

## JUICE PLUS+ ESSENTIALS

## Capsules


SELECTIE VAN FRUIT – SELECTIE VAN GROENTEN – SELECTIE VAN BESSEN

HET BESTE ALTERNATIEF  
VOOR FRUIT EN GROENTEN!

## BELANGRIJKSTE FEITEN

- + Onze capsules leveren een unieke mix van 30 verschillende soorten fruit, groenten en bessen.
- + Ze worden gecombineerd met extra aanvullende plantaardige voedingsstoffen en vitamines tot een kwaliteitsvol uniek voedingssupplement.
- + Ondersteund door meer dan 35 gepubliceerde onderzoeken.
- + De natuurlijke, plantaardige, minimaal bewerkte ingrediënten werken in synergie om een reeks gezondheidsvoordelen te bieden.
- + Geschikt voor veganisten.
- + Glutenvrij.
- + Gemaakt zonder GGO-ingredienten.

## KWALITEITSSTANDAARDEN

- + Zorgvuldig geproduceerd voor maximale kwaliteit van de volwaardige voeding die de capsules leveren.
- +  De Juice Plus+ Premium Capsules zijn gecertificeerd met Informed Choice – de globale standaard in kwaliteitscontrole van sportvoeding.

## AANBEVOLEN GEBRUIK

- + Neem dagelijks, 2 fruitcapsules, 2 groentecapsules en 2 bessencapsules in, bij voorkeur tijdens de maaltijd met een glas water.



## SELECTIE VAN FRUIT

**Bevat:** Appel, sinaasappel, ananas, acerola-kers, perzik, mango, pruim, dadel, rode biet, veenbes en citrusfruit. Bevat vitamine A, C en E en foliumzuur.

## SELECTIE VAN GROENTEN

**Bevat:** Wortel, peterselie, broccoli, boerenkool, kool, tomaat, spinazie, knoflook en suikerbiet. Bevat vitamine A, C en E en foliumzuur.

## SELECTIE VAN BESSEN

**Bevat:** Bosbes, braam, framboos, druif, granaatappel, veenbes, blauwe bes, cacao, artisjok, gember, vlierbes en zwarte bes. Bevat vitamine C en E.

## HANDIG OM TE WETEN

- + Helpt de kloof te overbruggen tussen wat je dagelijks eet en wat je dagelijks zou moeten eten.
- + Geniet van Juice Plus+ capsules als onderdeel van een evenwichtig dieet en gezonde levensstijl.
- + Vitamine A, C en foliumzuur dragen bij aan een normale werking van het immuunsysteem.
- + Vitamine A draagt bij aan het behoud van een normale huid.
- + Vitamine C draagt bij aan de normale collageenvorming voor een normale werking van tandvlees, tanden en bloedvaten.
- + Vitamine C en E dragen bij aan bescherming van cellen tegen oxidatieve stress.



JUICE PLUS+

# Chewables

SELECTIE VAN FRUIT - SELECTIE VAN GROENTEN - SELECTIE VAN BESSEN

DE LEKKERE OPTIE VOOR HET HELE GEZIN!



## BELANGRIJKSTE FEITEN

- + Onze lekkere Soft Chewables leveren een unieke mix van 30 verschillende soorten fruit, groenten en bessen.
- + Ze worden gecombineerd met extra aanvullende vitamines tot een kwaliteitsvol uniek voedingssupplement.
- + Natuurlijke, plantaardige, minimaal bewerkte ingrediënten in een lekkere, kauwbare vorm.
- + Geschikt voor veganisten.
- + Glutenvrij.
- + Gemaakt zonder GGO-ingrediënten.
- + Geschikt voor kinderen en volwassenen.

## HANDIG OM TE WETEN

- + Helpt de kloof te overbruggen tussen wat je dagelijks eet en wat je dagelijks zou moeten eten.
- + Geniet van de Juice Plus+ Soft Chewables als onderdeel van je evenwichtige voeding en gezonde levensstijl.
- + Vitamine A en C dragen bij aan een normale werking van het immuunsysteem.
- + Vitamine A draagt bij aan het behoud van een normale huid.
- + Vitamine C draagt aan de normale collageenvorming voor normale werking van tandvlees, tanden en bloedvaten.
- + Vitamine C en E dragen bij aan bescherming van cellen tegen oxidatieve stress.

## SELECTIE VAN FRUIT

**Bevat:** Appel, acerola-kers, mango, sinaasappel, veenbes, ananas, citrusfruit, perzik, rode biet, dadel en pruim. Bevat vitamines A, C en E.

## SELECTIE VAN GROENTEN

**Bevat:** Wortel, peterselie, broccoli, boerenkool, kool, tomaat, spinazie, knoflook en suikerbiet. Bevat vitamines A, C en E.

## SELECTIE VAN BESSEN

**Bevat:** Bosbes, braam, framboos, druif, granaatappel, veenbes, blauwe bes, cacao, artisjok, gember, vlierbes en zwarte bes. Bevat vitamines C en E.

## KWALITEITSSTANDAARDEN

- + De Juice Plus+ Soft Chewables zijn gemaakt volgens de hoge kwaliteitsstandaarden die je van ons merk verwacht, met hetzelfde fruit, groenten- en bessenpoeder als in onze capsules.

## AANBEVOLEN GEBRUIK

- + **Voor kinderen jonger dan:**  
13 jaar: 2 fruit, 2 groente en 2 bessen Soft Chewables per dag.
- + **Ouder dan 13 jaar:**  
4 fruit, 4 groente en 4 bessen Soft Chewables per dag.



**JUICE PLUS+ ESSENTIALS**

# Selectie van Omega+

## WAT IS ER ZO SPECIAAL AAN JUICE PLUS+ ESSENTIALS SELECTIE VAN OMEGA+?

**BELANGRIJKSTE FEITEN**

- + Vegan en plantaardig
- + Minimaal verwerkte plantaardige oliën die omega 3, 7 en 9 leveren
- + De PLUS in Selectie van Omega+ komt van de toegevoegde zink, vitamine D en plantaardige voedingsstoffen
- + Geen kunstmatige kleurstoffen of bewaarmiddelen
- + Zorgvuldig verwerkt
- + Glutenvrij

**BIJKOMENDE INFORMATIE**

- + Juice Plus+ Essentials Selectie van Omega+ voorziet in verschillende omega-vetzuren die afkomstig zijn van: algen, duindoornbessen en saffloerzaadolie.
- + Selectie van Omega+ voorziet in omega's PLUS vitamine D, zink, luteïne en lycopen als bijkomende voordelen.
- + Selectie van Omega+ is niet afkomstig van vis. Puur, vegan: we slaan de vis als tussenschakel over en gaan meteen naar de oorsprong.
- + De perfecte combinatie van natuur en innovatie. Met behulp van een innovatieve procedure worden de waardevolle oliën ingekapseld in een vegan capsule gemaakt uit tapiocazetmeel.
- + Deze unieke techniek van inkapselen stelt ons in staat om de capsules te vullen en te verzegelen zonder hitte waardoor de voedingsstoffen intact en de oliën langer vers blijven.

**AANBEVOLEN CONSUMPTIE**

- + Neem dagelijks twee capsules van Selectie van Omega+, bij voorkeur tijdens de maaltijd, met een glas water.

**GOED OM TE WETEN**

- + DHA en EPA dragen bij tot de normale werking van het hart\*
- + DHA draagt bij tot de instandhouding van een normaal gezichtsvermogen en de normale hersenfunctie\*\*
- + Vitamine D draagt bij tot de normale werking van het immuunsysteem, de instandhouding van een normale spierfunctie en het behoud van sterke botten en tanden.
- + Zink draagt bij tot een normale DNA-synthese, de instandhouding van een normale cognitieve functie, een normaal gezichtsvermogen, een normale proteïnesynthese en een normaal metabolisme van vetzuren, alsook tot het behoud van mooie haren, een mooie huid en nagels.
- + Luteïne is een plantaardige voedingsstof die uit goudsbloemen afkomstig is.
- + Lycopen is een plantaardige voedingsstof die uit tomaten afkomstig is en aanwezig is in ander fruit en groenten die rijk zijn aan carotenoïde.

**KWALITEITSNORMEN**

- + Selectie van Omega+ Capsules worden gemaakt volgens de hoge kwaliteitsnormen die je van ons merk verwacht. Om de goede kwaliteit van de voedingsstoffen te bewaren, worden de oliën zo weinig mogelijk verwerkt. Onze capsules worden zorgvuldig geproduceerd om de kwaliteit van de uit verse voedingsmiddelen afkomstige voedingsstoffen, te maximaliseren.



\* Het gunstig effect wordt bereikt bij een dagelijkse inname van 250 mg EPA en DHA.

\*\* Het gunstig effect wordt bereikt bij een dagelijkse inname van 250 mg DHA.

**COMPLETE BY JUICE PLUS+**


# Vanille Shake & Chocolade Shake

## EEN HEERLIJKE SHAKE VOOR EEN GEBALANCEERDE MAALTIJD

**BELANGRIJKSTE FEITEN**

- + Heerlijke, plantaardige voeding voor onderweg die perfect evenwichtig is om als volledige maaltijdvervanger te dienen.
- + Eén Complete Shake voorziet je lichaam van een mix van koolhydraten, eiwitten en vetten, evenals vezels, vitamines en mineralen.
- + Glutenvrij.
- + Kwaliteitsvolle plantaardige eiwitten.
- + Bron van vezels.
- + Het Complete Shake-poeder alleen is veganistisch\*.
- + Gemaakt zonder GGO-ingrediënten.
- + Geniet van Complete Shakes als onderdeel van een gezond dieet en een evenwichtige levensstijl.

**KWALITEITSSTANDAARDEN**

- + De Complete Shakes by Juice Plus+ zijn gemaakt volgens de hoge kwaliteitsstandaarden die je van ons merk verwacht.
- +  Complete Shakes by Juice Plus+ zijn gecertificeerd met Informed Choice – de globale standaard in kwaliteitscontrole van sportvoeding.

**VOORBEREIDING**

- + Meng één schepje poeder of een zakje toe zorgvuldig met 250 ml magere melk.

**HANDIG OM TE WETEN**

- + Eén hoofdmaaltijd per dag vervangen door dit product als onderdeel van een caloriegecontroleerd dieet helpt je je gewicht te behouden na gewichtsverlies.
- + Twee hoofdmaaltijden per dag vervangen door dit product als onderdeel van een caloriearm dieet draagt bij aan gewichtsverlies.

**COMPLETE BY JUICE PLUS**


# Multivuchtenreep En Chocoladereep

**EEN HEERLIJKE BAR VOOR EEN EVENWICHTIGE  
MAALTIJD ONDERWEG**

**BELANGRIJKSTE FEITEN**

- + Heerlijke, plantaardige voeding voor onderweg die perfect evenwichtig is als volledige maaltijdvervanger.
- + Eén reep voorziet je lichaam van een mix van koolhydraten, eiwitten en vetten, evenals vezels, vitamines en mineralen.
- + Glutenvrij.
- + Kwaliteitsvolle plantaardige eiwitten.
- + Vezelrijk.
- + Geschikt voor vegetariërs.
- + Gemaakt zonder GGO-ingredienten.
- + Geniet van Complete repen als onderdeel van een gezond dieet en een evenwichtige levensstijl.

**KWALITEITSSTANDAARDEN**

- + De Complete by Juice Plus+ Bars zijn gemaakt volgens de hoge kwaliteitsstandaarden die je van ons merk verwacht.
- +  Complete by Juice Plus+ Bars zijn gecertificeerd met Informed Choice – wereldwijd standaard in kwaliteitscontrole van sportvoeding.

**MULTIVRUCHTENREEP:**

Unieke fruitmix met cranberry, rozijn, goji-bes, mango, aardbei en dadel, gecombineerd met lijnzaad en pinda's.

**CHOCOLADEREEP:**

Een heerlijke mix van veenbes, lijnzaad, rozijnen en cacao op een dunne laag chocolade voor een unieke en superchocolade-smaak. Geschikt voor veganisten.

**AANBEVOLEN GEBRUIK**

- + Vervang maximaal 2 maaltijden per dag door 1 reep bij elke maaltijd.

**HANDIG OM TE WETEN**

- + Eén hoofdmaaltijd per dag vervangen door dit product als onderdeel van een caloriegecontroleerd dieet helpt je je gewicht te behouden na gewichtsverlies.
- + Twee hoofdmaaltijden per dag vervangen door dit product als onderdeel van een caloriearm dieet draagt bij aan gewichtsverlies.





**COMPLETE BY JUICE PLUS**

# Groentesoep

**DE ULTIEME SOEP VOOR JOUW WELZIJN****BELANGRIJKSTE FEITEN**

- + Heerlijke, plantaardige voeding voor onderweg die perfect evenwichtig is als volledige maaltijdvervanger.
- + De Complete Soep voorziet je lichaam van een mix van koolhydraten, eiwitten en vetten, evenals vezels, vitamines en mineralen.
- + Glutenvrij.
- + Kwaliteitsvolle plantaardige eiwitten.
- + Bron van vezels.
- + Vetarm.
- + Het Complete soepoeder alleen is veganistisch\*.
- + Gemaakt zonder GGO-ingredienten.
- + Geniet van Complete Soep als onderdeel van een gezond dieet en een evenwichtige levensstijl.

**KWALITEITSSTANDAARDEN**

- + De Complete by Juice Plus+ Groentesoep is gemaakt volgens de hoge kwaliteitsstandaarden die je van ons merk verwacht.
- +  De Complete by Juice Plus+ Groentesoep is gecertificeerd met Informed Choice – de globale standaard in kwaliteitscontrole van sportvoeding.

**VOORBEREIDING**

- + Verwarm 300 ml magere melk (0,1% vet) in een pan.
- + Voeg de inhoud van een zakje groentesoepoeder toe en roer goed.
- + Laat ongeveer 1 minuut staan voordat je gaat eten.

**AANBEVOLEN GEBRUIK**

- + Vervang maximaal, 2 maaltijden per dag door 1 portie, Complete Groentesoep.

**HANDIG OM TE WETEN**

- + Eén hoofdmaaltijd per dag vervangen door dit product als onderdeel van een caloriegecontroleerd dieet helpt je je gewicht te behouden na gewichtsverlies.
- + Twee hoofdmaaltijden per dag vervangen door dit product als onderdeel van een caloriearm dieet draagt bij aan gewichtsverlies.



**JUICE PLUS+****Uplift****LIFT JE LEVEN MET UPLIFT BY JUICE PLUS+****BELANGRIJKSTE FEITEN**

- + Uplift by Juice Plus+ is een unieke mix van natuurlijke, functionele ingrediënten die je de hele dag door van energie voorzien.
- + Natuurlijke, plantaardige minimaal bewerkte ingrediënten met heerlijke opbeurende smaken.
- + Bevat zure kers en rode biet – favoriete ingrediënten onder sportliefhebbers.
- + Voorziet het lichaam van essentiële vitamine B uit extracten van mango, guave en citroen.
- + 40 mg natuurlijke cafeïne per portie van yerba mate.
- + Laag suikergehalte – minder dan 2,5 g per portie.
- + Minder dan 30 calorieën per portie.
- + Geen kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen of conserveringsmiddelen.
- + Glutenvrij en lactosevrij.
- + Geschikt voor veganisten.
- + Gemaakt zonder GGO-ingrediënten.
- + Geniet van Uplift by Juice Plus+ als onderdeel van een gezond dieet en een evenwichtige levensstijl.

**KWALITEITSSTANDAARDEN**

- + Gemaakt met de zorg en aandacht die je van Juice Plus+ verwacht om dit unieke en kwaliteitsvolle product te leveren.

**VOORBEREIDING**

- + Mix een energy stick met 240 ml water.

**AANBEVOLEN GEBRUIK**

- + Een portie per dag.

**HANDIG OM TE WETEN**

- + Vitamines B2, B3, B5, B6 en B9 helpen vermoeidheid te verminderen.
- + Vitamine B5 draagt bij tot normale mentale prestaties.
- + Vitamines B1, B2, B3, B5 en B6 dragen bij tot een normaal energieleverend metabolisme.



**JUICE PLUS+**

# Control

## DE PERFECTE AANVULLING VAN HET COMPLETE ASSORTIMENT

**BELANGRIJKSTE FEITEN**

- + Geschikt voor veganisten.
- + Glutenvrij.
- + Geen kunstmatige zoet-, kleur- of smaakstoffen.
- + Zonder GMO-ingrediënten.
- + Voedingssupplement.
- + Extract van groene thee, haverolie en cafeïne.
- + Glucomannan, een voedingsvezel van de konjacwortel.

**KWALITEITSSTANDAARDEN**

- + Gemaakt met de zorg en aandacht die je van Juice Plus+ verwacht om dit unieke en kwaliteitsvolle product te leveren.

**VOORBEREIDING**

- + Roer de inhoud van een zakje door 1 of 2 glazen water en drink dit op.

**AANBEVOLEN GEBRUIK**

- + Innemen vóór de maaltijd, 3 keer per dag.

**HANDIG OM TE WETEN**

- + Juice Plus+ Control bevat als onderdeel van een caloriearm dieet.
- + Het positieve effect wordt bereikt door dagelijks voor de maaltijd 3 g glucomannan in drie porties van 1 g te consumeren met 1 of 2 glazen water.





## JUICE PLUS+

# Healthy Starts for Families

## VOOR HET HELE GEZIN

### BELANGRIJKSTE FEITEN

- + Een goede start voor kinderen (vanaf vier jaar).
- + Ondersteuning voor het hele gezin bij het ontwikkelen van positieve gewoonten.
- + Gezonde levensstijl thuis.
- + Gezinnen inspireren om eenvoudige maar belangrijke wijzigingen in hun levensstijl door te voeren.

### FAMILY HEALTH STUDY

Het onderzoek naar gezondheid in het gezin (Family Health Study) is een belangrijk onderdeel van het Healthy Starts for Families-initiatief met meer dan 1,5 miljoen deelnemende gezinnen en bijna 20 jaar resultaten. De studie helpt je bij het vastleggen van de blijvende, positieve effecten van de veranderingen die jij en je gezin doorvoeren.

- 1 REGISTREREN:** Registreer je als klant van Juice Plus+ en koop de Juice Plus+ capsules.
- 2 DOE MEE:** Wanneer je deelneemt aan de Family Health Study als klant en studiedeelnemer, ontvang je Juice Plus+ Selectie van Groenten en Fruit Capsules, of Soft Chewables voor je kind – met een kleine bijdrage van € 10 (€ 2,50/maand) – voor maximaal vier jaar als deelnemer aan de studie.
- 3 RESULTATEN BIJHOUDEN:** Nadat je de eerste levering hebt ontvangen, vragen we je een vragenlijst in te vullen om de voortgang van je gezin naar een gezonder levensstijl bij te houden. In de loop van de volgende vier jaar ontvang je nog eens vijf vragenlijsten die voortbouwen op de eerste om jou en je gezin te ondersteunen en bewust te blijven van een gezonde levensstijl.

### 4 HOOFDELEMENTEN:



#### VOEDING

Een gezond dieet betekent een evenwichtig dieet. Gezonde eetgewoonten bestaan uit het nuttigen van voldoende hoeveelheden fruit en groenten, gematigde porties en regelmatige eettijden.



#### HYDRATATIE

Voldoende water drinken vormt een belangrijk onderdeel van een gezonde levensstijl. Water drinken in plaats van suikerhoudende dranken, fruit en groente met een hoog watergehalte eten en rehydrateren na training zijn essentieel om je lichamelijk en geestelijk op je best te voelen.



#### SLAAP

Slaap- en stressmanagement worden dikwijls vergeten als het om gezondheid gaat. Het aanleren van gezonde slaapgewoonten voor het hele gezin, samen met manieren om om te gaan met stress in je dagelijks leven zijn essentieel, voor zowel je mentale als fysieke gezondheid.



#### FITNESS

Een gezonde levensstijl is een actieve levensstijl. Of je nu elke dag een paar minuten langer fitnessoefeningen doet of nieuwe fitnessdoelen stelt, het gaat er met name om het gezin te motiveren actiever te zijn zodat iedereen gezond blijft.

healthy  
**STARTS**  
FOR FAMILIES

**JUICE PLUS+****Perform**

**PLANTAARDIGE VOEDING.  
SPECIAAL GEMAAKT  
VOOR PRESTATIE.**

**BELANGRIJKSTE FEITEN**

- + Juice Plus+ Perform is een shake met een mengeling aan vruchtensmaken die je voedingsstoffen verschaft om je spieren op te bouwen, je mentale focus te geven tijdens je training en de nodige energie te leveren waardoor je je fitnessprogramma consistent kan opvolgen.
- + Deze shake biedt een unieke mengeling aan ingrediënten die uit verse voeding komen met 25g eiwitten per portie en plantaardige vitamines en mineralen die je helpen om je trainingsdoelstellingen te bereiken.
- + Geschikt voor veganisten.
- + Glutenvrij.
- + Gemaakt zonder GGO-ingredienten.
- + Geniet van de Perform-shakes als onderdeel van een evenwichtig dieet en een gezonde levensstijl.

**KWALITEITSSTANDAARDEN**

- + Zorgvuldig geproduceerd om de kwaliteit van de uit verse voedingsmiddelen afkomstige voedingsstoffen, die de Juice Plus+ Perform shakes bieden, te maximaliseren.

**VOORDELEN**

- + 25g eiwitten per portie draagt bij tot spiergroei.
- + Vitamine D draagt bij tot het behoud van gezonde botten.
- + De vitamines B (B1, B2, B5 en B6) ondersteunen een normaal energieleverend metabolisme.
- + Vitamine B5 (pantotheenzuur) draagt bij tot een normale mentale prestatie.

**INGREDIËNTEN**

- + 25g kwaliteitsvolle plantaardige soja-eiwitten per portie.
- + Natuurlijk voorkomende vitamine B1\* uit guave-, mango- en citroenextracten.
- + Natuurlijk voorkomende vitamine C uit Acerolakersen.
- + Natuurlijk voorkomende vitamine D uit paddenstoelenpoeder dat met UV behandeld werd.
- + Bevat rode biet en zure kersen.
- + Laag suikergehalte. Bevat een plantaardig zoetmiddel en slechts 6,5g suiker per portie.
- + Slechts 143 calorieën per portie.

**BEREIDING**

- + Voeg twee scheppen (40g) poeder toe aan 300ml water en meng goed. Indien je dit wil, kan je het poeder mengen met een sapje of zuivelvrije melk, bij voorkeur in een shakerbeker of een blender, of je kan je eigen persoonlijke smoothie creëren met je favoriete extra's zoals vruchten, groenten, notenpasta. Het toevoegen van bijkomende ingrediënten heeft gevolgen voor het voedingsprofiel van de shake.

**AANBEVOLEN CONSUMPTIE**

- + Een portie per dag, een uur voor of tot twee uur na een trainingssessie. Drink deze drank telkens je meer kwaliteitsvolle eiwitten en de belangrijkste vitamines en mineralen aan je voedingsinname zou willen toevoegen.



\* Vitamine B1 (thiamine), B2 (riboflavine), B5 (pantotheenzuur), B6 en B9 (foliumzuur).