



Met praktische
tips om zorg te
dragen voor uzelf!

**Bij de natuur
bent u in goede handen**

Producten van A.Vogel.
Krachtig en natuurlijk.



A.Vogel, natuurlijk zorg dragen voor uzelf

"Gezondheid is leven in harmonie met de natuur."

Osbert Vogel

Stress, te veel werk, een snelle hap tussendoor, geen tijd om te sporten... We weten maar al te goed wat dit jachtige leven met ons lichaam doet: lage weerstand, gevoelige spieren en gewrichten, problemen met de spijsvertering of geïrriteerde luchtwegen.

Toch is het niet altijd evident om gewoon even tot rust te komen, gezonder te eten of meer te bewegen. Daarom zijn er de natuurlijke producten van A.Vogel. Zij helpen u om op een natuurlijke manier uw lichaam en geest snel opnieuw in balans te brengen. Zodat u er weer helemaal tegenaan kunt. Ontdek het nieuwe en bestaande gamma A.Vogel producten in deze gloednieuwe brochure.

Put kracht uit de natuur

Verhoog uw weerstand	4-9
Breng rust in uw leven	10-11
Houd uw spieren en gewrichten soepel	12-13
Kom op adem	14-17
Zorg voor een vlotte circulatie	18-21
Help de vertering een handje	22-25
Bevorder het plassen	26-27
Voel u op en top vrouw	28-29
Verzorg uw huid	30-31

NIEUWE VERPAKKING, NIEUWE PRODUCTEN... VERTROUWDE WERKING!



De vroege vogels onder u hebben het vast al gemerkt: de producten van A.Vogel zitten in een gloednieuwe verpakking! Die is nu nog duidelijker en gebruiksvriendelijker. U ziet in één oogopslag welk kruid er o.a. in zit en welke klacht u ermee verhelpt.

- naam van het product
- waarvoor dient het?
- één ingrediënt van het product in beeld



WIE WAS A.VOGEL?

Alfred Vogel had één doel in zijn leven: ontdekken hoe de kracht van de natuur mensen met én zonder klachten kon helpen. Deze jarenlange zoektocht leidde hem naar alle uithoeken van de wereld. Bij de indianenstammen in Noord-Amerika leerde hij bijvoorbeeld de alom geprezen plant Echinacea purpurea kennen. En maakte er een wetenschappelijk erkend weerstandsmiddel van. Op basis van zijn uitgebreide kennis van de heilzame werking van planten en kruiden ontwikkelde hij een heel gamma natuurlijke producten. Daarmee helpt hij u en ondertussen ook miljoenen andere mensen ter wereld, op een natuurlijke manier voor zichzelf zorgen.

"Vaak denkt men dat het even duurt voordat natuurlijke middelen in werking treden. Dat is onjuist, het hangt vooral af van de aard van de klacht. Bij langdurige problemen heeft het lichaam tijd nodig om op de prikkel te reageren. Maar bij acuut optredende klachten zoals blauwe plekken of overgevoeligheidsreacties hebben de juiste natuurlijke middelen vrijwel direct resultaat."

Deborah Vogel

Verhoog uw weerstand op een natuurlijke manier

Echinacea purpurea of Rode zonnehoed

Is afkomstig van de vocht-houdende, voedselrijke zavel- of kleigronden van Noord-Amerika. De bloemen zijn in de bloeiperiode juli en augustus zo'n 10 cm groot. De plant zelf kan zo'n 120 cm groot worden. Het was A.Vogel die de plant ontdekte en er een erkend weerstandsmiddel van maakte.

Een goede weerstand betekent minder kans op allerlei kwaaltjes. Maar weerstand is als een druppel. Als er teveel druk op komt, spat hij uiteen. Stress en spanning zijn nefast voor uw weerstand. Net als ongezond eten, onvoldoende bewegen en slecht slapen. Gelukkig biedt A.Vogel krachtige en natuurlijke middelen om uw weerstand te verhogen.

Altijd een superweerstand

Zorg dragen voor uzelf is de eerste stap op weg naar een ijzersterke weerstand. Deze Echinaforce weerstandsverhogers helpen u daarbij een extra handje.



ECHINAFORCE + VITAMINE C *Een krachtenbundeling van rode zonnehoed en vitamine c*

Echinaforce + Vitamine C is een krachtenbundeling van rode zonnehoed én vitamine C! Uiteraard gebruikt A.Vogel enkel 100% natuurlijke vitamine C. Die is afkomstig van de onrijpe vruchten van de acerola-kers. Deze kersen bevatten 80 keer meervitamine C dan een sinaasappel. Eén tablet per dag volstaat om uw weerstand ijzersterk te maken en uw afweersysteem krachtig op te bouwen.

- Voor een ijzersterke weerstand
- Met de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid natuurlijke vitamine C
- 1 tablet per dag



ECHINAFORCE JUNIOR + VITAMINE C *Geeft uw kids een duwtje in de rug*



Soms hebben kinderen extra weerstand nodig. In de winter bijvoorbeeld. Of als ze naar de crèche gaan, of naar school. Vertrouw op Echinaforce junior + Vitamine C. Deze natuurlijke weerstandsverhoger helpt ook om sneller beter te worden. De vrolijke kauwtabletjes met lekkere sinaasappelsmaak zijn makkelijk in te nemen en bevatten geen conserveermiddelen.

- Voor een ijzersterke weerstand van uw kind
- Met de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid vitamine C
- 100% natuurlijk
- Met lekkere, natuurlijke sinaasappelsmaak
- Zonder toegevoegde suiker

WIST U DIT AL?

Kan ik mijn weerstand dan niet verhogen zonder hulpmiddelen?

Zeker en vast wel! Voldoende beweging is en blijft een must, liefst in de frisse buitenlucht. De beste vormen van lichaamsbeweging zijn die waarbij u veel zuurstof binnenkrijgt, bijvoorbeeld fietsen of zwemmen. Dit zorgt voor een betere circulatie en daarmee voor een goede aanvoer van voedingsstoffen en afvoer van afvalstoffen.



ECHINAFORCE FORTE TABLETTE *Voor een optimale weerstand*

Echinaforce forte is een krachtig natuurmiddel dat uw weerstand een extra duwtje in de rug geeft. Dit erkende natuurproduct op basis van rode zonnehoed maakt de witte lichaamjes in uw lichaam actiever. Uw afweersysteem wordt sterker, en u bent beter gewapend tegen 'aanvallers' van buitenaf. Eén tablet per dag helpt u om herfst- en winterklachten te slim af te zijn.

- Voor een optimale weerstand
- Extra krachtig
- 1 tablet per dag



URTICALCIN *Om de calciumvoorraad op peil te houden*

Urticalcin laat uw natuurlijke weerstandsmechanisme extra goed draaien. Daar zorgen de basisingrediënten van deze tabletten voor: brandnetel, Schüsslerzouten en oesterkalk. Deze natuurlijke elementen zuiveren het lichaam en bevorderen de opname van mineralen en calcium uit de voeding. Calcium gaat botverlies tegen en draagt bij tot voldoende botvorming. Vrouwen in de overgang en kinderen in de groei kunnen Urticalcin dus goed gebruiken. Daarnaast helpen de mineralen uw weerstand en vitale lichaamsfuncties op peil te houden.

- Verzorgt optimaal uw natuurlijke weerstandsmechanisme
- Perfect in combinatie met Echinaforce forte
- Zorgt voor voldoende botvorming

Uw bondgenoten wanneer het nodig is

Hebt u even een dipje? Deze Echinaforce weerstandsverhogers helpen er u zo weer bovenop!



ECHINAFORCE KEELSPRAY *Voor een verzachtende invloed op de keel*

Als uw weerstand niet optimaal is, kunt u last krijgen van uw keel. Voor het verzachten van keelklachten op een gebruiksvriendelijke manier ontwikkelde A.Vogel Echinaforce Keelspray. Door de handige doseerspray komt de vloeistof direct op de plaats waar ze moet zijn. De keelspray is 100% natuurlijk en bevat onder meer vers verwerkte Echinacea en Salvia. Deze heilzame planten zorgen voor extra weerstand en brengen de keel tot rust.

- Verzacht de keel
- Verzachtend effect direct merkbaar
- Krachtig en effectief
- Handige doseerspray
- 100% natuurlijk



ECHINAFORCE VITAAL *Tijd voor vitaliteit*

Te druk om te sporten? Geen tijd om gezond te koken? Te gestresseerd om goed te slapen? Steeds meer mensen lijden onder hun jachtige leven. Met vermoeidheid, lusteloosheid en vele andere klachten als gevolg. Echinaforce Vitaal gaat in de tegenaanval, en geeft extra energie, vitaliteit en weerstand. Daar zorgt de unieke combinatie van spirulina (met o.a. vitamine B12), Siberische ginseng en verse rode zonnehoed voor.

- Energie en vitaliteit
- Unieke combinatie van spirulina, Siberische ginseng en rode zonnehoed
- 100% natuurlijk
- 1 tablet per dag



ECHINAFORCE LIPPENBALSEM *Voor beschermde lippen*

Uw lippen zijn snel beschadigd? Of drogen ze snel uit in de winter door de koude, droge lucht? Dat is normaal. Ze bevatten immers geen beschermend vetlaagje. Echinaforce Lippenbalsem biedt een optimale bescherming en verzorging. Bovendien bevat dit doeltreffende product een natuurlijke UV-filter met beschermingsfactor 19. Ideaal tijdens een strandvakantie of skireis.

"In de natuur is ons alles gegeven wat wij tot bescherming en tot het behoud van de gezondheid nodig hebben. Het ligt aan ons, mensen, om voor deze schatten zorg te dragen."

DebatWagel

DOE DE TEST

Bent u een superman, popeye of kortjakje? Doe de weerstandstest!

*Hoe groter de weerstand, des te kleiner de kans dat u
last krijgt van allerlei vervelende kwaaltjes!
Doe de test en ontdek hoe het met uw weerstand
gesteld is... én hoe u hem kunt verhogen!*

**Tel het aantal punten
dat u hebt gescoord op:**

Tussen 0 – 20 punten: Superman!

Net als bij de man van staal is uw weerstand prima. Toch kunt ook u het slachtoffer worden van Kryptoniet... Niet op uw lauweren rusten dus, maar gezond blijven voortleven en veel bewegen!

Tussen 21 – 30 punten: Popeye!

Uw weerstand is waarschijnlijk redelijk: u hebt niet zo vaak last van kwaaltjes. Toch zou u af en toe een blikje spinazie kunnen gebruiken. Neem Echinaforce + Vitamine C om uw weerstand ijzersterk te maken!

Tussen 31 – 39 punten: Kortjakje!

Een loopneus, gespannen spieren, slecht humeur... 't is altijd hetzelfde liedje! Uw weerstand staat onder druk: tijd voor actie. Echinaforce Vitaal gaat in de tegenaanval en geeft u extra energie, vitaliteit en weerstand. (Twijfelt u toch aan uw gezondheidstoestand? Aarzel dan zeker niet om een arts te raadplegen.)

	JA	NEE
1. Hebt u regelmatig een loopneus?	3	0
2. Bent u vaak moe en gespannen?	3	0
3. Neemt u regelmatig medicijnen in?	3	0
4. Doet u regelmatig aan lichaamsbeweging?	0	3
5. Bent u regelmatig in de frisse buitenlucht?	0	3
6. Bent u gevoelig voor lipblaasjes?	3	0
7. Kunt u vaak moeilijk de slaap vatten?	3	0
8. Heeft uw afweer te lijden gehad onder lichaamsklachten?	3	0
9. Hebt u veel sociale contacten?	3	0
10. Hebt u last van stress?	3	0
11. Eet u gezond en gevarieerd?	0	3
12. Rookt u?	3	0
13. Ergert u zich vaak?	3	0
TOTAAL		



Breng natuurlijke rust in uw leven

Passiflora incarnata of Passiebloem

Een snelgroeiende klimplant uit het Zuidoosten van de Verenigde Staten. De mooie bloemen bloeien van mei tot eind juli. Daarvan wordt een tinctuur gemaakt die u tot rust brengt en het inslapen bevordert. Gedroogde bladeren kunnen in thee worden gebruikt.

De kinderen op tijd naar school brengen, een rijexamen afleggen, op sollicitatiegesprek gaan, stress op het werk, een veeleisend gezinsleven, een druk sociaal leven... Wie langere tijd onder hoge druk staat, raakt vroeg of laat vermoeid, prikkelbaar en uitgeput. Positief denken en actief bewegen helpen alvast om een deel van de stress te verjagen. Daarnaast heeft de A.Vogel lijn een aantal natuurlijke rustgevers in huis waarmee u de drukte met de glimlach te lijf gaat.

NIEUW



PASSIFLORA COMPLEX FORTE *Bij innerlijke onrust en stress-situaties*

Passiflora complex forte van A.Vogel is een extra krachtig, zuiver natuurlijk middel dat soelaas biedt bij innerlijke onrust, stress-situaties en examenvrees. De rustgevende planten passiebloem, citroenmelisse en valeriaan geven Passiflora complex forte zijn ontspannende werking. Passiflora complex forte helpt snel, terwijl lichaam en geest fris en alert blijven. U ervaart geen suf of verdovend gevoel.

- Ontspannend bij stress-situaties
- Helpt snel
- Maakt niet suf
- 100% natuurlijk

NIEUW



DORMEASAN TABLETTEN *Voor een heerlijke nachtrust*

A.Vogel Dormeasan brengt lichaam en geest tot rust en helpt om lekker te kunnen slapen. Dit zuiver natuurlijke middel is samengesteld uit vijf rustgevende planten: haver, citroenmelisse, valeriaan, hop en passiebloem. Deze krachtige combinatie bevordert een natuurlijke en gezonde slaap. U slaapt heerlijk en wordt 's ochtends heerlijk fris en uitgerust weer wakker. Dormeasan is 100% natuurlijk, werkt niet versuffend en houdt de natuurlijke slaap intact. Ook geschikt voor kinderen.

- Bij in- en doorslaapproblemen
- 100% natuurlijk
- Zorgt voor een uitgerust gevoel
- Nu in handige tabletvorm



HYPERIFORCE FORTE *Helpt bij somberheid*

Iedereen voelt zich wel eens somber of ziet het even niet meer zitten. Dat is niet zo erg, tenminste als deze toestand niet aanhoudt. Soms duurt het (te) lang voordat u weer plezier krijgt in het leven. Door een aangrijpende gebeurtenis, door ernstige lichamelijke klachten of om onverklaarbare redenen voelt u zich lusteloos. U geniet minder van de dingen om u heen. U slaapt soms slechter dan anders, u bent onrustig en hebt last van wisselende stemmingen. Hyperiforce forte van A.Vogel is dan uw steuntje in de rug bij sombere en bedrukte buien. Dit natuurlijke middel werkt opbeurend, en maakt dat u zich weer goed in balans voelt. Sint-janskruid, de werkzame plant in Hyperiforce forte, is gunstig voor uw geestelijke veerkracht en verbetert uw stemming. Van dit natuurlijke product wordt u niet suf of afhankelijk. Als u al andere middelen gebruikt, raadpleeg dan de bijsluiter met extra aandacht.



De natuur houdt u soepel

Harpagophytum procumbens of Duivelsklauw

Duivelsklauw groeit vooral in Namibië, de Kalahari-woestijn en op Madagaskar. De plant wordt zo genoemd vanwege de talrijke op klauwtjes lijkende kleine haken op de vruchten. De knol van de plant bevat gluco-iridoiden die een kalmerende en vochtafdrijvende werking hebben.

Stramme rugspieren, koude, een onnatuurlijke houding, verkeerde belasting van de gewrichten, een probleem in het afweersysteem, ouder worden... Er zijn veel verschillende, soms onduidelijke factoren die aan de grondslag liggen van gevoelige spieren en gewrichten. In de natuur groeien er gelukkig enkele planten die al die klachten aanzienlijk verzachten.



ATROSAN FORTE TABLETTE

Extra ondersteuning bij gevoelige gewrichten

Uw gewrichten en spieren voelen extra gevoelig aan? Atrosan forte biedt een tijdelijke en onmiddellijk verzachtende werking dankzij de krachtige concentratie van het duivelsklauwextract (Harpagophytum procumbens). Twee tabletten per dag bieden extra ondersteuning om de gewrichten soepel te maken en te houden.

- Bij extra gevoelige gewrichten
- Sterk geconcentreerd
- Slechts 2 tabletten per dag
- 100% natuurlijk



ARNICA FORTE GEL

Maakt stijve en stramme spieren en gewrichten weer soepel

Een 100 ml tube Arnica forte gel bevat een sterke concentratie van 50 ml Arnica montana flores extract, waardoor tweemaal daags zachtjes inwrijven volstaat. Deze gel helpt bij stijve en stramme spieren en gewrichten en houdt ze soepel. De gel kan voor extra ondersteuning samen met de Atrosan forte tabletten worden gebruikt.

- Verzacht snel stramme en stijve spieren en gewrichten
- Sterke concentratie Arnica extract
- Fytotherapeutisch onderbouwde werking
- Goede opname door de huid

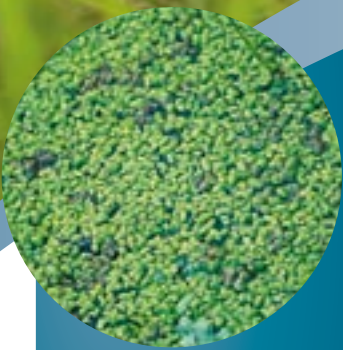


ALCHEMILLA + GLUCOSAMINE

Vrij blijven bewegen

Wist u dat de opbouw van de gewrichten verandert met ouder te worden? Om de opbouw te helpen verbeteren en de gewrichten soepel te houden, wordt aanbevolen om de extra glucosaminebehoefte aan te vullen. Hiervoor neemt u Alchemilla + Glucosamine. In dit 100% natuurlijk product van A.Vogel zit op een unieke wijze plantaardige glucosamine verwerkt. De hoge dagconcentratie van 1500 mg zorgt ervoor dat uw gewrichten soepel en veerkrachtig blijven. Bovendien worden ze minder gevoelig. Het resultaat? U blijft vrij bewegen.

- Voor behoud van soepele gewrichten en veerkracht
- Opbouw van kraakbeen
- Met 1500 mg plantaardige glucosamine per dagdosis
- Ook geschikt voor vegetariërs en mensen met een allergie voor schaaldieren



Kom op adem met de natuur

Lemna minor of Klein kroos

Drijft in stilstaand of traagstromend zoet en voedselrijk water in gematigde en tropische gebieden. De plant heeft de bijzondere eigenschap om mineralen als jodium, broom en radium op te slaan. In de volksgeneeskunde gebruikte men het vooral bij problemen met de slijmvliezen.

Kleine ruimtes, weinig verluchte kantoren en klaslokalen, airconditioning, onvoldoende frisse buitenlucht... Onze luchtwegen zijn niet tegen die constante binnenhuiscultuur opgewassen. Om uw ademhaling rustiger te laten verlopen en uw luchtwegen vrij te houden, heeft A.Vogel een aantal natuurlijke producten die u deugdgedoende adempauzes schenken. Vraag ernaar bij uw apotheek.



POLLEN IN DE LUCHT: Droog uw tranen

Stuifmeel in de lucht zorgt bij velen voor een hoop lenteklachten: kriebelende luchtholtes, prikkelende en tranende ogen, een loopneus, niesbuien en een moeizame ademhaling. Boosdoeners zijn de stuifmeelkorrels, die uw luchtwegen binnendringen en een lichaamsstof opwekken die uw ademhaling hindert. Dit kan van voorbijgaande aard zijn, maar u kunt er ook een hele zomer lang last van hebben. A.Vogel heeft een reeks producten die dit onaangename gevoel op een natuurlijke manier helpen te vermijden en bestrijden. Vraag ernaar bij uw apotheek.

NEUS & SINUSSEN: Rust voor de neus

Last van een verstopte neus of problemen met de sinussen? Vraag aan uw apotheek de natuurlijke oplossing van A.Vogel om u opnieuw opgelucht adem te laten halen.



Ken het pollenseizoen op uw duimpje met de A.Vogel pollenkalender

Hooikoortsklachten komen voor van februari tot en met oktober, de bloeiperiode van grassen en windbestuivende planten. Wanneer u klachten krijgt, hangt af van het soort stuifmeel waaraan u overgevoelig bent. Met deze kalender weet u precies wanneer u best uw ramen gesloten houdt.

Hooikoorts een halt toeroepen met natuurlijke middelen?

Vraag aan uw apotheker welk product van A.Vogel u het beste kan helpen.



PLANTEN	JANUARI	FEBRUARI	MAART	APRIL	MEI	JUNI	JULI	AUGUSTUS	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DECEMBER
COMPOSITEN												
ROGGE												
ROZEN-FAMILIE												
ZURING												
GRASSOORTEN												
WEEGBREE												
MELLGANZENVOET												
BRANDNETEL												
BIJVOET												
BINGELKRUID												
BOMEN	JANUARI	FEBRUARI	MAART	APRIL	MEI	JUNI	JULI	AUGUSTUS	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DECEMBER
ELS												
ES												
HAZELAAR												
BERK												
CIPRES												
EIK												
POPULIER												
OLM												
HAAGBREUK												
PLATAAN												
BEUK												
WALNOOT												
DEN												
KASTANJE												
	WINTER		LENTE			ZOMER			HERFST		WINTER	

"Een arts is als een berggids. Hij gaat voorop en wijst de weg, maar die weg moeten wij wel zelf afleggen."

A. Vogel

Zorg voor een natuurlijk vlotte circulatie

Aesculus hippocastanum of Wilde paardenkastanje

De bekende forse boom met de typische bruine bolsters met dikke stekels werd in 1557 in West-Europa ingevoerd vanuit Klein-Azië. De vruchten kunt u in tegenstelling tot de tamme kastanjes niet opeten, maar bevatten wel Aescine dat de elasticiteit van de kanaalwanden stimuleert.

Ons lichaam bestaat uit een ingenieus netwerk aan kanalen. De ene om voedingsstoffen, vitaminen, mineralen, zuurstof en andere bouwstenen aan te leveren, op te nemen en te verwerken. De andere om afvalstoffen te verwijderen. Een vlotte circulatie is daarbij essentieel, maar niet vanzelfsprekend! De wanden van de kanalen kunnen te slap zijn of er kan ergens een obstakel opduiken. Gevolg? Een zwaar gevoel in de benen, een te hoge lichaamsdruk, spierspanningen... De natuurlijke middelen van A.Vogel helpen, samen met een doordachte voeding en lichaamsbeweging, uw inwendige circulatie op peil houden.



AESCULAFORCE FORTE

Helpt snel bij zware en vermoeide benen

Aesculaforce forte van A.Vogel gaat vervelende klachten aan de benen tegen. Slechts 2 tabletjes per dag hebben een gunstige invloed op de inwendige circulatie. Daar zorgt aescine voor, de heilzame stof in de wilde paardenkastanje. Aescine stimuleert de elasticiteit van de kanaalwanden waardoor uw lichaamsvocht minder ophoopt. Het stroomt beter door uw lichaam... en door uw benen! Aesculaforce forte werkt vrijwel meteen. Dit natuurlijke middel is dan ook efficiënt bij hevige samentrekkingen die 's nachts plots de kop opsteken.

- Helpt snel bij zware en vermoeide benen
- Helpt bij ontsierde benen
- Gestandaardiseerd op de hoeveelheid werkzame stof aescine: 50 mg per tablet
- 100% natuurlijk
- 1 tablet per dag



AESCULAFORCE TABLETTE

Bij zware en ontsierde benen

Aesculaforce tabletten van A.Vogel gebruikt u als extra ondersteuning bij vermoeide en/of ontsierde benen. Het maakt de vaatwanden elastischer en helpt bij vochtophoping. Het verzacht bovendien de nachtelijke samentrekkingen in de benen en bezorgt u zo een goede nachtrust. Het krachtige gezondheidsproduct is samengesteld op basis van aescine, de werkzame stof in wilde paardenkastanje. Ideaal voor mensen met een staand beroep zoals onderwijzers of koks. Het lichaamsvocht moet vanuit de weefsels naar de lichaamsmotor telkens weer de werking van de zwaartekracht overwinnen. Hierdoor kunnen stuwingen ontstaan die in geval van een slappe vaatwand leiden tot ontsierde benen. Met Aesculaforce tabletten bereikt u een snel merkbaar effect. Bovendien zijn ze geschikt voor langdurig gebruik.

- Helpt bij zware en vermoeide benen
- Biedt ondersteuning bij ontsierde benen
- Bevordert de inwendige circulatie



"Je bent wat je eet.

Eet zoveel mogelijk biologisch en zo vers en natuurlijk mogelijk – dat is lekker én gezond.
Eet langzaam en kauw het voedsel goed."

A. Vogel

Gezond koken met A.Vogel

Gezond en toch lekker eten is supermakkelijk! Dikwijls volstaat het gewoon om enkele ingrediënten door andere te vervangen. Met een nieuw smaakvol en gezond resultaat tot gevolg. Proef het volgende gezonde recept uit het Herbamare® receptenboekje van A.Vogel maar eens:

Carpaccio van courgettes

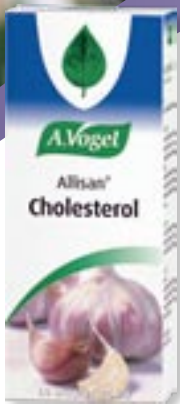
Boodschappenlijstje:

- 2 courgettes
- 2 teentjes knoflook
- sjalot
- 1 takje peterselie
- 1 dl olijfolie
- 1 ½ eetlepel Molkosan
- 1 dessertlepel Herbamare® Original
- 1 dessertlepel Herbamare® Aroma
- 1 dessertlepel Herbamare® Bouillonbasis
- peper van de molen
- 75 gr. Parmezaanse kaasschilfers of Pécorigino-kaas



Met behulp van een penseel strijkt u een druppel olijfolie uit in elk van de 4 borden. Strooi er daarna lichtjes wat Herbamare® Original overheen. Was de courgettes. Niet schillen! Snijd de courgette in zeer dunne schijfjes en schik deze als een traditionele carpaccio op het bord tot dit bedekt is. Laat de randen onbedekt. Hak de gepelde teentjes knoflook, ui en sjalot zeer fijn, laat ze uitzweten in de olie. Voeg er vervolgens de fijngehakte peterselie, Molkosan, Herbamare® Original, Herbamare® Aroma, Herbamare® Bouillonbasis en peper van de molen aan toe, meng dit alles op een matig vuur (niet te warm) en breng het heel dun met het penseel op de carpaccio aan. Laat het minstens één uur marinieren. Afwerking: bestrooien met de kaasschilfers en serveren met een lekkere snee zuurdesembrood.

Tip: Vervang keukenzout in elk gerecht door het hartige kruidenmengsel Herbamare® Original van A.Vogel. Dat bevat selderij, prei, ui, waterkers, mierikswortel, peterselie, bieslook, maggiplant, paprika, Spaanse peper, basilicum, marjolein, rozemarijn, tijm en kelp.



ALLISAN

Bij te hoge cholesterol en verhoogde lichaamsdruk

Allisan van A.Vogel helpt u bij het regelen van uw cholesterolgehalte en inwendige lichaamsdruk. U wint merkbaar aan kracht en vitaliteit. Allisan is samengesteld op basis van knoflook en laat geen hinderlijke geur na.

- Helpt bij het verlagen van uw cholesterolgehalte en inwendige lichaamsdruk
- U wint kracht en vitaliteit
- 100% natuurlijk
- Op basis van knoflook
- Geen hinderlijke geur!

"Ik eet vrij veel groenten en fruit, maar van de borrelhapjes afblijven is moeilijk. Om mijn gezondheid optimaal te houden, gebruik ik sinds kort het knoflookpreparaat Allisan. Knoflook is namelijk in staat om de lichaamsdruk en het cholesterolgehalte op peil te houden. Je hebt 4000 mg knoflook per dag nodig, wat uitgerekend bijna 30 teentjes zijn. Maar als ik 2 sterk geconcentreerde tabletjes Allisan neem, heb ik mijn dagelijkse hoeveelheid binnen. En er is helemaal geen hinderlijke geur, want de dragees vallen pas in de darm uiteen! Ik voel me beter in conditie, ik beweeg meer en het past perfect in mijn cholesterolverlagend dieet."

Machiel (54 jaar)

"Wanneer we een gezond, gelukkig en vreugdevol leven willen leiden, dan moeten we de juiste relatie tussen onszelf met ons lichaam en onze geest en de natuur herstellen."

Ortob Vogel

De natuur helpt u heel wat te verteren

Artisjok

De origine van de artisjok is onbekend. Mogelijks werd de plant ingevoerd vanuit de Maghreblanden, waar ze nog steeds in het wild groeit. De puntige schutbladen van de plant worden als groenten gegeten. In Vietnam trekt men er ook thee van. De gedroogde of verse bladeren hebben een positieve invloed op de galproductie.

Om te leven, moeten we eten. Maar in onze huidige gejaagde maatschappij zijn de eetgewoonten niet altijd opperbest. Gevolg? Spijsverteringsklachten. Alfred Vogel ijvert daarom voor een dagelijkse gezonde en evenwichtige voeding. Daarnaast zijn er een aantal natuurlijke middelen die uw spijsvertering ondersteunen en stimuleren als het nodig is. Middelen die u het hele jaar door kunt gebruiken bij problemen met de spijsvertering, thuis en op vakantie.



BOLDOCYNARA FORTE

Ondersteunt de lever en de spijsvertering

Een opgeblazen gevoel na de maaltijd, een te trage stoelgang, een te hoog cholesterolgehalte? Boldocynara forte heeft een gunstig effect op de werking van de lever en helpt de galblaas te stimuleren. Zo wordt de galproductie en -afgifte, en daarmee ook de stoelgang verbeterd. Boldocynara forte van A.Vogel is sterk geconcentreerd. Twee tabletten per dag volstaan voor een optimale spijsvertering. 1 tablet bevat 230 mg artisjokkenextract en 160 mg mariadistelextract.

- Heeft een positieve invloed op lever en gal
- Ondersteunt de vetverbranding
- Helpt bij een vol gevoel in de maag
- 100% natuurlijk



PAPAYAFORCE

Helpt de vertering van eiwitten in de spijsverteringskanalen te bevorderen

WIST U DIT AL?

Peterselie bevordert de spijsvertering. Overgiet enkele takjes peterselie met kokend water en laat niet langer dan 5 minuten trekken. Zo krijgt u een thee die de spijsvertering op gang helpt en het zware gevoel in uw maag doet weggebben.



LINOFORCE

Bij een te trage stoelgang

Onze geraffineerde Westerse voeding bevat steeds minder vezels. Deze zitten vooral in groenten, fruit en volkoren producten. Bij een gebrek aan voedingsvezels verloopt de spijsvertering minder vlot en wordt de stoelgang onregelmatig. Andere oorzaken van een onregelmatige stoelgang zijn: te weinig drinken en bewegen, onregelmatig eten, en zelfs op vakantie gaan. Linoforce van A.Vogel helpt. Het hoofdbestanddeel, lijnzaad, maakt uw ontlasting zachter. Dit natuurlijke product is makkelijk aan te passen aan uw individuele behoefte. We raden evenwel af het product langer dan 2 weken in te nemen. Zwangere vrouwen wordt ten stelligste afgeraden Linoforce te gebruiken.



TORMENTAVENA

Bij een te snelle stoelgang

Tormentavena van A.Vogel is een zuiver natuurlijk middel dat soelaas biedt bij een te snelle stoelgang. Het voorkomt zo dat u snel naar het toilet moet rennen. Het dankt zijn heilzame invloed op de spijsverteringskanalen voornamelijk aan de bestanddelen uit de wortel van tormentilkruid. Dit middel helpt snel de ontlasting dikker te maken. Tormentavena is mild en neemt u bij plotse, hevige klachten om het uur in. Onmisbaar in uw reisapotheek.

- Helpt bij te snelle stoelgang
- Maakt de ontlasting dikker
- Onmisbaar in uw reisapotheek

Wat is de darmflora?

De darmflora is een verzameling organismen grotendeels verantwoordelijk voor de werking van de darmen. Ze produceren belangrijke vitamines en afweersterkende stoffen die u beschermen tegen ongewenste indringers. Deze flora hoort zo stabiel mogelijk te zijn. Hij kan echter verstoord raken door op onregelmatige tijdstippen te eten en door niet goed te kauwen en/of door ongezond te eten. Gevolg? Er ontstaan gisting- en rottingsprocessen in de darmen, waardoor er giftige stoffen in het bloed opgenomen kunnen worden.



ACIFORCE

Probioticum, voor een gezonde darmflora

Aciforce van A.Vogel biedt een helpende hand bij de darmwerking en zorgt voor een goede balans tussen gunstige en ongunstige organismen. Het bevat een viertal stoffen die van nature ook in het menselijke lichaam voorkomen en elkaar beïnvloeden. Aciforce is een uitstekend probioticum dat de darmflora versterkt met maar liefst drie miljard actieve organismen per dosering. Daardoor ondersteunt dit middel de opname van voedsel door het lichaam.

- Probioticum
- Voor een evenwichtige darmflora
- Bevordert de voedselopname
- Versnelt het herstel na klachten
- Aanbevolen na gebruik van andere zware producten
- Ook geschikt voor baby's en kinderen



CREME HAMELIFORCE

Huidregenererend na moeilijke stoelgang

Bij problemen met de plaatselijke huid na moeilijke stoelgang combineert u Aesculaforce met Crème Hameliforce. De crème voedt en beschermt de huid, is goed voor het bindweefsel en verhoogt ook de weerstand van de huid – dankzij het bestanddeel rode zonnehoed – tegen schadelijke indringers. Vooral tijdens de zwangerschap of bij de bevalling, wanneer kanalen in de onderbuik extra worden belast, kunnen deze klachten ontstaan.



Serenoa repens of Dwergpalm

De dwergpalm is een klein, struikachtig palmboomje van 2-3m hoog dat in het zuiden van de Verenigde Staten groeit. De steenvrucht bevat één enkel zaadje dat een stimulerende werking heeft op het slijmvlies van de geslachtsorganen en helpt bij diverse aandoeningen aan het urogenitaal systeem.

Een natuurlijke sluis voor uw urinewegen

Een vlotte afvoer van afvalstoffen in ons lichaam is van immens belang. Gelukkig beschikt de natuur over een aantal prima middeltjes om de werking van de urinewegen en de mannelijke klier goed draaiende te houden. Op basis daarvan ontwikkelde A.Vogel een gamma producten die een goede vochthuishouding ondersteunen en verbeteren.



PROSTAFORCE

Aanpakken van problemen aan de mannelijke klier

Vanaf uw 50ste kunt u, zoals vele andere mannen, last hebben met plassen. Dit is het gevolg van een vaak onvermijdelijke vergroting van de mannelijke klier: u plast moeilijk, druppelt na, heeft een brandend gevoel, moet 's nachts vaak opstaan om te plassen, enzovoort. A.Vogel biedt een natuurlijk en efficiënt antwoord op deze klachten. Prostaforce is een natuurlijk middel op basis van de dwergpalm of Serenoa repens, die een vergroting van de mannelijke klier helpt tegengaan.

- Voor alle mannen vanaf 45 jaar
- Om goed te blijven plassen
- Sterk geconcentreerd: 320 mg Serenoa repens-extract per capsule
- 1 capsule per dag
- 100% natuurlijk



SOLIDAGO FORTE

Ondersteunt een goede vochthuishouding

Ons lichaam bestaat voor 80% uit water. Een goede vochthuishouding is daarom van vitaal belang. Solidago forte van A.Vogel stimuleert de vochthuishouding, zodat het vocht in uw lichaam goed kan blijven doorstromen. Ook bij lange reizen, bij warm weer of als de druk wat hoger is; want dan slaat het lichaam meer vocht op dan normaal. Slechts twee tabletten per dag zijn voldoende voor een goede vochtbalans.

- Slechts 2 tabletten per dag
- Langdurig gebruik mogelijk
- 100% natuurlijk



CRANBERRY MONARDA

Voor een optimaal urinecomfort

Cranberry Monarda van A.Vogel is een krachtige 3-in-1 formule voor een optimaal urinecomfort bij plasproblemen op basis van heilzame planten. Het product is bovendien gestandaardiseerd op 35% organische zuren, wat zorgt voor een lage zuurgraad in de blaas en dus een ongunstig milieu voor bacteriën. Dankzij de hoge concentratie cranberries (7.500 mg), biedt Cranberry Monarda een snel merkbaar effect (na 2 tot 5 dagen). Slechts één tot twee tabletten per dag zijn voldoende.

- Krachtige 3-in-1 formule
- Snel effect
- 100% natuurlijk

"Wanneer de natuur geweld wordt aangedaan, wordt de harmonie verstoord, omdat de mens zelf een deel van de natuur is."

OudbeHagel

Vrouw zijn is iets natuurlijk

Salvia officinalis of Echte salie

Echte salie is een dwergheester met violet blauwe bloempjes die graag gedijt op zonnige plekken en in voedselrijke grond. De plant staat van oudsher bekend om haar positieve invloed op opvliegers en (nachtelijk) transpireren, maar wordt ook gebruikt tegen eetlustgebrek of bij huidklachten.

Rond het 47ste levensjaar begint het lichaam van een vrouw zich voor te bereiden op het beëindigen van de vruchtbare periode. De menstruatie wordt onregelmatiser en stopt gemiddeld helemaal rond het 52ste levensjaar. Een nieuwe fase in het leven van de vrouw breekt aan! Jammer genoeg gaat de overgang vaak gepaard met stemmingswisselingen, opvliegers en (nachtelijk) transpireren. Bovendien heeft het lichaam van de vrouw nu een verhoogde kalkbehoefte. Speciaal voor al deze verschijnselen heeft A.Vogel de Famosan-lijn ontwikkeld.



FAMOSAN SALVIA

Helpt bij opvliegers en (nachtelijk) transpireren

Famosan Salvia bevat een extract van de heilzame plant Salvia officinalis. Deze plant kwam oorspronkelijk uit de landen in de Balkan en rond de Middellandse Zee. En staat van oudsher bekend om zijn positieve invloed op opvliegers en (nachtelijk) transpireren. De tabletten bevatten een uitgeknipt, sterk geconcentreerd Salvia-extract, verwerkt volgens de laatste wetenschappelijke ontwikkelingen. Twee maal daags één tablet voor de maaltijd volstaat. Voor een rustige, natuurlijke overgang, zonder het normale overgangsproces te beïnvloeden.



FAMOSAN CALCIUM SOJA

Voor een sterk beendergestel

Vanaf het 35ste levensjaar begint de natuurlijke slijtage van onze botten. Dit proces wordt bij vrouwen sterk versneld in de directe aanloop naar de overgangsfase. Bovendien wordt kalk op hogere leeftijd na de overgang minder goed opgenomen in de darmen. Speciaal voor het behoud van sterke botten heeft A.Vogel Famosan Calcium Soja ontwikkeld met calcium, afkomstig van een natuurlijke bron. De laatste wetenschappelijke inzichten tonen aan dat calcium goed door het lichaam wordt opgenomen. De isoflavonen uit soja houden op een natuurlijke manier de schommelingen in het lichaam tijdens de overgang in balans. Ook dit ondersteunt een goede kalkhuishouding. Bovendien zijn waardevolle mineraalextracten van brandnetel (Urtica urens) en heermoes (Equisetum arvense) toegevoegd.

- Voor het behoud van sterke botten
- Bevat kalk van een natuurlijke bron
- Met geconcentreerd soja-extract
- 100% natuurlijk



Maak van de natuur uw tweede huid

Symphytum officinale of smeerwortel

Deze forse plant met roze of geelwitte bloemen groeit in natte bermen en langs sloten en vaarten op een voedingsrijke grond. Haar fijn gemalen wortels werken o.a. wondhelend.

Onze huid is de spiegel van onze ziel. Stress en spanning uiteten zich onmiddellijk in een gespannen, rode of geïrriteerde huid. Maar ook andere lichamelijke klachten kunnen zich door en via uw huid duidelijk maken. Zo vertelt het lichaam u dat er inwendig iets onregelmatig is. Zorgzaam omgaan met uw lichaam is daarom aandacht besteden aan uw huid. U verzorgt ze het best met natuurlijke middelen. Deze vormen een prima natuurlijke voeding voor uw voornaamste bescherm laag!



CREME SYMVITA

Tegen rimpels en kraaienpootjes

De rimpelvertragende Crème Symvita verzorgt de ouder wordende huid. De actieve stoffen van Symphytum officinalis of smeerwortel verstevigen de bovenste huidlagen, waardoor de elasticiteit van uw huid opmerkelijk verbeterd. Door de bijzondere samenstelling is deze crème een prima basis voor uw dagelijkse make-up. Rimpels vervagen en uw teint wordt weer stralend en fris. Deze natuurlijke crème is geschikt als dag- en nachtcrème, en voor alle huidtypes.

- Verzorgende dag- en nachtcrème
- Met rimpelvertragende werking
- Niet-vette samenstelling
- Geschikt voor alle huidtypes



CREME BIOFORCE

Bij een droge, ruwe huid

Crème Bioforce verzorgt en beschermt de droge, ruwe, schrale en gevoelige huid. Belangrijke bestanddelen van A.Vogel Crème Bioforce zijn wolvet en Calendula officinalis. Deze vette crème bevordert de interne circulatie, ondersteunt het herstellend vermogen van de huid en houdt haar bovenal soepel. Crème Bioforce is daarom onmisbaar bij huidproblemen na een dagje zonnen, bij het geven van borstvoeding en tijdens guur winterweer. Ook na de afwas of bij last van zweetvoeten kalmeert Crème Bioforce uw huid.

- Verzorgt de droge en ruwe huid
- Beschermt bij huidirritaties
- Maakt de huid weer soepel
- Romige, zachte samenstelling



CREME SYMPHYTUM

Voor een elastische huid

Crème Symphytum van A.Vogel houdt de droge en schrale huid elastisch en ondersteunt de dagelijkse verzorging ervan. Naast smeerwortel bevat deze vette crème ook wolvet en Sint-Janskruidolie, die beide een voedende werking hebben en ertoe bijdragen de huid in optimale conditie te houden. De crème best meerdere malen per dag dun aanbrengen.

- Helpt om de elasticiteit van de huid te bewaren
- Dagelijkse verzorging van de droge en schrale huid

Meer weten over hoe de natuurlijke producten van A.Vogel u beter helpen worden?

INTERESSANTE GEZONDHEIDSTIPS EN WEETJES IN JE MAILBOX!

Surf naar www.avogel.be en schrijf u in voor de maandelijkse A.Vogel nieuwsbrief.



NOG MEER GEZOND LEESVOER...

De wereldwijde bestseller "Anders beter worden" is gebaseerd op Alfred Vogels kennis over een gezonde geest in een gezond lichaam. Ontdek hoe uw lichaam werkt, en hoe u op natuurlijke wijze 250 kleine en grote klachten aanpakt. Maar u krijgt ook voedingsadvies en -alternatieven. Kortom: "Anders beter worden" is uw leidraad voor een gezond leven!

Verkrijgbaar in de betere boekhandel

STEL UW VRAAG RECHTSTREEKS AAN EEN A.VOGEL SPECIALIST



Bel de A.Vogel infolijn: [011 31 51 72](tel:011315172),

mail naar avogel@biohorma.be

of zoek het antwoord op www.avogel.be

Producten van A.Vogel.
Krachtig en natuurlijk.

