



Nezahrnujte do pitného režimu!

Ovocné čaje – NE!

Nepřidávejte CITRÓN!

## BYLINKOVÝ ČAJ

- Pouze z některých bylin
- Nepijte mátový čaj
- Pozor na čaje s vysokým obsahem vitamínu C

Po celou dobu dietního programu doporučujeme pít čaje z moringy:

**MORINGA** – nejbohatší rostlina na živiny, obsahuje

- 90 živin
- 46 antioxidantů
- 18 aminokyselin
- má vysoký obsah vláknin
- vhodná pro sportovce, vegany, seniory, děti a vegetariány

### Moringa + Fenikl

- podpora a zrychlení metabolismu
- podpora tvorby mateřského mléka
- vhodná pro detoxikaci – pozitivní účinek na vylučování moči
- působí proti nadýmání

### Moringa + Máta

- nedoporučuje se v prvních fázích dietního programu
- pozitivní vliv na činnost trávicího systému, jater a střev
- podporuje obranyschopnost
- pozitivní vliv na relaxaci a spánek
- podporuje přirozené trávení

### Moringa + Kopřiva

- pozitivní vliv na funkci ledvin a močového měchýře
- podporuje správnou střevní mikroflóru a vylučování vody z těla
- stimuluje normální fungování kardiovaskulárního systému
- dodává tělu vitalitu a energii

### Moringa + Ostropestřec

- podporuje správné trávení a činnost jater a střev
- podporuje čištění organismu
- pomáhá k udržení normální hladiny cukru v krvi
- působí jako antioxidant

### Moringa + Svízel

- podporuje lymfatický systém
- přírodní antioxidant
- příznivý vliv na pH organismu
- pozitivně ovlivňuje odkyselování
- podpora správného trávení, střev a jater
- celkové čištění těla

### Moringa + Andělíka

- má příznivý vliv na pH – odkyseluje organismus
- podporuje správné trávení a činnost jater

## ZELENÝ ČAJ

- má ochlazující účinek na náš organismus.
- je vhodný pro pití v teplých dnech nebo při pocitech horkosti v těle.
- stimuluje nervovou soustavu a psychické síly.
- zvyšuje soustředěnost, bdělost, vnímavost, odstraňuje únavu a při tom celkově uklidňuje.
- působí jako antioxidant.
- podporuje trávení a detoxikaci organismu.
- Dehydruje, je tedy nutné pít k zelenému čaji i větší množství vody.