

LIFTEA JOURNAL

podzim 2022 / www.liftea.cz

KRÁSNÝ PODZIM VE ZDRAVÍ, DOBRÉ NÁLADĚ I KONDICI

Podzim může být úžasným magickým obdobím naplněným klidem, tvořivostí, fantazií a péčí o sebe. Je dobou, kdy jsme více doma, staráme se o svoje domácí prostředí a trávíme čas se svými blízkými. S partnerem posedíme u svíček, dětem vyprávíme pohádky, vzpomínáme na staré zážitky z dětství. Můžeme oprášit deskové hry anebo si po vzoru prababiček vyzkoušet černou hodinku. Zní to více než idylicky, ale proto, abychom strávili podzim na pohodové vlně, je třeba se na něj připravit. Pro mnohé z nás bývají poslední měsíce roku spíše zátěžové, ať už na rovině psychické, nebo v úrovni fyzického zdraví. Proto jsme tento Liftea žurnál věnovali především tomu, jak tělo i duši podpořit, ať už pomocí vhodných doplňků stravy, kosmetiky anebo péčí o mentální kondici.

Každé roční období, stejně tak, jako každé období života, má svůj půvab a své typické projevy. I podzim nám přináší mnoho darů. Stačí jim jenom věnovat pozornost. Začtete se do našeho Liftea žurnálu a věříme, že také díky němu (znovu) objevíte kouzlo podzimu.

Váš Tým LIFTEA



CÍTIT SE DOBRĚ A UDĚLAT TO PO SVÉM PODZIMNÍ LÁZNĚ PRO TĚLO I DUŠI

Krátčí se dny, méně sluníčka, chladnější počasí. Co dělat v poslední třetině roku, když jde dolů vaše energie, fyzická vitalita i nálada?

Každý jsme jiný, takže univerzální rada na to, jak oživit svůj pocit „wellbeing“, neexistuje. Naopak. Zaručené tipy, jak se změnit, posunout, cítit se líp, bývají zdrojem stresu, a to obzvláště tehdy, když „zaručený návod na štěstí“ poctivě aplikujeme a nic se nemění. Možná se nabízí otázka, jestli všechny ty motivační články, knihy, kurzy a doporučení ohledně duševního a fyzického zdraví fungují? Nebojte se, nemusíte propadat panice, že jste s nimi jenom marnili čas. Tipy pro dobré zdraví a psychickou pohodu mohou být nápomocné, jen je třeba je vzít za ten správný konec, nebo spíš začátek.

Prvním krokem k tomu, abyste se dostali z podzimního splínu, je zastavit se a strávit trochu času jenom se sebou. Uvědomit si, co cítíte a co potřebujete, abyste na tom byli alespoň o fous líp. A pak se možná ukáže, že zaběhnout podzimní maraton, zapsat se do tří jazykových škol, nebo začít sebezpznávací či meditační kurz, není pro vás to pravé. Pro někoho jiného tohle může fungovat perfektně, ale zrovna vy se třeba potřebujete zabalit do deky, dát si kakao a koukat na romantický film.

Při péči o tělo a duši začínáte vždycky u sebe. Zkuste být také v souladu s přírodními rytmy

a s tím, jak jsou s nimi propojené vaše orgány. Podzim je obdobím, které je vhodné pro detoxikaci. Věděli jste, že pocity hněvu, frustrací a smutku souvisí s játry? Možná se zbytečně nutilíte do pozitivního myšlení, když negativní emoce sídlí ve vašem těle. Vyladte svůj emoční kompas a dopřejte játrům očistnou kúru. Vyberte si čaj nebo doplněk stravy a projevte sami sobě laskavou péči tím, že ho budete pravidelně užívat.

Podobný přístup volte i ke klasickým radám, jako je zdravá strava, pobyt na čerstvém vzduchu nebo cvičení. Když se necítíte dobře, dodržováním jakýchkoliv pravidel na sebe kladete další nároky a to ke zlepšení nálady a vitality nevede. Zpříjemněte si domácí prostředí a dopřejte si pravidelnou relaxaci ve vaší koupelně. 15 minut v uvolňující solné lázni každý večer dokáže udelat s podzimními chmurami hotové zázraky.



Liftea Metabolik
sirup, 250 ml

Liftea Metabolik & Kneipp
Koupelová sůl s výtažky
z meduňky. Detoxikaci
těla propojte s uvolněním
mysli a hlubokou relaxací.



Kneipp Sůl do koupele
Meduňka - Dokonalý
odpočinek, 500 g

BIOKAP – VRAŤTE VLASY ZPĚT DO KONDICE...!

Léto je za námi, ale vaše vlasy stále neposlouchají? Jsou suché, rozlítané, bez barvy a lesku nebo se jim třepí konečky?



Jestli rádi řešíte úpravu vlasů doma, seznámte se se značkou BIOKAP od italského výrobce BIOS LINE. Barvy na vlasy se v italštině jmenují DELICATO, což napovídá, že se jedná o barvy mimořádně šetrné. Není v nich amoniak, resorcin, parabeny a para-fenylendiamin (PPD). Jsou testované na obsah niklu a obsahují 92 % přírodních surovin. Přitom se jedná o barvy permanentní, které plně překryjí i šediny. Výrobce si zakládá na tom, že odstíny jsou přirozené, tudíž platinovou blond u této značky nehleďte. I tak je ale paleta barev široká a zahrnuje i šetrné zsvětlovače. Pro ženy, které bojují s časem, je tu řada RAPID. Šetrně nabarví vlasy už za 10 minut. Ano, čtete správně. Barvy RAPID mají vysoký podíl barevných pigmentů, a tak jim stačí na probarvení kratší čas.

ŠETRNOST, RYCHLOST, ELEGANCE. ZAMILUJTE SI BIOKAP.

Obnova barvy je pouze jeden krok ke krásným vlasům. Pokud stojíte o trvalé výsledky, podpořte vlasy komplexní přírodní péčí. Delikátní šampony BELEZZA (v italštině krásna) jsou v bio kvalitě a jsou vhodné pro různé typy a potřeby vlasů. Pro suché vlasy doporučujeme ultra jemný šampon s obilnými výtažky, mandlovým olejem a fyto komplexem ze zelených ořechů. Aby byl návrat refresh vašich vlasů opravdu dokonalý, použijte kondicionér. „Neposlušným“ vlasům svědčí ultra obnovující kondicionér s aloe vera, fyto komplexem ze zelených ořechů, pšeničnými proteiny, olejem z babassu ořechů a máslem z ořechů murumuru. Vlasy vyhladí a vrátí jim tvárnost. Pro poškozené vlasy se hodí jako závěrečná péče obnovující olej na vlasy, který se neoplachuje. Postará se o zacelení konečků a celkové posílení vlasů.

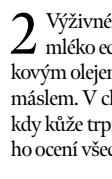
VYTVOŘTE SI PODZIMNÍ RITUÁLY

Dopřejte si lázeň s mořskou solí i péči o chodidla. Použijte přírodní tělové mléko ecowell. Skvěle se vstřebává, a tak můžete hned vklouznout do pyžama.



1 Kneippova mořská koupelová sůl s výtažky z eukalyptu uvolní dutiny při nachlazení, zrelaxuje tělo i mysl.

Kneipp Sůl do koupele Eukalyptus - Nachlazení, 500 g



2 Výživné a zvlhčující tělové mléko ecowell s meruňkovým olejem a bambuckým máslem. V chladném období, kdy kůže trpí nedostatkem vláhy, ho ocení všechny typy pokožky.



ecowell Výživné a zvlhčující tělové mléko, 200 ml



3 Alkmene bio krém na nohy. Antiseptický pečující krém s výtažkem z tea tree oleje. Osvěží a dezinfikuje chodidla uzavřená v teplých ponožkách a botách.

Alkmene Tea Tree Krém na nohy, 100 ml

Dochází vám energie?



Floradix Zelezo +, 250 ml

Doplněk stravy nenahrazuje pestrou a vyváženou stravu

Dejte sbohem únavě a vyčerpání a vsadte na náš letitý bestseller Floradix železo +! Účinná kombinace vitamínů B a železa v lahodném ovocném sirupu obnoví vaši energii a životní síly. Železo v sirupu se dobře vstřebává a navíc nezatežuje trávení.



Liftea Collagenova - Čokoláda

Doplněk stravy nenahrazuje pestrou a vyváženou stravu

MLADISTVÝ VZHLED A KRÁSA VAŠÍ PLETI VYCHÁZÍ ZE VNITŘ

Anti-age krémy, séra či pleťové masky nezabírají? Anebo je jejich efekt jenom částečný? Nezoufejte. Kosmetické přípravky jste si zřejmě vybrali správně, ale zapomněli jste péči o pleť podpořit zevnitř. Kromě pleťové kosmetiky potřebujete také účinnou nutriko kosmetiku. Podpoří tvorbu kolagenu, vaši pleť vyživí a hydratuje v jejích nejhlubších strukturách. Naordinujte si Liftea Collagenova, pitnou kúru s lahodnou chutí čokolády. Obsahuje vysoké množství patentovaného hydrolyzovaného kolagenu Peptan® a kyseliny hyaluronové ExceptionHYAL®.

LAHODNÝ KOKTEJL PRO KRÁSNOU PLEŤ, ZDRAVÉ VLASY A NEHTY.

VLASOVÉ BARVY Z PŘÍRODY

Užijte si zdravé a zářivé vlasy v barvách podzimu. 100% přírodní značka Cultivator's vlasy nejen krásně nabarví, ale také posílí a revitalizuje. Barvení probíhá pomocí rostlinných pigmentů, které vlas (na rozdíl od běžných barev) neotvívají, nýbrž obalují. Barvy jsou bez syntetických látek, certifikovaný organický produkt, šetrný k životnímu prostředí.



Cultivator 100% přírodní barva na vlasy 7 - Hnědá, 4 sáčky barvicí směsí, 4 x 25 g

TIPY NA DÁRKY



Vandini Nutri Krém na ruce - Pivoňky květ & Arganový olej



Kneipp Krém na ruce - mandlové květy, 75 ml



Alkmene Bio Krém na ruce - Oliva, 75 ml



ecowell Diamond Ochranný revitalizační krém na ruce a nehty, 100 ml

Nakupujete vánoční dárky rádi s předstihem? Nebo vás zastihla smrtť oslav? 100% přírodní krémy na ruce vždy potěší. Pokožku jemně ošetří, krásně voní a v dárkovém balíčku i hezky vypadají.

9x účinnější VITAMIN C

Podpora imunity je v podzimním a zimním období nejdůležitější. I proto je dobré pravidelně užívat vitamín C. Jak ale vybrat ten správný a opravdu účinný? Orientujte se podle toho, zda se jedná o vitamín C běžný, nebo lipozomální.

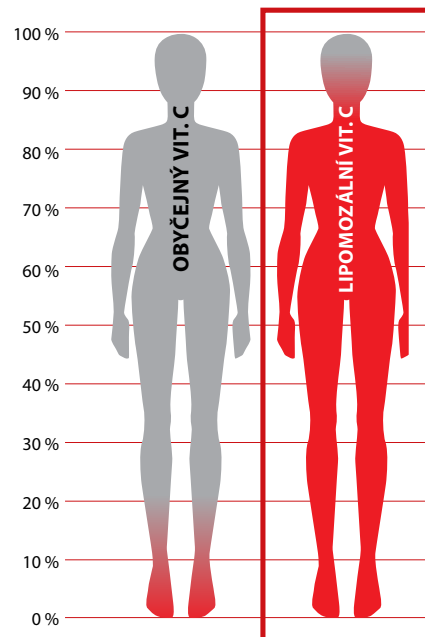
Lipozomální vitamíny přinášejí revoluční možnosti z hlediska využití účinných látek. Zatímco u běžného vitamínu tělo vstřebává a využije 5 – 10 %, u vitamínů lipozomálních je to 90 %. Ptáte se, jak je to možné? Lipozomální vitamíny jsou obalené do miniaturních nanočástek tuků, tzv. lipozomů lecitu. Lipozom obalí vitamín a významně tak zvýší jeho vstřebatelnost. Lecitin obsažený v lipozomech přispívá ke správné funkci jater a podporuje cévní látkovou výměnu.



Doplnek stravy nenahrazuje pestrou a vyváženou stravu

Běžné vitamíny vašim tělem z největší části projdou bez efektu. Lipozomální vitamíny neputují k látkové přeměně do jater, ale do těla se vstřebávají přímo, prostřednictvím lymfatického systému a krevního řečiště. A to je důvod, proč jejich využitelnost dosahuje maxima a je přibližně 9x větší než u vitamínů, které lipozomální technologii nevyužívají.

Pokud nechcete zbytečně investovat do přípravků, jejichž největší část z vašeho těla stejně odejde, vyberte si vitamíny lipozomální.



Srovnání účinnosti u běžného a lipozomálního vitamínu C. Zatímco u běžného vitamínu vaše tělo vstřebává a využije maximálně 10 %, u vitamínů lipozomálních je to 90 %. Lipozomální vitamín C je tedy přibližně 9x účinnější.



Ecowell Ultra zvlhčující bio krém na obličej, 50 ml

KOMBINACE VITAMÍNU E A VYBRANÝCH ORGANICKÝCH OLEJŮ HYDRATUJE PLEŤ A CHRÁNÍ JI PROTI VNĚJŠÍM VLIVŮM.

DETOXIKAČNÍ SÍLA KURKUMY

Kurkuma je chuťově výrazné koření, které je součástí mnohých pokrmů. Známá je také díky silné účinné látce, kurkuminu. Kurkumin čistí játra a podporuje jejich správné fungování. Je tedy výbornou přírodní možností pro podzimní či jarní očistnou kúru. Protože v jídle přirozeně nepřijmeme tolik kurkuminu, aby se jeho účinek mohl projevit, pořiďte si doplňky stravy, které ho obsahují v koncentrované podobě.



Liftea Kurkumin, balení 30 tobolek

Vyzkoušejte náš podzimní tip – Liftea kurkumin.

OČISTA TĚLA SILOU BYLINEK

Rostlinné tonikum německé firmy Salus – Haus, s tradicí od roku 1916, je určeno pro jemnou a účinnou očistu organismu.



Salus Freetox, 250 ml

Salus Bylinné tonikum Freetox využívá sílu rostlin a léčivých bylinek, jako například ječmen, březové listy, květy ibišku, listy kopřivy, fenýkl, tymián nebo zlatobýl. Odměnou za třítydenní očistnou kúru bude příjemný restart fyzické vitality.

Liftea pro játra a ledviny

Extrakty tří synergicky sladěných rostlin v jedné tobolce.

Liftea Pro játra a ledviny propojuje účinky kopřivy, ostropestřce a smetanky lékařské. V této kombinaci podporují normální trávení, především činnost ledvin a jater.



Liftea Pro játra a ledviny, balení 30 tobolek
Doplnek stravy nenahrazuje pestrou a vyváženou stravu

PŘÍRODNÍ POMOC PŘI RÝMĚ, KAŠLI A NACHLAZENÍ

Značka Otosan je už 30 let synonymem pro podporu zdraví z přírody. Výrobní procesy jsou v souladu s trvale udržitelným způsobem výroby, většina rostlinných surovin je v bio kvalitě.

OTOSAN®



Otosan Ušní sprej s bio extrakty, 50 ml



Otosan Nosní sprej s bio esenciálními oleji, 30 ml



Otosan Nosní sprej Baby 1+, 20 ml



Otosan Sprej do krku forte, 30 ml

Přírodní lékárna LIFTEA

Přírodní přípravky pro náš e-shop vyrábíme a vybíráme na základě porozumění přírodě. Stále se učíme poznávat schopnosti rostlin a léčivých bylinek. A děláme to s láskou a nadšením, pro radost a zdraví.

Dýně



obsahuje spoustu minerálů a vitamínů, zejména A, B, C a E. Posiluje imunitní systém, podporuje správnou funkci slinivky, snižuje hladinu tuků v krvi. Výborná je pro zdraví močových cest.

Hloh



je úžasným přírodním darem pro naše srdce. Působí pomalu, ale je velmi účinný. Podporuje a posiluje srdeční sval, cévy a krevní oběh.

Kurkumin



Podzimní očistu jater si už nedovedeme představit jinak, než s kurkumou. Kurkuma navíc podporuje schopnost těla strávit tuky a napomáhá přirozené regeneraci jaterních buněk.

Růže damascéská



je jednou z nejstarších růží na světě. Z jejích lístků se destilací získává růžový olej, který je po celém světě známý jako elixír mládí a krásy.

Růže šípková



Květy růže šípkové mají protizánětlivý účinek. V podobě kosmetických destilátů zklidňují a hydratují pleť, dodávají jí vitalitu a udrží ji v dobré kondici.

Lichořeřišnice



je vynikajícím zdrojem vitamínu C. Pozitivně působí na imunitu, má silné antibakteriální účinky a podporuje zdraví močových cest.

PEČUJTE O ZDRAVÍ MOČOVÝCH CEST



Liftea Dýně a lichořeřišnice,
balení 30 tobolek

Doplňek stravy nenahrazuje pestrou
a vyváženou stravu

Chladno močovým cestám nesvědčí. I proto dokážou potrápit ve studeném a vlhkém období roku. Nemusíte se zříkat podzimních vycházek nebo pouštění draka s dětmi na svěžím povětří. Pohyb na čerstvém vzduchu prospívá zdraví v jakémkoliv počasí. Důležité je vybrat si oblečení, které prochlazení zabrání a také to, abyste měli po ruce vhodnou pomoc, když už o sobě močové cesty dají vědět. My v Liftea rádi používáme podpůrné přípravky z přírody. Kombinace extraktu ze semen štyrské dýně, lichořeřišnice, lecitinu a inulinu z kořene čekanky podporuje správnou funkci močových cest a prostaty. Na našem e-shopu ji najdete v prověřeném doplňku stravy, Liftea Dýně a lichořeřišnice. Značka Liftea využívá tradiční znalosti síly rostlin a léčivých bylinek. Přírodní přípravky pro podporu zdraví však vyvíjíme tak, aby byly uživatelsky pohodlné i ve věku moderního života. Proto namísto čajů či rostlinných výluhů, jejichž příprava bývá časově náročnější a také nejsou dobře přenosné, volíme formu uživatelsky pohodlných tobolek. Balíček s tobočkami pohodlně schováte v kabelce nebo v příruční tašce a můžete ho nosit kdykoliv při sobě, bez obav, že si váš doplněk stravy zapomenete vzít. Pečovat o zdraví se vyplatí, nejen pro krásný podzim v dobré kondici.

Dopřejte pleti správnou sezónní péči

Podzim a počátek zimy má specifický vliv na stav pokožky. Pleť, zejména na obličeji, která je vystavena vnějším vlivům, bývá křehká, vysouší se, nebo se objevuje sklon k podráždění. Větrné a sychravé počasí obvykle irituje i oči. Vybavte se proto 100% přírodními přípravky, které nedráždí a nezatěžují pokožku. Pohodlí vaší pleti prospěje kvalitní čištění, bambucké máslo a jemný oční krém.



Ecowell Revitalizující
bio oční krém, 15 ml



Ecowell Bio odlučovací mléko,
150 ml



Zoya Goes Pretty
Bambucké máslo
s růžovým olejem, 60 g



Zoya Goes Pretty Aqua Fluid
na obličej s růžovou vodou a
extrakty z mořských řas, 30 ml

ROZLUČTE SE S AKNÓZNÍ A PROBLEMATICKOU PLETÍ

Čištění je základ a pro pleť trpící akné to platí dvojnásob.



Hyfac Exfoliační čistící pěna pro aknézní pleť, 30 ml

Exfoliační pěna HYFAC, vyvinutá ve spolupráci s dermatology, šetrně a přitom důkladně vyčistí problematickou pokožku. Je lehká a vzdušná, a proto je příjemná i pro každodenní používání. Díky exfoliaci (odstraňování) zbaví povrch pleti neživých kožních buněk. Tím se zmenšují póry a snižuje riziko zánětu. Ovocné kyseliny pomáhají zabraňovat vzniku pupínků, eliminují černé tečky a udržují pleť čistou a zdravou. Pěna neobsahuje parabeny.

PLEŤ BEZ AKNÉ VE
TŘECH KROCÍCH
VYČISTI
OŠETŘI
UDRŽUJ
POUŽÍVEJ DERMO
KOSMETIKU
HYFAC!



8 594026 238810