

# Espresso Vitalis



## “SEI DEINE BLUE ZONE”

VON DORIS AITZETMÜLLER

Welche Faktoren ein langes Leben begünstigen können, zeigt sich an den **BLUE ZONES**. Das sind 5 erforschte Orte weltweit, an denen die Bewohner überdurchschnittlich alt werden. Schaut man sich an, wie die Menschen dort leben, lassen sich Gemeinsamkeiten feststellen - und Umstände beobachten, die für ein hohes Alter verantwortlich sein können.

Der Lebensstil in den **BLUE ZONES** deckt sich weitestgehend mit dem, was wir im Allgemeinen für gesund halten. Die Menschen

- essen frische, unverarbeitete Lebensmittel
- bewegen sich regelmäßig an der frischen Luft
- sind überwiegend zufrieden mit ihrem Leben (das zeigen Studien an über 100-Jährigen in Deutschland)
- bringen sich nach wie vor in die Gesellschaft ein und
- sehen einen Sinn in ihrem Dasein.

Wie sieht das bei dir aus? Ist das genau dein Lebensstil?

Wenn es für dich genauso erstrebenswert - wie für Gerald und mich ist - fit alt zu werden, lohnt es sich weiterzulesen. Fakt ist, dass die Ernährung ein Riesenbaustein, ein unvermeidbares Fundament dafür ist.

Das Gesundheitsprotokoll von ZINZINO ist ein Riesengeschenk, denn es deckt einfach ab, was uns in unserer modernen Ernährung fehlt und ist somit ein wesentlicher Beitrag dafür, **DEINE** eigene **BLUE ZONE** zu werden!

Ein schöner Gedanke, oder?

Und das schönste ist, dass es kein Gedanke bleiben muss, sondern, dass es auch **DEINE** Wirklichkeit werden kann!



## Gut zu wissen

DEIN Weg zu Gesundheit ist dein ganz **PERSÖNLICHER**.

Jedoch wahre Veränderung beginnt in deinen Zellen, im Darm und im Immunsystem.

Statt Versuch & Irrtum  
ab sofort testbasiert  
ins Gleichgewicht  
zu kommen,  
ist eine neue großartige  
**CHANCE!**



Was uns in der modernen Lebensmittelindustrie fehlt,

- Omega 3
- Polyphenole
- Ballaststoffe
- ausreichend Makro- Mikro- u. Phytonährstoffe
- 1,4/ 1,6 Beta-Glucane

deckt das ZINZINO Gesundheitsprotokoll "ALL IN ONE" ab!

### BALANCE-TEST

Ein Trockenbluttest, der 11 Fettsäuren im Blut misst und Aufschluss über die Omega 6:3 Balance gibt ("silent Inflammations" ja oder nein!)

### BALANCE OIL+ --> Omega 3, Polyphenole, Vitamin D 3

Eine Premium Ölmischung aus hochwertigem Fischöl, frühgeerntetem, extra nativem Olivenöl und Vitamin D3

### ZINOBIOTIC+ --> Ballaststoffe

Fördert mit seinen 8 natürlichen Ballaststoffen, die im Dickdarm zeitversetzt fermentiert werden, das Wachstum von uns dienenden "guten" Bakterien im Körper für eine bessere Darmgesundheit und Reduzierung der Blutzuckerspitzen.

### XTEND(+)-->Mikro-u. Phytonährstoffe, Beta-Glucane

Ein fortschrittliches Nahrungsergänzungsmittel zur Stärkung der Immunabwehr, Verbesserung der Knochen- u. Gelenkfunktion und Energiesteigerung.

### VIVA+

Ein Spa für den Geist, indem es Stimmung aufhellt, Stress abbaut und den gesunden Schlaf unterstützt.



Wir wünschen uns abschliessend, dass du uns nicht alles glaubst, unsere Behauptungen kritisch hinterfragst und selbst recherchierst. Fakt ist, dass die "silent inflammations" die häufigste Todesursache heutzutage weltweit sind. Also lohnt es sich, den Vorsorgegedanken, als deinen besten Freund an deine Seite zu nehmen!

Falls wir dich in diesem Sinne mit unseren nun 12 Ausgaben des ESPRESSO VITALIS ein Stück weit auf dem Weg zu besserer Gesundheit durch mehr Information unterstützen konnten, haben wir unser Ziel erreicht!

## Vorsorge ja bitte!

Wenn du  
HEUTE  
gut für deine Gesundheit  
sorgst,  
sparst du  
MORGEN  
Geld und Zeit für deine  
Krankheit.

Literaturquellen:

"The Blue Zones Kitchen", Dan Buettner  
"Out of Fire", Dr. Paul Clayton



Doris Aitzetmüller  
[www.von-herzen-doris.com](http://www.von-herzen-doris.com)

Gerald Fingerlos  
[www.fingerlos.at](http://www.fingerlos.at)

