

Juice Plus+ **HEALTHY STARTS FOR FAMILIES**

Für die ganze Familie

- + Guter Start ins Leben für Kinder (ab dem 4. Lebensjahr)
- + Unterstützung der gesamten Familie bei Entwicklung positiver Gewohnheiten
- + Gesunde Lebensweise für zu Hause
- + Inspiration der Familien, einfache aber wichtige Veränderungen im eigenen Lebensstil vorzunehmen

healthy
STARTS
FOR FAMILIES

4 SCHLÜSSELELEMENTE:



NAHRUNG

Eine gesunde Ernährung bedeutet eine ausgewogene Ernährung. Zu den wichtigsten Ernährungsgewohnheiten gehört die ausreichende Zufuhr von Obst und Gemüse, moderate Portionen und regelmäßige Essenszeiten.



FITNESS

Ein gesunder Lebensstil ist ein aktiver Lebensstil. Ob man sich nun jeden Tag ein paar Minuten länger sportlich betätigt oder sich neue Fitnessziele setzt - wichtig ist, die Familie zu mehr Bewegung zu motivieren, damit alle gesund bleiben.



FLÜSSIGKEIT

Genügend Wasser zu trinken ist ein wichtiger Bestandteil eines gesunden Lebensstils. Wasser statt zuckerhaltiger Getränke, Obst und Gemüse mit einem hohen Wasseranteil, sowie der Ausgleich des Flüssigkeitsverlusts nach dem Sport sind essenziell für ein optimales Körper- und Lebensgefühl.



SCHLAF

Wenn es um die Gesundheit geht, werden Schlaf und Stressbewältigung oft vergessen. Die Einführung gesunder Schlafgewohnheiten für die ganze Familie und Methoden zur Stressbewältigung im Alltag sind nicht nur für die geistige, sondern auch für die physische Gesundheit essentiell.

SO GEHST DU VOR:

- » **1 Anmelden:** Registrierung als Juice Plus+ Kunde und Kauf der Juice Plus+ Kapseln
- » **2 Teilnahme:** Die Studienteilnehmer erhalten als Kundenbonus maximal vier Jahre lang kostenlos Juice Plus+ Obstauslese und Juice Plus+ Gemüseauslese-Kapseln oder Pastillen für ihr Kind
- » **3 Bewertung:** Teilnahme an einer einfachen Umfrage nach der ersten Lieferung. Im Anschluss folgen 5 weitere, darauf aufbauende Umfragen, über den Zeitraum von 4 Jahren. Wir möchten damit die Fortschritte, hin zu einem gesünderen Lebensstil verfolgen