



## Wird in unserer Gesellschaft ausreichend Obst und Gemüse gegessen?

Seit vielen Jahren raten der Bevölkerung nationale und internationale Gesundheitsorganisationen mit ihren Kampagnen **dringend zu einem höheren Konsum von Obst und Gemüse**. Empfohlen wird ein Minimum von fünf Portionen Obst und Gemüse pro Tag (eine Portion entspricht 120 Gramm oder ungefähr einer Handvoll Obst und Gemüse).

Trotz diesen zu unterstützenden Maßnahmen, muss leider gesagt werden, dass in unserer Gesellschaft **viel zu wenig Obst und Gemüse im Speiseplan** integriert ist.

Hierzu liegen umfangreiche Daten aus vielen Ländern der westlichen Welt vor. So wissen wir z.B., dass in Deutschland durchschnittlich nur zirka die Hälfte der empfohlenen Mengen von Obst und Gemüse gegessen wird. Andere Erhebungen besagen, dass im Tagesdurchschnitt weniger als eine Portion Obst und Gemüse verzehrt wird.

All diese Daten liegen deutlich **unter den geforderten fünf Portionen**. Wenn man nun bedenkt, dass die fünf Portionen ein Minimum darstellen und andere Organisationen deutlich mehr, nämlich bis zu zehn Portionen pro Tag fordern (empfehlen), wird das Ausmaß der Fehlernährung erst recht klar erkennbar.

## Nutzen von Obst und Gemüse

### Warum ist Obst und Gemüse so gesund?

Bis heute sind bereits eine Vielzahl wissenschaftlicher Arbeiten, die den umfangreichen Nutzen von Obst und Gemüse klar belegen, erschienen. Und in Zukunft werden zahlreiche folgen. Obst und Gemüse liefert eine große Menge wertvoller Bestandteile wie **sekundäre Pflanzstoffe, Vitamine, Mineralstoffe und Nahrungsfasern**. Darüber hinaus ist Obst und Gemüse **kalorienarm**, hilft die Verdauung in Schwung zu halten, hält fit und fördert das Wohlbefinden.

### Die Kraft der Nährstoffsynergie

Es ist bekannt, dass Obst und Gemüse in der ganzen Vielfalt viel **mehr ist als nur die Summe einzelner isolierter Bestandteile**, die beispielsweise in handelsüblichen Multipräparaten zu finden sind. Das Zusammenwirken der unzähligen **Mikronährstoffe** und anderer Inhaltsstoffe kann mit einem Orchester verglichen werden: Nur das perfekt Zusammenspiel, die Nährstoffsynergie aller Bausteine, führt zum gewünschten Ergebnis und Erfolg.

Ein **Schwerpunkt in der Erforschung** dieser Zusammenhänge liegt im Bereich der **sekundären Pflanzenwelt (SPS)**. Der Begriff umfasst eine riesige Gruppe von Stoffen (zig-Tausende), die als Farb-, Geruchs-, Aroma- und sonstige Stoffe im Pflanzenreich vorkommen.

Als Beispiel dazu sei besonders die Gruppe der Carotinoide erwähnt. Dazu gehört das allseits bekannte Beta-Carotin auch Provitamin A genannt, das der Karotte (und allgemein orange-rottem OBST UND GEMÜSE) als Farbstoff dient. Daneben gibt es aber noch viele weitere Carotinoide, die im Körper sehr spezifische **Schutzwirkungen** haben.

Als weiteres Beispiel sei der rote Farbstoff der Trauben (u.a. in Rotwein enthalten) erwähnt, der wahrscheinlich für das sogenannte **“French Paradoxon“** (relativ **geringe Häufigkeit an Herz-Kreislauferkrankungen in Frankreich**) mitverantwortlich ist. Auch die Flavonoide oder die Geruchs- und Geschmacksstoffe aus Zwiebeln und Knoblauch gehören zu dieser Gruppe.



## Juice PLUS + ® - das Beste aus Obst und Gemüse

Um dem Organismus das zu geben, was er braucht, ist heute allgemein bekannt und wissenschaftlich belegt, dass **täglich 5-7 Portionen** (= 1 Handvoll), insgesamt **650-800 Gramm**, Obst, Beeren und Gemüse gegessen werden sollten. Dadurch könnte das Risiko von Herz-Kreislauf Erkrankungen, ernährungsbedingten Krebserkrankungen, Bluthochdruck, Gicht und Rheuma in der Bevölkerung deutlich gesenkt werden. Heutzutage schaffen es die Wenigsten, 5-7 Portionen Obst, Beeren und Gemüse zu verzehren.

Dazu kommt außerdem, dass gekaufte Ware aus dem Supermarkt meist schon viel zu lange gelagert/transportiert worden ist und dadurch bereits viele Inhaltsstoffe verloren gegangen sind.

Juice PLUS + ® hat die ideale Lösung gefunden: die Herstellung eines wertvollen hochkonzentrierten Saftpulvers aus Obst, Gemüse + Beeren, **vollreif und erntefrisch**, direkt von sonnenverwöhnten Feldern geerntet. Die **Herstellung von JP erfolgt direkt vor Ort** und hat sich bestens bewährt.

Die maximale Erhaltung der Nährstoffe ist gewährleistet. Studien belegen, dass der Körper die Nährstoffe aus hochkonzentriertem, pulverisiertem Saft teilweise sogar **besser aufnehmen und verwerten** kann als aus frischem Obst und Gemüse.

### Die Herstellung des exklusiven Juice Plus+ Pulver

Bei der Entwicklung von JP hat das Wissen um die außergewöhnliche Bedeutung von Obst und Gemüse eine zentrale Rolle gespielt. Aus diesem Grund zielen auch sämtliche Produktionsschritte darauf ab, die ursprünglichen **Gegebenheiten der Natur weit möglichst zu erhalten**.

JP wird aus frischem, **qualitativ hochwertigen** Obst, Gemüse und Beeren hergestellt. Dabei wird jeder einzelne Schritt genau kontrolliert, damit die natürliche Reinheit des Produkts gewährleistet und eine Belastung durch Pestizide oder andere Schadstoffe ausgeschlossen werden kann.

Es werden nur erntefrische und vollreife Früchte verwendet, die bekanntermaßen über den höchsten Anteil wertvoller sowie essenzieller Inhaltsstoffe, v.a. sekundärer Pflanzenstoffe (SPS), verfügen.

Ein weiterer wesentlicher Schritt ist die **optimale Versaftung** der Früchte. Dadurch können vermehrt hochwertige Mikronährstoffe, die dadurch später im Körper hervorragend aufgenommen und verwendet werden, freigesetzt werden.

In einem hoch entwickelten wie **schonenden Trocknungsverfahren** nach firmeneigener Methode wird dieser Saft dehydriert (entwässert) und zu Pulver verarbeitet. Dabei wird sehr **sorgfältig kontrolliert**, dass die natürlichen Inhaltsstoffe bei der Verarbeitung keinen hohen Temperaturen ausgesetzt werden, um die Erhaltung **höchstmöglicher Anteile der ursprünglichen pflanzlichen Inhaltsstoffe** zu gewährleisten.

Das Ergebnis dieser Prozesse ist ein hochkonzentriertes Saftpulver – die eigentliche Essenz unserer JP Produkte; eine Essenz die JP zu einem einzigartigen Produkt macht. Insbesondere die JP Kapseln Obst-, Gemüse- und Beerenauslese bieten daher schon seit mehr als einem Jahrzehnt für jeden von uns die Möglichkeit, seine tägliche Ernährung auf einfachste Weise zu optimieren.



## Die Natur zum Vorbild

JP ist weit mehr als ein Produkt aus Vitaminen und Mineralstoffen, denn.....

... die Basis von JP sind ganze Früchte nährstoffreicher Obst-, Gemüse- und Beerenarten, die äußerst schonend zu einem hoch konzentrierten Obst-, Gemüse- und Beerenpulver verarbeitet werden.

JP liefert dem zu Folge nicht nur **natürliche Vitamine und andere bekannte Mikronährstoffe, sondern auch eine Fülle an sekundären Pflanzenstoffen, Antioxidanzien, Chlorophyll** und andere wertvolle Nährstoffe, die wir in frischem Obst und Gemüse - sowie selbstverständlich auch in frischen Beeren - vorfinden.

Die in JP vorhandenen unterschiedlichen Nährstoffe wirken in **Nährstoffsynergien** bzw. ergänzen sich ideal. Sie liefern dadurch einen zusätzlichen Beitrag in die Gesundheit. Aufgrund von Laboranalysen sowie wissenschaftlichen Studien wurde bestätigt, dass JP eine beeindruckende Vielfalt wertvoller Inhaltsstoffe bieten, die auch hervorragend vom Organismus aufgenommen und verwertet werden kann.

### Zusammensetzung

**Die hochwertigen Pulver sind aus folgenden Obst-, Gemüse- und Beerenarten zusammengesetzt:**

#### Obst

Äpfel	Orangen	Ananas	Moosbeeren	Acerolakirschen
Pfirsiche	Papaya	Rote Beete	Datteln	Zwetschgen

#### Gemüse

Karotten	Petersilie	Rüben	Brokkoli	Grünkohl
Weißkohl	Tomaten	Spinat	Knoblauch	

#### Beeren

Concord Trauben	Heidelbeeren	Blaubeeren	Brombeeren	Holunderbeeren
Himbeeren	Moosbeeren	Traubenkerne	Rote und Schwarze Johannisbeeren	

### Qualitätsgarantie

Kontinuierliche strenge Qualitätskontrollen nach höchsten Anforderungen sichern die Qualität von JP und gewährleisten dem Konsumenten stets ein einwandfreies Produkt von herausragender Qualität. Der **Hersteller**, Natural Alternatives International (NAI), San Marcos/Kalifornien, mit Niederlassung in Lugano, Schweiz, **ist für folgende international definierte Standards** zertifiziert.

- **NSF International** ( ist für unabhängige Qualitätszertifizierungen zuständig) – GMP (Good Manufacturing Practice) – Zertifizierung
- **National Nutritional Foods Association** - GMP – Zertifizierung
- **Therapeutic Goods Administration of Australia (TGA)** - GMP – Zertifizierung
- **United States Pharmacopeia (USP):**  
NAI erfüllt die USP-Normen für Produktqualität, Reinheit und Auflösbarkeit
- **Swiss Medic:**  
Lizenzierung von NAI-Europe zur Produktion von Pharmazeutika, Verpackung, Import und Export
- **Institut Fresenius Qualitätssiegel** - Fresenius Zertifizierung



Integrierender Bestandteil dieser Standards sind regelmäßige Qualitätskontrollen während der verschiedenen Produktionsschritte, sowohl durch **hochentwickelte interne Analysemethoden** als auch durch **unabhängige externe Untersuchung**. Dies gewährleistet eine konstante Qualität, die allen Anforderungen gerecht wird.

Ein Höchstmaß an Qualität wird auch dank firmeneigener exklusiver Herstellungsverfahren, die über Jahre stets weiter optimiert werden, gewährleistet. Dadurch kann eine maximale Erhaltung der wertvollen Mikronährstoffe garantiert werden.

Eine **herausragende Qualität** bedingt, dass in sämtlichen Produkten **keine Schadstoffe** nachweisbar sind – und dass, obwohl Umwelteinflüsse nie völlig ausgeschlossen werden können. Dazu wird JP während der gesamten Produktion, beginnend beim Saft, dann bei der Produktion des hochwertigen Saftpulvers und schließlich als fertiges Produkt kontinuierlich auf Rückstände von Schadstoffen untersucht, denn für die Freigabe der Rohstoffe dürfen keinerlei Rückstände nachweisbar sein.

Sie erhalten höchste Qualität für ihre Gesundheit.

### **Juice PLUS+ ® - auf einen Blick**

- wertvolle Mikronährstoffe aus:
  - Obst, Gemüse und Beeren in ihrem natürlichen Umfeld (Nährstoffsynergie)**
- unzählige sekundäre Pflanzenstoffe (SPS)
- laktosefrei (enthält keine Milchzuckerbestandteile), Fructose ist in Spuren enthalten (ca. 1 BE/ Monatspackung, optimal für Diabetiker)
- glutenfrei (unter 20ppm (mg/kg))
- bestens wissenschaftlich belegte Bioverfügbarkeit, hervorragende Qualität

**Frei von :**

- Konservierungsstoffen
- Synthetischen Farbstoffen
- Chemischen Stabilisatoren
- Herbiziden/Insektiziden/Schwermetallen/Nitrat
- Gentechnisch modifizieren Stoffen(GMO)
- Künstlichen Aromen

