

**Программа Коррекции
Веса НСП –
эффективность и
советы по продвижению**



Содержание



- НСП: новый подход к коррекции веса
- Секрет эффективности Программы Коррекции Веса от НСП
- Чем это может быть интересно потребителям?

Основные принципы Программы Коррекции Веса

Программа Коррекции Веса стала результатом сотрудничества компании НСП с американским специалистом в Области нутрициологии, доктором-диетологом Стейси Белл.

Разработанная на основе новейших научных исследований, эта программа способствует привитию привычек к здоровому питанию человека, обеспечивает плавное и стабильное снижение веса и устойчивые результаты надолго. Она основывается на трех составляющих:



Она

Основные принципы Программы Коррекции Веса

▣ ПРОДУКТЫ НСП ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ВЕСА

Эффективный комплекс продуктов, который поможет Вам достичь нормального веса и поддерживать его в дальнейшем.

▣ ПЛАН ПИТАНИЯ ESSENTIAL FOODS / ЖИЗНЕННО ВАЖНЫЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

Несложный ежедневный план питания, который обеспечит Ваш рацион всеми необходимыми питательными веществами и позволит избежать чувства голода.

▣ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

60 минут интенсивной физической нагрузки в день способны открыть для Вас мир новых возможностей



Продукты НСП/ СмартМил

Исследования показали, что замена приема пищи белковым коктейлем очень эффективна в программах снижения веса.

Начните свой день со здорового завтрака с коктейлем СмартМил.

Этот уникальный продукт

- ✓ содержит набор из 24 жизненно важных витаминов, минералов и органических кислот
- ✓ является богатым источником белка
- ✓ содержит меньше калорий, чем в обычной еде
- ✓ поможет поддержать мышечную массу



Наслаждайтесь здоровым и сбалансированным питанием с этим великолепным коктейлем!

Продукты НСП

▣ *Карбо Грэбберс*

Этот продукт поможет Вам сократить количество калорий, потребляемых с пищей, богатой углеводами. Карбо Грэбберс содержит экстракт фасоли обыкновенной, который способствует замедлению поглощения диетических углеводов и снижению накопления жира в жировых клетках.

▣ *Комплекс с Гарцинией*

Отдохните от чувства голода с эффективной формулой Комплекса с Гарцинией. Она притупляет чувство голода между приемами пищи, помогая Вам избегать ненужных перекусов и сокращать количество калорий в течение дня.

▣ *Фэт Грабберс*

Способствует уменьшению усвоения жиров, благодаря связыванию их и выведению из кишечника до того, как они успеют усвоиться организмом. В состав Фэт Грабберс входят шелуха семян подорожника, гуаровая камедь, лецитин и звездчатка, которые эффективно помогают в работе над коррекцией веса и улучшают Ваше самочувствие.



Продукты НСП / Нейче Лакс

Очищайте организм от накопленных токсинов с Нейче Лакс. Этот уникальный растительный комплекс успешно и мягко справится с этой задачей благодаря специально подобранному набору трав, входящих в его состав.

Подберите комфортную и эффективную для Вас лично дозировку от 1 до 3 капсул в день.



План питания Essential Foods/ Жизненно важные продукты питания

2 - 1 - 3 - 2 - 5+

Молочные продукты
2 порции



Фрукты
1 порция



Протеины
(мясо, морепродукты, птица, бобовые)
3 порции



Цельнозерновые продукты
2 порции



Овощи
5+ порций



Н.В. 1 порция коктейля СмартМил с молоком =

- ✓ Одна порция молочных продуктов+
- ✓ Одна порция протеинов+
- ✓ Одна порция овощей+
- ✓ Одна порция цельнозерновых продуктов

Примеры меню

Пример меню 1

- Завтрак: СмартМил
с молоком, банан 357
- Перекус* 50
- Обед: курица, овощи 242
- Перекус* 24
- Ужин: говядина, рис,
овоци, йогурт 705

Итого: 1 378 Ккал

Пример меню 2

- Завтрак: СмартМил
с молоком, персик 320
- Перекус* 14
- Обед: лосось, овощи 231
- Перекус* 16
- Ужин: свинина, кускус,
овоци, кефир 667

Итого: 1 248 Ккал

* Все перекусы -
овоци



План питания Essential Foods

Преимущества

- ▣ Создает дефицит в 500-600 килокалорий в день
- ▣ Разнообразное и полноценное питание
- ▣ Отсутствует чувство голода
- ▣ Легко контролировать (не нужно считать калории и вес продуктов)
- ▣ Создает устойчивую привычку к питанию (режим питания)



Физическая активность

60 минут в день интенсивной физической нагрузки – это всего **4%** от Ваших суток! Упражнения улучшат Ваше настроение, помогут Вам почувствовать себя энергичнее и более эффективно снижать вес.

Не обязательно прилагать гигантские усилия. Просто выберете то, что Вам больше нравится:

- Езда на велосипеде
- Танцы
- Йога
- Плавание
- Аэробика
- Спортивные игры
- Работа в саду
- Бег трусцой
- Быстрая ходьба



Почему это работает?

Безусловно, чудес не бывает, и не существует волшебной пилюли, проглотив которую без лишних усилий можно избавиться от бремени лишних килограммов. Для того, чтобы похудеть необходимо **менять свои привычки** как в питании, так и в отношении здоровых и регулярных физических нагрузок.



Почему это работает?

Наша программа построена по принципу **целостного подхода** и дает Вам все необходимое, для того, чтобы изменить свои привычки максимально комфортно:

- Продукты НСП
- Комфортный режим питания
- Инструменты для работы и контроля

Личный кабинет

Персональный ID
Пароль

забыли пароль? регистрация **ВОЙТИ**

Каталог

- БАД
- Программа Коррекции Веса
- Косметика Vremani
- Косметика Natia
- Косметика Tropical Mists
- Литература
- Сувенирная продукция
- Лечебная косметика
- Средства гигиены

Новости

Программа Коррекции Веса

ПРОГРАММА КОРРЕКЦИИ ВЕСА NSP «Weight Management»

По данным статистики на сегодняшний день каждый второй житель Действительно, многие люди хотят избавиться от лишнего веса и

Компания NSP объединила свои усилия с доктором Стейси Белл и специалистом в области питания, для разработки программы снижения веса. Она работала на опросам более 100 научных статей по идеальным продуктам для того, чтобы разработать диету **Essential Foods** /жизненно важная

Результатом совместной работы доктора Стейси Белл и сотрудников NSP является удивительный комплекс для коррекции веса, который разработан для здорового питания. Для удобства своих клиентов NSP разработала специальные наборы для коррекции веса, включающие продукты NSP, но и брошюру, в которой Вы найдете всю информацию о Программе Коррекции Веса. В подарок к этому набору Вы также получите набор продуктов NSP, но и брошюру, в которой Вы найдете всю информацию о Программе Коррекции Веса. В подарок к этому набору Вы также получите набор продуктов NSP, но и брошюру, в которой Вы найдете всю информацию о Программе Коррекции Веса. В подарок к этому набору Вы также получите набор продуктов NSP, но и брошюру, в которой Вы найдете всю информацию о Программе Коррекции Веса.

Мы рады за тех наших потребителей, которые пройдут Программу

Ваш гид по
**Программе
Коррекции
Веса**

NATURES SUNSHINE®

ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ПИТАНИЯ

ПЛАН ПИТАНИЯ ESSENTIAL FOODS ЛЕГКО СОБЛЮДАТЬ:
Придерживайтесь формулы 2-1-3-2-5 и отслеживайте все приемы пищи и продукты НСП. Пожалуйста с удовольствием и без чувства голода.

	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
Смарт Мил - 1 порция	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Комплекс БАД для коррекции веса - 2 порционных пакетика	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Найве Пас - только 1x в неделю месяца 1-3 капсулы	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Молочные продукты	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Фрукты	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Белки	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Цельнозерновые	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Овощи	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Исключенная физическая активность - не менее 30 минут	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Надеемся с _____ по _____
Вес в начале недели _____
Вес в конце недели _____

1 порция СмартМила с молоком заменяет:
1 порция молочных продуктов + 1 порция белков + 1 порция овощей + 1 порция цельнозерновых продуктов.

11

С программой НСП Вы можете это сделать!

В испытаниях программы приняли 43 партнера компании в Москве, Киеве и Минске.

За 3 месяца они получили потрясающие результаты!



С программой НСП Вы можете это сделать!

Результаты участников испытания за 3 месяца

Группа	Средняя потеря в весе	Максимал. Результат	Средняя потеря в объеме талии	Максимал. Результат
Москва (15 чел.)	6%	12,5 кг	8,3 см	26,5 см
Минск (8 чел.)	7%	14,9 кг	8,3 см	10 см
Киев (20 чел.)	8%	18,8 кг	15 см	24 см



Отзывы участников

- ▣ Я чувствую себя полной энергии, мне легче двигаться, и у меня отличное настроение!
- ▣ Я смог уменьшить размер своих порций.
- ▣ Я не испытывала чувства голода.
- ▣ Я получила отличный результат, и мой супруг решил также пройти программу.
- ▣ Программу очень легко соблюдать, легко контролировать результаты, составлять план питания на день и не надо считать калории.
- ▣ За три месяца у меня изменились привычки в питании, теперь я питаюсь правильно и веду здоровый образ жизни.
- ▣ Продукты НСП – отличные, очень помогли. СмартМил – *очень* вкусный и питательный коктейль
- ▣ Ушел лишний вес, а взамен получила здоровье!



90-дневная программа

	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
СмартМил: 1 порция	0	0	0	0	0	0	0
Комплекс с Гарцинией, Карбо Грэбберс, Фэт Грабберс – по 2 капсулы каждой БАД	00	00	00	00	00	00	00
Нейче Лакс (только 1я неделя месяца): 1-3 кап.	000	000	000	000	000	000	000
Протеины	000	000	000	000	000	000	000
Фрукты	0	0	0	0	0	0	0
Цельнозерновые	00	00	00	00	00	00	00
Молочные продукты	00	00	00	00	00	00	00
Овощи	00	00	00	00	00	00	00
	00	00	00	00	00	00	00
	00	00	00	00	00	00	00
Физическая активность							



Работаем в группах

Мы протестировали различные подходы:

- **индивидуальное** общение со своим врачом
- **групповые** встречи

Работа в группах очень эффективна:

- Возможность делиться своими результатами и опытом
- Чувство соревновательности: «я не должен быть хуже, чем другие»
- Поддержка друг друга: «я не один с этой проблемой»



Заключение

Наступило время

заботиться о своем питании как никогда раньше
ощущать легкость и бодрость
выглядеть здоровым
жить каждый день с радостью!

Объедините простоту подхода к здоровому питанию
с силой самых лучших продуктов для здоровья от
Nature's Sunshine и будьте здоровы!

И не забудьте: Если Вы уже на пути к успеху,
делитесь своими знаниями и опытом с другими!