

# nutribene

## daily basis

Multispektrum für die  
tägliche Versorgung mit  
Mikronährstoffen

empfohlen von  
Sasha Walleczek



„Gesunde und ausgewogene Ernährung für Alle mit frischem Obst und Gemüse, Vollkornprodukten, fettarmen Milchzubereitungen, magerem Fleisch und Fisch ist mir ein Grundanliegen.

Dafür stehe ich, dafür arbeite ich, deshalb bin ich Ernährungswissenschaftlerin.

Dennoch ist mir bewusst, dass in manchen Situationen eine zusätzliche Zufuhr sinnvoll ist. Da viel Nahrungsergänzungsmittel nicht halten, was sie versprechen, habe ich zusammen mit Fachleuten das nutribene-Konzept entwickelt.

Dieser Name bürgt für sichere und sinnvolle Qualitäts-Produkte, denen Sie vertrauen können.“



S. Wallerath

## Drei gute Gründe für eine sinnvolle Nahrungsergänzung:

Produkte zur Nahrungsergänzung haben ihren festen Platz in einem modernen Ernährungskonzept. Natürlich sollen sie nicht eine ausgewogene Ernährung ersetzen. Ihr Zweck ist die Sicherstellung einer ausreichenden Versorgung, wenn die mit der Nahrung aufgenommene Nährstoffmenge nicht der tatsächlich benötigten Menge entspricht.

### 1. Konzentrierte Nährstoffe zum Auffüllen leerer Depots.

Die meisten Menschen essen zu viel, zu fett, zu süß und zu salzig, ohne Rücksicht auf eine ausgewogene Versorgung mit Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen oder bioaktiven Pflanzenstoffen. Gleichzeitig sinkt die Nährstoffqualität mancher Lebensmittel, weil intensive Anbaumethoden, industrielle Lebensmittelproduktion und lange Transportwege den Gehalt an Mikronährstoffen weiter reduzieren.

Langfristig werden die körpereigenen Mikronährstoff-Reserven geleert, es können Defizite entstehen. Auf lange Sicht sind diese Nährstofflücken auch eine Mitursache für ernsthafte Gesundheitsstörungen.

Eine regelmäßige Nahrungsergänzung sichert einen ausgewogenen Status aller Mikronährstoffe, was sich in vielen Bereichen positiv bemerkbar macht.

### Die mögliche Wirkung von regelmäßiger Nahrungsergänzung.

Kurzfristig: Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit, höhere psychische und nervliche Belastbarkeit, Stärkung der Immunabwehr, Zellschutz und Verbesserung der körpereigenen Reparaturmechanismen.

Langfristig: Verringerter Risiko von ernährungsmitbedingten Erkrankungen, Verhinderung vorzeitigen Alterns, Erhaltung der Gesundheit und Erhöhung der Zahl der Lebensjahre, die in Gesundheit verbracht werden durch einen verbesserten Gesamtzustand.

## 2. Die Nährstoff-Versicherung für den erhöhten, individuellen Bedarf

Die genaue Menge an Nährstoffen, die der Mensch benötigt, wird immer noch kontrovers diskutiert. Die meisten Experten sind sich aber einig, dass die offiziellen Empfehlungen zur Nährstoffzufuhr lediglich die Mindestmengen zur Vermeidung von Mangelerscheinungen darstellen.

Umso erschreckender, dass bereits diese Werte von einem großen Teil der Bevölkerung nicht erreicht werden. Nicht beachtet wird zudem der individuelle Bedarf, der von vielen Faktoren beeinflusst wird. So führt ein höherer Energie-Umsatz, der bei körperlicher Arbeit oder Sport auftritt, auch zu einem höheren Mikronährstoff-Bedarf. Die Einnahme von Medikamenten, Alkohol oder Nikotin erhöhen die benötigte Menge, ebenso Umweltgifte oder UV-Bestrahlung. Auch einem psychischen und physischen Stress-Zustand muss der Organismus mehr Nährstoffe entgegensetzen um gesund zu bleiben.

Nahrungsergänzung dient als Ernährungsversicherung, um auch in den Zeiten eines erhöhten Bedarfs eine ausreichende Versorgung sicherzustellen.

### Fakten zur Versorgung mit Mikronährstoffen:

Auch im neuen Österreichische Ernährungsbericht 2008 bestätigen sich die Daten der früheren Jahre:

Bei allen Bevölkerungsgruppen ist die Versorgung mit Folsäure, Jod und Calcium kritisch, es besteht ein dringender Handlungsbedarf. Außerdem ist die Vitamin D-Zufuhr über Lebensmittel beim Großteil der Bevölkerung unzureichend. Die Pantothensäure liegt ebenfalls unter den empfohlenen Zufuhrwerten.

Bei Personen über 65 Jahre ist zudem die Versorgung mit Vitamin C, Vitamin B1, Vitamin B6 und Vitamin A insbesondere bei Männern und Magnesium grenzwertig; bei Schwangeren zusätzlich Eisen und Magnesium; bei Lehrlingen Vitamin E, Vitamin A und Magnesium, bei Mädchen zudem Eisen.

(ÖEB 2008, S.22ff)

## 3. Die Nährstoff- Investition in eine gesunde Zukunft

Was vor Jahren noch die Theorie einzelner Ernährungs-mediziner war, hat heute durch wissenschaftlich untermauerte Fakten bestand. Wer täglich für eine ausreichende Mikronährstoffversorgung sorgt, bleibt länger gesund und leistungsfähig, hat weniger ernährungsmitbedingte Krankheiten und ist im Alter weniger anfällig für körperliche und geistige Abbauprozesse. Darin sind sich die Ergebnisse von Langzeitstudien einig, die über die letzten 30 Jahre in verschiedenen Teilen der Welt mit unterschiedlichen Gruppen durchgeführt wurden. Zudem weiß man auch immer mehr über die Bedeutung von Pflanzenstoffen in konzentrierter Form für den Zellschutz, das Immunsystem, interne Reparaturmechanismen und die Erhaltung des genetischen Codes. Gerade in diesen Bereichen fördern aktuelle klinische Studien regelmäßig erstaunliche Neuigkeiten zutage. So erklärt sich nun auch, warum das biologische Alter eines Menschen unabhängig von seinem aktuellen Lebensalter ist.

Durch eine regelmäßige Nahrungsergänzung wird der Grundstein für Gesundheit und Wohlbefinden im Alter und für eine selbstbestimmte, gesunde Zukunft.



**nutribene  
daily basis**

empfohlen von  
Sasha Walleczek

# nutribene daily basis

Multispektrum für die tägliche Versorgung mit Mikronährstoffen

nutribene hat die langjährige Erfahrung von Sasha Walleczek und anderen Ernährungswissenschaftlern genutzt um ein klares, logische Konzept zu entwickeln: die umfassende Basisversorgung mit notwendigen Mikronährstoffen für den täglichen Bedarf. Zur sinnvollen Ergänzung einer abwechslungsreichen Ernährung.

## nutribene daily basis das speziell entwickelte Multispektrum-Produkt:

- + 12 Vitamine
- + 10 Mineralstoffe
- + 5 pflanzlichen Wirksubstanzen

Es ist ein sicheres und sinnvolles Kombinationsprodukt für die ganze Familie und in allen Lebensphasen.

Ein genauer Blick auf die Zutatenliste zeigt den Unterschied zu marktüblichen Ergänzungsprodukten:

Bei nutribene daily basis werden keine technologischen Zusatzstoffe oder Konservierungsstoffe verwendet. Es sind weder künstliche Farb- noch Geschmacksstoffe enthalten. Sogar die Kapselhülle ist aus ungefärbter natürlicher Zellulose.

Bei nutribene treffen ernährungsphysiologisches Wissen, technologisches Können und ein hohes Verantwortungsbewusstsein aufeinander: deshalb steht der Name nutribene für sichere und sinnvolle Qualitäts-Produkte, denen Sie vertrauen können.

**nutribene daily basis** Nahrungsergänzungsmittel

**Verzehrempfehlung:** Täglich 2 Kapseln am besten über den Tag verteilt mit viel Flüssigkeit verzehren.

**Zutaten:** Korallencalcium, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Calciumascorbat, Zinkglukonat, Eisen-II-glukonat, Füllstoff: Cellulosepulver,  $\beta$ -Carotin, d alpha-Tocopherylacetat, Nicotinamid, Heidelbeer-Extrakt, Lycopin, Calciumpantothenat, Coenzym Q10, Natriumselenit, Pyridoxinhydrochlorid, Lutein, Natriummolybdat, Thiaminmononitrat, Chrom-III-chlorid, Mangan-II-sulfat, Riboflavin, Kupfercitrat, Cholecalciferol, Vitamin K1, Folsäure, Hydroxycobalamin, Kaliumjodid, D-Biotin.

## Inhaltsstoffe:

	pro Tagesdosis 2 Kapseln	% TB*		pro Tagesdosis 2 Kapseln	% TB*
<b>Vitamine:</b>			<b>Mineralstoffe &amp; Spurenelemente:</b>		
Vitamin C	120 mg	150	Calcium	240 mg	30
Niacin	32 mg	200	Magnesium	120 mg	40
Vitamin E	18 mg	150	Zink	7,5 mg	75
Pantothensäure	12 mg	200	Eisen	7 mg	50
Vitamin B6	4,2 mg	300	Mangan	1 mg	50
Vitamin B1	3,3 mg	300	Kupfer	1 mg	100
Vitamin B2	2,8 mg	200	Jod I00	$\mu$ g	66
Folsäure	600 $\mu$ g	300	Selen	55 $\mu$ g	100
Biotin	100 $\mu$ g	200	Molybdän	50 $\mu$ g	100
Vitamin K1	75 $\mu$ g	100	Chrom	40 $\mu$ g	100
Vitamin B12	5 $\mu$ g	200			
Vitamin D3	5 $\mu$ g	100			

\* % des empfohlenen Tagesbedarfs nach neuer Nährwert-Kennzeichnungs-Richtlinie 2008/100/EG

## Pflanzenstoffe:

Heidelbeerextrakt	20 mg	**
Coenzym Q10	10 mg	**
$\beta$ -Carotin	2,4 mg	**
Lutein	1 mg	**
Lykopin	1 mg	**

\*\* Keine Empfehlung der EU vorhanden

100% vegetarisch.  
Ohne Gluten, ohne Laktose.  
Für Diabetiker geeignet.



## nutribene daily basis

empfohlen von  
Sasha Walleczek

**60 Kapseln**  
EUR 24,90



# nutribene

## Mehr Info:

Hotline **0820 820 766**

[info@nutribene.at](mailto:info@nutribene.at)

