goed levend heel voedsel, met de voedingsstoffen die nog steeds in tact zijn en niet door mensen gewijzigd. Ze helpen met **regenereren**.

Meer en meer mensen eten vegetarisch of zelfs veganistisch om dit tekort in ons lichaam op te lossen. Maar ik ben zo dankbaar om dagelijks mijn volledige voeding te kunnen nemen van plantaardige bronnen, die zeer sterk geconcentreerd zijn. SR neemt 7 tot maximaal 50 pond van zeer voedzaam plantaardig voedsel en concentreert dit tot een pond, in een vorm die **lang houdbaar** is. Alles wat we moeten doen is deze voeding activeren met vloeistof, water of verse sap, of nog beter, innemen met SR dranken, Calli en Fortune Delight. Ik heb dan een meer dan complete maaltijd, die voedt op celniveau en door de SR dranken reinigt op celniveau. Dit zeer eenvoudige proces helpt ons lichaam terug in balans te brengen, geeft energie aan onze cellen, helpt ons om meer energie te krijgen en onszelf beter te voelen.

Ik hoop dat je even tijd neemt om een artikel te lezen zodat je meer bewust wordt van wat er zoal gebeurt in onze voedselketen. We moeten onze landbouwers meer helpen zich bewust te worden van wat het landbouwgif bij ons teweeg brengt en hen aanmoedigen een andere manier te vinden om voedsel voor ons te verbouwen zonder deze chemische stoffen zoals bijvoorbeeld "Round Up".

Het artikel Health Awareness (in het Engels) staat op de site:

[http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2012/03/13/active-ingredient-glyphosate-in-roundup-herbicides-found-in-peoples-urine.aspx?e\\_cid=20120313\\_DNL\\_art\\_1#](http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2012/03/13/active-ingredient-glyphosate-in-roundup-herbicides-found-in-peoples-urine.aspx?e_cid=20120313_DNL_art_1#)

Hierin kun je lezen over de giftige chemicaliën die op onze boerderijen worden gebruikt bij het telen van ons voedsel.

Ik zou het erg vinden dat kanker doodsoorzaak nummer 1 zou worden in de toekomst. Als we meer weten, kunnen we zien waarom zo veel ziekten welig tieren. **We leven echt in een tijd van nutritionele hongersnood.**

We zouden hierover betere informatie moeten krijgen en ons meer bewust moeten worden en vervolgens anderen helpen zich daarvan ook meer bewust te worden.

*Sharon Farnsworth Ekin*

#### 5. Agenda.

**LAATSTE NIEUWS: Andrea Langer uit Canada en Paul Jensen uit Amerika komen weer trainingen geven in Benningbroek. Zie de agenda, details volgen binnenkort.**

<b>5 april</b> (donderdag)	<b>Training actieve IBO's 20.00 uur.</b>	
<b>10 april</b> (dinsdag)	<b>Workshop huidverzorging 20.00 - 21.30 uur</b>	<b>zie bijlage.</b>
<b>12 april</b> (donderdag)	<b>Workshop huidverzorging 10.00 - 11.30 uur</b>	<b>zie bijlage.</b>
<b>27 april</b> (vrijdag)	<b>Training met Andrea Langer 20.00 uur.</b>	
<b>28 april</b> (zaterdag)	<b>Sunrider PRODUCTFAIR 13.00 - 14.00 uur</b> presentatie 14.30 - 15.30 uur	<b>zie bijlage.</b>
<b>11 mei</b> (vrijdag)	<b>Training met Paul Jensen 20.00 uur.</b>	



**Algemene presentaties zijn op de woensdagen van 20.00-21.00 uur, iedereen is welkom voor een vrijblijvende kennismaking. Voor een afspraak eerst bellen of mailen met Marga.**