



LIFE TEAM  
EUROPE

# Nieuwsbrief

MEI - JUNI 2020

## Vertrouw op je onderbuikgevoel!

In momenten van spanning en stress vertelt je buik je dit vaak feilloos. Dat onbestendige gevoel, de buikpijn van angst maar ook de vlinders in je buik, we kennen ze allemaal wel. Hoe komt het toch dat onze onderbuik dat zo goed aanvoelt?

Dat heeft vooral te maken met die andere naam die onze buik is toebedeeld. Hij heet namelijk ook ons 2e brein. In onze darmen zitten meer zenuwen dan in onze hersenen. Deze zenuwen staan in constante verbinding met de rest van ons lichaam en dus ook met onze hersenen.

En net als met alle (de rest van de) zenuwen kan informatie van beide kanten komen. Kortom ons hoofd en lichaam beïnvloeden onze darmen, maar onze darmen beïnvloeden ook net zo goed de rest van ons lichaam.

Dit is ook waarom het zo belangrijk is om goed voor onze darmen te zorgen. En dat doe je onder andere door voldoende water te drinken, genoeg vezels in je dieet te hebben en je intake van suikers te beperken. In onze darmen leven miljoenen essentiële darmbacteriën. Samen heten zij ons microbioom (in de volksmond darmflora). Dit microbioom zorgt ervoor dat ons voedsel goed verteerd wordt, maar nog veel belangrijker, ze zorgen ervoor dat er geen ziekmakende stoffen via de darmwand ons systeem inkomen. Daarom zijn deze bacteriën essentieel voor ons.

De meeste mensen weten wel dat een probiotica kan helpen om deze beschermlaag in evenwicht te houden. Maar welke heb je dan nodig en

waar moeten deze supplementen aan voldoen?

Het microbioom bestaat uit verschillende soorten bacteriën, daarom is het belangrijk om ook meerdere soorten bacteriën aan te vullen. Wanneer je er maar 1 aanvult blijft er een probleem in de balans. Doordat je deze bacteriën inneemt, moet ze de maag passeren, deze omgeving is heel zuur en zorgt ervoor dat levende organismen (zoals bacteriën) sterven. Dit is heel nuttig voor onze bescherming maar niet als we iets aan willen vullen.

Daarom is er goed nagedacht over de probiotica waar wij mee werken.

Het bevat 6 verschillende soorten probiotica en het bevat daarnaast een speciaal gepatenteerd biottract-systeem.

Dit systeem zorgt ervoor dat de bacteriën de maag wel levend kunnen passeren en hierdoor komt meer dan 80% levend aan in de darmen. Zonder dit systeem komt er normaal maar een 5% van de levende bacteriën in onze darmen. Dit is dus een aanzienlijke verbetering.

Nog iets wat deze probiotica onderscheid van de anderen is Wellmune. Dit is een toevoeging die je hele immuunsysteem een boost geeft.

Luister dus goed naar je onderbuikgevoel en zorg voor de juiste basis om je immuunsysteem op peil te houden!



**De darmen zijn de hersenen in onze buik.**

## Ooproep!

### Kennis is macht, Kennis delen is de Kracht!

"Health on a Different Level \* Gezondheid anders benaderd". In deze besloten facebookgroep leer je alles over het verminderen van oxidatieve stress en houden we je op de hoogte over de wetenschap van Nutrigenomica. Deze groep groeit met belangstellende leden en steeds meer mooie informatieve berichten.

Zou je je ervaring(en) met de producten willen delen en daarmee anderen in deze groep willen helpen?

Heb je (al) ervaring opgedaan met de 4 producten uit de Vitality Stack? We lezen graag jouw resultaat.

- Hoe word ik lid?  
[Klik op deze link](#).
- We willen jouw ervaring graag in deze groep delen.
- Beschrijf kort de naam van het product, hoe lang je het al gebruikt en wat je resultaat is en plaats het in de groep. [klik hier](#)



### Weet dat er beheerders zijn in deze groep die jouw ervaring plaatsen.

- Als je wilt, mag je ook je ervaring anoniem plaatsen. Zet dat er dan bij. Dan plaatsen de beheerders van de groep jouw bericht anoniem.
- Denk eraan: hoe meer ervaringen hoe beter!

## Ontdek de wetenschap achter onze producten!



Elke 2e maandag van de maand om 21:00u geeft orthomoleculaire therapeute **Mariëtte Boshuis**, online, vanuit haar expertise, informatie over de wetenschap achter onze producten. Elk Webinar behandelt zij een nieuw onderwerp.

Wil je je al registreren voor het "live" Webinar van 11 mei?  
**Aanmelden kan via [deze link](#).**

Alle thema's (opnames) kun je overigens terugvinden op ons **[YouTube kanaal Life Team Europe](#)**.

Wil jij meer weten over de waarde van een goede Probiotica?  
**Klik op onderstaande foto om een filmpje hierover te bekijken:**

