



PERFECT BALANCE

**supergezonde oliemengeling met
omega-3, omega-6 en omega-9**

Deze combinatie van bijzondere biologische oliën bevat precies de essentiële vetzuren die uw lichaam nodig heeft om goed te kunnen functioneren: met omega-3, omega-6 en omega-9 vetzuren in de optimale verhouding.



PERFECT BALANCE voldoet aan de hoogste eisen die je aan een olie kunt stellen, zowel op het gebied van gezondheid als smaak en houdbaarheid en bovendien milieuvriendelijk geproduceerd. Het uitgebalanceerde oliemengsel bevat: lijnzaadolie*, zonnebloemolie*, sesamolie*, kokosnootolie*, pompoenpitolie*, teunisbloemolie, rijstkiemolie, bernagieolie* en haverkiemolie. (*=biologisch) Elke olie in deze melange heeft zijn eigen functie en eigenschappen. Alle ingrediënten zijn ongeraffineerd, koudgeperst en waar mogelijk van biologische kwaliteit. Daarnaast bevat Perfect Balance natuurlijke vitamine E als antioxidant, rozemarijnextract voor de houdbaarheid en lecithine dat er voor zorgt dat de vetten goed worden opgenomen.

WAAROM ESSENTIËLE VETZUREN?

Niet alle vetten zijn ongezond, integendeel. Maar de ‘meervoudig onverzadigde vetzuren’, zoals in lijnzaadolie, vis, noten en zaden, zijn voor de gezondheid absoluut onmisbaar. Ze worden ook wel essentiële vetzuren genoemd, omdat het lichaam ze nodig heeft en niet zelf kan aanmaken. We moeten deze belangrijke vetzuren dus via de voeding binnenkrijgen.

Het lichaam gebruikt essentiële vetzuren voor het functioneren van alle cellen, weefsels en organen.



Essentiële vetzuren hebben vele belangrijke functies in het lichaam. Teveel om op te noemen eigenlijk. Ze ondersteunen de aanmaak van prostaglandines. Dat zijn hormoonachtige stoffen die een rol spelen bij het cholesterolgehalte, de aanmaak van hormonen, de afweer en de bloeddruk. Ze geven langdurig energie en een beter uithoudingsvermogen, doordat ze het lichaam helpen bij de opname van zuurstof. Bovendien ondersteunen ze de stofwisseling, de hersenfunctie en de spijsvertering. Het zijn slankmakende vetten, omdat ze de vetverbranding stimuleren, het vasthouden van vocht voorkomen en de behoefte aan zoetheid verminderen. Voor de huid zijn deze vetzuren een vorm van cosmetica. Zelfs klachten als acne, psoriasis en eczeem kunnen dankzij essentiële vetzuren verminderen. De gewrichten hebben baat bij dit oliemengsel, doordat het als een soort smeerolie werkt en bovendien helpt ontstekingen tegen te gaan.

OMEGA-3 EN OMEGA-6

Er zijn twee soorten essentiële vetzuren: OMEGA-3 (bijv. alfa linoleenzuur) en OMEGA-6 (bijv. linolzuur). Het is belangrijk dat die met elkaar in balans zijn. Onze voeding bevat te weinig omega-3 vetzuren. Een verhouding van 2:1 (omega 3 en 6) is optimaal.



Alleen door verschillende waardevolle oliën op de juiste manier te mengen, kun je die optimale verhouding en dus optimale gezondheid bereiken. PERFECT BALANCE bevat de essentiële vetzuren omega-3, omega-6 in de juiste verhouding, aangepast aan de behoeften van ons westerse voedingspatroon.

OLIËN IN PERFECT BALANCE

Elke olie in deze gezonde melange heeft zijn eigen functie en eigenschappen.

- *Lijnzaad* is toegevoegd als rijkste bron van OMEGA-3 vetzuren. Het is de beste therapeutische olie voor mensen met een tekort aan OMEGA-3.

Lijnzaad voorkomt onder meer dat bloedplaatjes kleverig worden en verlaagt daarmee de kans op hart- en vaatziekten.

- *Zonnebloemolie en sesamolie* leveren de meeste OMEGA-6 en zijn aangenaam van smaak.

- *Teunisbloemolie en bernagieolie* zijn zeer waardevol vanwege het gehalte aan gamma-linoleenzuur (GLA). GLA is onmisbaar voor de aanmaak van belangrijke prostaglandines (type E1).

Deze hormoonachtige stoffen zijn betrokken bij de bloeddruk, het cholesterolpeil, de hartfunctie en vaatverwijdende werking. Allemaal factoren dus om hart-



en vaatziekten te voorkomen. Gamma-linoleenzuur lijkt op linolzuur (OMEGA-6), maar heeft een langere vetzuurketen. Het is een stuk zeldzamer. Een veelgebruikte bron van GLA is teunisbloemolie. Ook bernagieolie, dat een stuk duurder is, bevat GLA. Zelfs tweemaal zoveel als teunisbloemolie.

- *Kokosnootolie* is toegevoegd omdat het vetzuren bevat met een middellange keten. Deze zogenaamde triglyceriden zijn goed voor de lever, hebben een cholesterolverlagende werking en verbeteren de vetopname.

- *Pompoenpitolie* is niet alleen heerlijk, maar bevat ook OMEGA-3, -6 en -9 vetzuren. Pompoenpitten staan bekend om hun heilzame werking voor de prostaat.

- *Rijstkiemolie* is een stabiele OMEGA-6 olie.

In ongeraffineerde vorm is deze olie een rijke bron van natuurlijke wassen en sterolen, die het cholesterolgehalte verlagen.

- *Haverkiemolie*: is onder andere waardevol vanwege de OMEGA-6 en -9 vetzuren.

UNIEK PRODUCTIEPROCES

Deze bijzondere oliemelange is mechanisch geperst onder perfecte omstandigheden: vrij van licht en bij een lage temperatuur. De olie wordt zuurstofvrij gebotteld en bevat geen transvetzuren. Dit unieke proces is ont-



wikkeld als garantie voor maximale stabiliteit van de oliën, optimale voedingswaarde en versheid.

Waar mogelijk zijn alle ingrediënten van het oliemengsel biologisch geteeld. Dat is tevens een garantie dat ze niet genetisch gemanipuleerd zijn. Geen enkele olie in deze melange heeft chemische bewerkingen ondergaan. Vanzelfsprekend zijn er geen chemische of synthetische toevoegingen gebruikt. Omega & More PERFECT BALANCE is verpakt in 500 en 250 ml flessen van donker glas, waarin de gevoelige essentiële vetzuren worden beschermd tegen lucht en licht. De oliemelange is ook verkrijgbaar in capsules van 1000 mg.

EN DE SMAAK?

Die is voortreffelijk. Verfijnd, nootachtig en beslist niet bitter. Daardoor is PERFECT BALANCE heerlijk over salades en gekookte groentes, in de yoghurt, met Hüttenkäse, door vruchten- en groentesappen. Of gewoon puur op z'n Italiaans, om een stuk brood in te dopen. Vanwege de kwetsbaarheid van de vetzuren mag deze melange beslist niet verhit worden (boven 50°C). De oliemelange is dus NIET geschikt voor bakken, braden of frituren. U kunt beter bakken in stabiele vetten zoals roomboter of kokosvet.



MEER DAN EEN VOEDINGSMIDDEL

In de eerste plaats is PERFECT BALANCE een voedingsmiddel. Maar gezien de unieke samenstelling heeft de melange veel weg van een voedingssupplement. De meeste mensen gebruiken de oliemelange dan ook als bron van essentiële vetzuren, een gezonde aanvulling op hun dagelijkse voeding. Eventueel in combinatie met THE MISSING LINK, dat uitstekend met PERFECT BALANCE olie kan worden gemengd.

Wilt u meer weten over het gezond gebruik van oliën en vetten? Vraag dan naar ons boekje: *Het gebruik van oliën en vetten met gezond verstand.*

ANDERE PRODUCTEN

Kokosolie;

Lijnzaadolie met knoflook en chili

(een culinaire sensatie);

The Missing Link in versies voor mens en dier;

Omega Blast Smoothies

Canadian Essence (een traditionele kruidenmelange)

Bezoek ook het forum op www.witsenburg.net



Skal 1847



De Amerikaanse wetenschapster Mary Enig schreef het boek **"Feiten over Vetten"**. Gebaseerd op internationaal wetenschappelijk onderzoek vertelt ze op heldere wijze over de relatie tussen vetten en gezondheid. Dit boek is geschreven voor de gezondheidsbewuste consument en voor mensen die zich vakmatig met voeding en gezondheid bezighouden, zoals artsen, therapeuten en diëtisten. **"Feiten over Vetten"** is nu ook in een prachtige Nederlandse versie verkrijgbaar.
(ISBN 90-806706-18)

Feiten over Vetten

Het complete basiswerk over
de voedingswaarde van oliën,
vetten en cholesterol.

Mary G. Enig, Ph.D.

Witsenburg



De Lasso Zuid 3a, 2371 EV Roelofarendsveen

tel: 071 33 14 631, fax: 071 33 12 944

E-mail: info@wnp.nl Internet: www.wnp.nl

