

5/2016

Luontaistuntija

PALVELEVA TERVEYSKAUPPASI



AINOASTAAN LUONTAISTUNTIJALTA!

Aito B12-vitamiini

Aito B12-imeskelytabletti sisältää 1000 µg metyylikobalamiinia, joka on B12-vitamiinin aktiivinen muoto. Pieni, neutraalinmakuinen tabletti.



UUTUUS! **17,90**
90 tabl.

Pohjoismaiden mestari
Anthony Gullsten:

*Kiipeilyssä on
haastavuutta
ja jännitystä*

s. 4

Kuva: Eija Huhtikorpi



Estä krampit ja suonenvedot

Magnesiumsitraatti

Magnesium edistää lihasten ja hermoston normaalia toimintaa sekä auttaa vähentämään väsymystä ja uupumusta.

9,90

30 pss
(ovh. 25,40)
66 e/kg

120 tabl.
(ovh. 15,20)
75 e/kg

**HUIPPU-
TARJOUS!**



Liikettä niveliin!

NivelTeho

NivelTeho on kuuden tutkitun aktiiviaineen yhdistelmä: MSM, inkivääriuute, glukosamiini, kondroitiinisulfaatti, kupari ja C-vitamiini. Vuoden 2015 terveystuote. Tuhansia tyytyväisiä käyttäjiä.

120 kaps.
(ovh. 43,10)
352,35 e/kg

29,95

Tutustu heinäkuun tarjouksiin!

HEINÄKUUN TARJOUKSET

ASiantuntevissa luontaistuntija-myymlöissä
ja verkkokaupassa

Sinkki-kupari-beetakaroteeni -ravintolisä

VIRIDIAN SINKKI

Sinkki on tärkeä hivenaine limakalvojen hyvinvoinnille. Lisäksi A-vitamiinin esiasteena toimiva beetakaroteeni edistää limakalvojen pysymistä normaaleina. Sinkin pitkäaikaisen käytön yhteydessä tulee huomioida myös kuparin riittävä saanti.



10,00
30 kaps.

23,90
90 kaps.

*Ainoastaan
Luontaistuntijalta!*

Herkille limakalvoille

OMEGA 7

Ainutlaatuinen ja tutkittu kaksoistyrniöljy uudistaa ja vahvistaa limakalvoja. Hoitaa, ravitsee ja uudistaa myös ihoa.



45,90

150 kaps.
(ovh. 62,80)
437,15 e / kg

Miehiseen hyvinvointiin!

KP 2000 TOTAL

KP 2000 Total ylläpitää mieskuntoa ja testosteronitasoja. Enemmän halua, kykyä ja nautintoa.



**YLI
-30%**

29,90

60 tabl.
(ovh. 44,45)
533,90 e / kg

Virtsankarkailuun

INKONTIN

Ravintolisä virtsankarkailun ehkäisemiseksi. Kurpitsansiemenute-soijauutevalmiste sopii niin miehille kuin naisille.



18,90

60 tabl.
(ovh. 25,35)

35,00

2 x 60 tabl.

Balsamia kesävatsoille

SILICUM TONIC

Suomalainen pihlappogeeli sisältää vuorikristallista saatua piioksidia, joka sitoo itseensä suuontelossa, mahalaukussa ja suolistossa olevia ympäristömyrkyjä. Se suojaaa limakalvoja esim. silloin, jos rasvainen ruoka, runsas kahvinjuonti, lääkitys tms. ärsyttävät vatsaa.



14,50

2 x 250 ml
(ovh. 16,75)
29 e / l

Vahvaa vastustuskykyä

LACTO SEVEN

Sisältää seitsemää erilaista kylmäkuivattua, luonnollista maitohappobakteerikantaa (mm. Lactobacillus- ja Bifidobacterium -kantoja), inuliinia ja D3-vitamiinia. Käytä päivittäin, ja erityisesti antibioottikuurin aikana, etelänmatkoilla ja ruokavaliomuutoksissa.



18,90

100 tabl.
+ 20 tabl.
(ovh. 28,30)

*Kaupan päälle
20 tabl.
Rajoitettu erä!*

Kollageenibuusteri

SKINGAIN

Ihon ja nivelten hyvinvoinnin tueksi. Sisältää patentoidun yhdistelmän 1- ja 2. tyypin kollageenia.



39,90

30 annospussia
(ovh. 47,30)
240,35 e / kg

Saatavilla myös Oxytarm
"suoliston suursiivoukseen",
26,90 e, 120 tabl.
(ovh. 31,50) 269 e/kg

Pitkävaikutteinen

VAHVA KARNOSIINI 400 MG

Aurinko, stressi, huonot ruokailutottumukset, tupakointi ja ihon altistuminen säämuutoksille aiheuttaa ikääntymisen merkkejä iholle. Karnosiini on elimistön oma sisäinen antioksidantti. Torju ikääntymisen merkit ihollasi!



23,90

80 tabl.
(ovh. 29,90)
362,10 e / kg

-20%

Lehden tarjoukset voimassa 2.–29.7.2016.

Voimassa niin kauan kuin tuotteita riittää.
Valikoima saattaa vaihdella myymälöittäin.
Myymälät ja verkkokauppa: www.luontaistuntijat.fi

Näin saat vatsasi toimimaan

FRUCTOLAX

Fructolax edistää suolen toimintaa hellävaraisesti mutta varmasti. 100 % luonnolliset valmisteet toimivat tehokkaasti häiritsemättä suoliston herkkää flooraa. Maista hyvänmakuisia kuutioita tai nauti tabletteina vesilasillisen kera ja vatsasi toimii normaalisti jälleen aamulla.

14,95

24 kpl
(ovh. 19,80)
62,30 e / kg

14,95

30 tabl.
(ovh. 19,80)

LÄHES
-25%



Väsyneille jaloille

WONDER LEGS

Sisältää luontaisia proantosyanidiineja (OPG), jotka voivat helpottaa raskailta tuntuvia ja väsyneitä jalkoja. Bioaktiivinen yhdistelmä auttaa vähentämään jalkojen väsymystä ja turvotusta pitkäaikaisen istumisen tai seisomisen jälkeen.

19,95

30 tabl.
(ovh. 26,10)

HUIPPU-
TARJOUS!



Väsymykseen, uupumukseen ja stressiin!

UBIKINONI 150 MG

Ubikinoni on rasvaliukoinen vitamiininkaltainen aine, joka tuottaa energiaa soluihin. Ubikinonin tarvetta lisäävät mm. ikääntyminen, stressi, voimakas fyysinen rasitus, tupakointi ja kolesterolia alentavien lääkkeiden käyttö. Kotimainen avainlipputuote.

28,90

60 kaps.
(ovh. 42,75)

49,90

120 kaps.
(ovh. 74,85)
733,80 e / kg

YLI
-30%



Aineenvaihdunta tasapainoon

VALMARIN

Valmarin-kivennäisliuos korjaa elimistön happo-emästasapainoa ja edistää ruoansulatusta. Sopii erityisesti laihduttajille, urheilu-uroritusten jälkeen, avuksi närästyksen ja hitaaseen vatsan toimintaan.

5,50

250 ml
(ovh. 6,10)
22 e/l



Terveyskaistan NivelTeho

Kuuden aktiiviaineen yhdistelmä!



Glukosamiini

Glukosamiini on nivelnesteessä liukastavien ja voitelevien rakenteiden tärkeä osa.

Kondroitiinisulfaatti

Kondroitiinisulfaatti on osa ruston kimmoisien osien rakennetta.

MSM

Nivelnesteessä MSM tukee aineenvaihduntaa ja kuona-aineiden poistoa.

Inkivääriuute

Inkivääriuute sisältää eteerisiä öljyjä, jotka helpottavat kipua, estävät tulehduksia ja hapettumisrappeumaa.

Kupari

Edistää sidekudosten pysymistä normaalina.

C-vitamiini

Edistää normaalia kollageenin muodostumista.

Terveyskaista

Terveyskaistan laadukkaita, suomalaisia hyvinvointituotteita

Luontaistuntija
Palveleva terveyskauppa

Asiakaslehti 5/2016

Julkaisija: Luontaistuntijat Osk
info@luontaistuntijat.fi
www.luontaistuntijat.fi

Paino: Hansaprint Oy
Taitto: Faktor Oy
ISSN 0785 0433, LUTU16_05



Seuraa meitä somessa!



Kiipeilijä Anthony Gullsten:

Kun kiipeän, en ajattele mitään muuta

Kiipeilyharrastus on kasvattanut suosiotaan jatkuvasti viime vuosina.

Etenkin boulderointi eli matalalla kiipeily on houkuttanut uusia harrastajia lajin pariin.

Helsinkiläiselle Anthony Gullstenille, 24, kiipeily on työ ja elämäntapa.

Anthony eli Andy Gullsten löysi lajin 13-vuotiaana.

– Ensimmäinen kiipeilykerta tuntui jännittävältä ja törkeän vaikealta! Minulla oli alussa korkean paikan kammoa, joka kuitenkin hävisi muutama vuoden jälkeen.

Nuorena aloitettu laji tuli jäädäkseen. Nykyisin Gullsten tekee työkseen kiipeilyyn liittyviä asioita. Päivätyö on Helsingissä Salmisaaren Kiipeilyareenalla ja arkeen kuuluu paljon kiipeilyä myös vapaa-ajalla, kuten tämän kevään kiipeilymatka Italiaan ja Ranskaan.

BOULDEROINTI ON SUOSITUINTA

Boulderointi eli matalalla kiipeily on yksi kiipeilyn alalajeista, kuten vuorikiipeily tai jääkiipeily. Eniten lajin harrastajia on juuri boulderoinnissa sekä myös sportti-kiipeilyssä, jossa kiivetään huomattavasti korkeammalle, aina 40–60 metriin asti.

Kiipeilyhalleja on viime vuosina ilmestynyt kuin sieninä sateella. Miksi kiipeilystä on tullut näin suosittua?

– Tämä on helppoa ja mukavaa tekemistä, josta löytyy myös haastetta. Suurin osa nykyisistä halleista on boulderointihalleja. Tässä lajissa ei tarvitse pelätä korkeita paikkoja kuten köysikiipeilyssä – boulderoin-

nissa kiipeilyseinien korkeus on enintään 4,5 metriä ja alla on patjat. Kiipeily sopii kaikenikäisille ja -painoisille, Andy Gullsten mainitsee.

KIPEILY TUNTUU LUONNOLLISELTA

Andy Gullstenin lajeja ovat boulderointi ja sportti-kiipeily. Hän kuuluu Suomen maajoukkueeseen ja on useiden Boulder SM- ja PM-kisojen voittaja. Lisäksi hän on osallistunut menestyksekkäästi myös EM- ja MM-kisoihin. Andy on hyvin innostunut lajistaan.

– Oma motivaatio vie minua lajin pariin, tuntuu luonnolliselta tehdä tätä. Kiipeilyssä tarvitaan vähän kaikkea: laji on tekninen, voimallinen ja monipuolinen. On haastavuutta ja jännitystä, monta eri mielentilaa, hän kuvailee.

– Kun kiipeän, keskityn täysin, en ajattele mitään muuta.

Urheilija kuluttaa ja tarvitsee paljon energiaa. Ruokavaliotaan Andy Gullsten ei ole kovin tarkkaan seurannut, mutta pyrkii syömään monipuolisesti ja terveellisesti. Ravintolisät ja urheiluvälineet ovat käytössä tarpeen mukaan. Magnesiumia Andy hyödyntää lihasten palautumiseen ja pieniin krampeihin.

Muista magnesium kesällä!

Magnesium edistää lihasten ja hermoston normaalia toimintaa ja auttaa vähentämään väsymystä ja uupumusta. Kannattaa pitää huolta, että saat riittävästi magnesiumia!

Magnesiumsitraatti-tuotteet sopivat erityisesti:

- aktiiviileikkejille
- urheilijoille sekä
- krampeista ja suonenvetoista kärsiville.

Terveyskaistan Magnesiumsitraattijuoma on appelsiinimakuinen ja makeutettu steviolalla. Magnesiumsitraattia on saatavilla myös helposti nieltävinä ja nopeasti imeytyvinä tabletteina.

Andy Gullsten kiipeilee usein myös ulkona, esimerkiksi Helsingissä Lauttasaaren kallioilla. Ulkokiipeilyssä käytetään patjoja, se tekee lajista turvallisempaa.

**Vahvaa
vastustuskykyä!**

LACTO SEVEN®



+



Huippu- tarjous!

**Osta 100 tabl.
saat 20 tabl.
kaupan päälle**

Kampanjapakkausta rajoitettu erä,
tarjous voimassa niin kauan kuin
tavaraa riittää.



- ✓ Päivittäiseen vastustuskykyyn
- ✓ Antibioottikuurin aikana
- ✓ Lomamatkoilla
- ✓ Ruokavaliomuutoksissa

Vitabalans oy

Ainoastaan Luontaistuntijalta!

viridian
Ethical vitamins with an organic heart

SINKKI- SYNERGIAA HYVIN IMEYTYVÄSSÄ MUODOSSA

Viridian Balanced Zinc Complex on laadukas sinkki-kupari-beetakaroteeniravintolisä.

Sinkillä on keskeinen rooli monissa elimistön toiminnoissa. A-vitamiinin esiaste beetakaroteeni edistää mm. ihon ja näön pysymistä normaaleina. Kuparia on lisätty tasapainottamaan elimistön luonnollista sinkki-kuparisuhdetta.

Vastustuskyvyille

Ihon, hiusten ja kynsien
hyvinvointiin

Happo-emästasapainon
ylläpitoon

Hedelmällisyyteen

Suojaamaan soluja
hapetusstressiltä

Muistiin ja
oppimiseen

Näköaistille



PUHTAAT, EETTISET JA LAADUKKAAT VIRIDIAN-RAVINTOLISÄT

Viridian-sarjassa on keskeistä puhtaus, ympäristön huomioon ottaminen ja eettisyys. Tuotteet eivät sisällä lisä- tai sidosaineita, ja ainesosat on valittu huolellisesti. Viridianin käyttämät raaka-aineet ovat ensiluokkaisen laadukkaita ja puhtaita: yli 40 % valmisteista on luomusertifioituja, eivätkä tuotteet sisällä geenimuunneltuja ainesosia. Tuotteita ei ole säteilytetty eikä testattu eläinkokein. Jokaisesta myydystä tuotteesta menee osuus hyväntekeväisyyteen lasten ja ympäristön auttamiseksi. Viridian-ravintolisä voit ostaa ainoastaan Luontaistuntija-myymöloistä ja -verkkokaupasta.



Seuraa meitä Facebookissa:
ViridianSuomi

Apua VÄSYNEILLE JALOILLE

Martan kehon ja jalkojen jäykistymisen tekivät hänestä väsyneen ja ilottoman.

Eläkkeelle jäänyt Martta pitää ystäviensä ja naapuriensa kanssa ulkoilemisesta ja puuhastelusta. Liikuntakyvyn heikkeneminen vaikutti Marttan elämään ja sai hänet tuntemaan itsensä yksinäiseksi. Martta oli kokeillut kaikenlaisia apukeinoja, kunnes hän kuuli naapuriltaan Wonder Legs -tableteista, jotka sisältävät rannikkomännyn kuoriuutetta sekä viinirypäleen lehtiä. Naapurin suosituksesta Martta päätti kokeilla tabletteja, vaikka epäilikin niiden tehoa.

LISÄENERGIAA JA ELÄMÄNILOA

- Olen todella iloinen, että päätin aloittaa Wonder Legsien käytön. Minun ei enää tarvitse miettiä, pystynkö osallistumaan aktiviteetteihin ystäväni kanssa tai pääsenkö portaita ylös. Wonder Legs tekee jaloistani notkeammat, ja minulla on enemmän energiaa. Ystäväni ovat huomanneet, kuinka paljon virkeämpi olen.

TESTIRYHMÄSSÄ HYVÄKSI HAVAITU

Testiryhmästämme 65 % havaitsi turvotuksen ja väsymyksen vähentyneen yhden viikon käytön jälkeen. Kahden viikon jälkeen 75 % testiryhmään osallistuneista huomasi jalkojensa voivan huomattavasti paremmin.



New Nordic Oy:
(09) 8540 742
ark. 10-16
info@newnordic.fi
www.newnordic.com

Näin saat vatsasi toimimaan



100%
luonnollinen



**Fructolax edistää
suolen toimintaa hellävaraisesti,
luonnollisesti ja tehokkaasti.**

Valmistettu 100 % hedelmistä ja kuiduista eikä sisällä keinotekoisia säilöntä- tai väriaineita. Kasviperäiset ainesosat toimivat häiritsemättä suolen herkkää flooraa.



Birgit Stenroos, fytonomi

Suomalainen piigeeli hellii kesävatsoja

Kesään kuuluu grillaaminen ja reissaaminen. Erilainen ruoka ja ruokarytmi kuin normaalisti voi kuitenkin aiheuttaa monille ongelmia. Grilliherkut voivat aiheuttaa toisille närästystä, turvotusta, ilmavaivoja ja ummetusta. Suolisto on yksi ihmisen tärkeimmistä elimistä. Jos suolisto voi huonosti, sen vaikutus ulottuu kaikkialle ja sen oikuttelu voi pilata ihanimmatkin kesäpäivät. Luonnossa on kuitenkin hyviä aineita, joilla voi helpottaa tilannetta, jos vatsa oireilee.

Monet kärsivät **happamista röyhtäisistä ja närästyksestä**, jotka voivat johtua vatsahapoista. Vatsalaukussa muodostuvat vatsahapot ovat välttämättömiä, jotta syömämme ruoka sulaisi. Samalla juuri **liialliset vatsahapot** voivat aiheuttaa polttavaa närästystä ja happamia röyhtäisiä sekä estää suoliston entsyymien toimintaa ja tuhota suolen kudoksia. Vatsahapot voivat ruokatorveen päästessään vahingoittaa sen limakalvoa ja aiheuttaa ikävän polteen. Mausteinen ja rasvainen ruoka lisää vatsahappojen tuottoa, samoin esimerkiksi kahvi, hiilihappoiset juomat ja alkoholi. Närästyksestä voivat kärsiä yhtä hyvin miehet, naiset, lapset ja jopa lemmikkieläimet. On arvioitu, että närästys vaivaa joka kymmenettä suomalaista.

VATSABALSAMI JA MAITOHAPPOBAKTEERIT

Vahvoja, ihmisperäisiä maitohappobakteereita kannattaa käyttää **kesällä** ja reissatessa vaikka **päivittäin**. Maitohappobakteereita suositellaan erityisesti **ulkomaan-**

matkaajille, mutta ihan yhtä lailla niistä hyötyy **jokainen**.

Suomalainen piihappogeeli voi taas olla apu niille, joilla rasvainen ja mausteinen ruoka ärsyttää helposti vatsaa. Siinä yhdistyvät kahden luonnonaineen tehot.

Suomalainen piihappogeeli voi olla apu niille, joilla rasvainen ja mausteinen ruoka ärsyttää helposti vatsaa.

Silicum Tonic on vuorikristallista saatua nestemäistä piitä. Pienikiteinen piikristalli kykenee sitomaan itseensä suuontelossa, ruokatorvessa, mahalaukussa ja suolistossa olevia ympäristömyrkyjä. Se voi muodostaa limakalvojen pinnalle ”suojakelmuja”, jotka suojaavat limakalvojen kerroksia.

Piihappogeeli sitoo myös suolistokaasuja ja vähentää turpoamiseen liittyviä vaivoja.

Karmelloosi on eri kasvilajeista saatava liukoinen kuitu. Se tunnetaan lääketieteessä paremmin kuin piigeeli. **Silicum Tonicin** nestemäinen karmelloosi on vesiliukoista, hajutonta ja lievästi emäksistä. Se käyttäytyy ihmisen limakalvon erittämän oman lima-aineen tavoin joutuessaan kosketuksiin mahahappojen kanssa. Karmelloosi muodostaa luonnollista limakalvoa myötäilevän kalvon. Se reagoi vatsahappojen kanssa ja yhdessä piihiukkasten kanssa se sitoo ruokatorvessa ja mahasuolikanavassa syntyviä haitallisia aineita.

Kun vatsa vaivaa, ota tuotetta ruokalusikallinen useita kertoja päivässä. Voit käyttää geeliä myös **ennaltaehkäisevästi** (1 rkl / pv). Piigeeliä ei voi ottaa liikaa. Piigeeli ei estä lääkeaineiden imeytymistä, mutta jos sinulla on runsaasti lääkityksiä, kannattaa pitää pieni väli lääkkeiden ja piigeelin oton välillä (15–30 minuuttia).

Tuote on hyvin imeytyvä piinlähde myös hiuksille, kynsille ja iholle (annostus 2–3 rkl / pv).



Kärsitkö virtsankarkailusta?



Virtsankarkailu eli inkontinenssi on erittäin kiusallinen vaiva, joka on paljon yleisempi kuin luullaan.

Oli virtsanpidätyskykyysi heikkenemiseen syynä mikä tahansa, siihen on mahdollista saada apua uudesta **INKONTIN** -valmisteesta, jonka patentoidut vaikuttavat aineet sopivat sekä naisille että miehille!



Via Naturale®

Via Naturale Oy, Kalliotie 2, 04360 Tuusula

Lisätietoja (09) 8709 856 | info@vianaturale.fi | www.vianaturale.fi



KP 2000 Total

Enemmän halua, kykyä ja nautintoa



KP Total on luontainen vaihtoehto miehen suorituskyvyn lisäämiseen. Se sisältää yrttejä ja sinkkiä, joka ylläpitää normaalia testosteronitasoa. Monipuolisessa KP Total -tuotteessa on lisäksi arginiinia ja seleeniä, joka edistää normaalia siittiöiden muodostumista.

Saatavilla Luontaistuntija-myymöloistä.

www.bioteekki.fi



Juha Sihvonen, FM Elintarvikekemia

Tyrniöljystä apu vaihdevuosisien jälkeiseen intiimialueiden kuivuuteen

Tiesitkö, että kehomme limakalvojen kokonaisala on huikeat 200 m²? Niiden tehtävänä on suojata silmien, suun, hengitysteiden, ruuansulatuskanavan, virtsateiden ja intiimialueiden pintoja. Vasta limakalvojen haurastuessa huomaamme niiden vaikutukset elämän laatuun. Naisilla tyypillisin kuivuusoire on intiimialueiden kutina ja polttelu.

Limakalvot muodostavat elintärkeän suojan mm. silmissä, suussa, hengitysteissä, ruuansulatuskanavassa, virtsateissä ja intiimialueilla. Liukkaat ja ehjät limakalvot saavat taudinaiheuttajien otteet lipsumaan ja pysymään meistä loitolla. Monin paikoin limakalvot takaavat myös optimaaliset kasvuo-
luot hyvälle, terveyttä edistävälle maitohappobakteereille. Näin tapahtuu suolistossa, mutta myös intiimialueilla. Intiimialueiden kosteat limakalvot ovat lisäksi tärkeä osa nautinnollista seksielämää.

VAIHDEVUODET KUIVATTAVAT

Limakalvot voivat haurastua ja kuivua monestakin syystä. Naisilla yleisin syy kuivuuteen on vaihdevuosisien myötä hiipuva estrogeenin tuotto. Estrogeeni ohjaa naisen hedelmällistä elämänvaihetta monin tavoin. Se säätelee kohdun limakalvojen uudistumiskiertoa, mutta ylläpitää samoin kaikkien muidenkin limakalvojen hyvinvointia. Estrogeenin tuoton loputtua ravinnon merkitys limakalvojen rakentajana korostuu. Vaihdevuosisien jälkeen on entistä tärkeämpää, että saamme ravinnosta juuri limakalvojen rakennukseen tarvittavat tärkeät ravintoaineet; hyviä rasvahappoja, kasvisteroleja ja luonnollisia antioksidantteja.

Tutkimus: tyrniöljy korjaa limakalvoja ja lievittää kuivuusoireita

Turun yliopistolla tehty kliininen ravitsemustutkimus* todisti jo käytännössä tunnetun tyrniöljyn terveysvaikutuksen. Tyrniöljyn nauttiminen vahvasti merkittävästi intiimialueiden limakalvoja ja lievitti kuivuusoireita. Tutkimukseen osallistui 116 naista (55–75 v.), jotka nauttivat päivittäin 3 kk ajan vakioitua SBA24-tyrniöljyä tai lumevalmistetta. Tutkimuksen koehenkilöillä oli diagnosoitu elämän laatua rajoittava emättimen atrofia.

TURVALLINEN VAIHTOEHTO ESTROGEENIVOITEILLE

Tutkimus tuotti lisätietoa SBA24-tyrniöljyn turvallisuudesta. Öljylisän nauttiminen ei vaikuttanut elimistön estrogeenireseptoreihin. Käytännössä tyrniöljy sopii siis myös naisille, jotka eivät voi käyttää estrogeenivalmisteita intiimialueiden limakalvojen vahvistamiseen.

Tyrniöljy on luonnollinen ravintoaine – ei lääke. Se vaikuttaa elimistömme rasva-
aineenvaihdunnan kautta ja siksi vaikutukset ilmenevät säännöllisessä käytössä 1–2 kk kuluessa. Yksilölliset erot ovat silti

suuria ja jotkut hihkuvat ilosta jo parin viikon käytön myötä.

VAHVISTA SILMIEN LIMAKALVOJEN SUOJAA KESÄN SIITEPÖLYKAUDELLE

Limakalvot suojaavat silmiä ja hengitysteitä myös siitepölyjen rasituksilta. Silmät eivät tulehdu ja kutia yhtä helposti, kun limakalvojen muodostama suoja on kunnossa.

Liukkaat ja ehjät limakalvot saavat taudinaiheuttajien otteet lipsumaan ja pysymään meistä loitolla.

SBA24-KAKSOISTYRNIÖLJY SISÄLTÄÄ TYRNIN KAIKKI RASVALIUKOISET AARTEET

Tutkimuksessa käytettiin tyrnin marjaöljyä ja siemenöljyä sisältävää vakioitua SBA24-kaksoistyrniöljyä. Suomessa valmistettu ja tutkittu öljy sisältää kaikki tyrnin hyvät rasvahapot, kasvisterolit ja rasvaliukoiset antioksidantit luonnon säätelämässä suhteessa. **Kysy Omega7®-kaksoistyrniöljykapseleita lähimmästä Luontaistuntija-myyrmälästä.**

*) Larmo P. et al. Effects of sea buckthorn oil intake on vaginal atrophy in postmenopausal women, *Maturitas*. 2014, 78; 316-321

Näyttelijätär Ritva Oksanen on kehottanut mieskollegojaankin tutustumaan Skingainiin.

Christine Eskola

Ritva Oksasen matkassa aina Skingain ja Oxytarm

– Valitsimme juuri **Pedro Hietasen** kanssa laulut 21.9. Vantaan Teatterin Silkkisalissa ensi-iltansa saavaan *Älä jätä sinua yksin* -konserttiin. Syyskuu kun tulee nopeammin kuin arvaatkaan, Ritva naurahtaa.

– Konsertin teemana on toisen huomioon ottaminen, armo ja rakkaus. Mukana on mm. **Rauli Badding Somerjoen** Paratiisi ja omaa tuotantoani Hiljainen kylätie eli nuoruudenaikaisten suomalaisten laulujen kattaus nykypäivään. Tulkitsen ihmisen tunteja yksinäisyydestä ja rohkeudesta elää ja ottaa vastaan mitä tulee. Lempiajatelmani on: Kaikesta selvittää aina.

– Ei voi olettaakaan, että elämä on tasaista – kenenkään kohdalla. Mutta ihmiselle on annettu toivo, Ritva pohdiskelee.

Juuri 77 vuotta täyttänyt Ritva Oksanen sanoo viihtyvänsä näin, että hänellä on tekemistä. Eläkkeelle jäädyttyään sitten, kun ei enää jakseta. Eikä siitä tarvitse kantaa huonoa omaatuntoa, että jaksaa ja haluaa vielä tehdä.

SKINGAIN JA OXYTARM AINA MATKASSA

Ritva Oksanen kertoo pitävänsä terveydestään mahdollisimman hyvää huolta.

– Kävelen kaupunkialueella kaikki matkat, kesäisin uin paljon järvessä, nukun riittävästi ja jumppaan päivittäin. Käytän myös vitamiineja ja hivenaineita luontaistuotealan asiantuntijoiden ohjeiden mukaan. Ylitse muiden ovat kuitenkin kollageeni-

Kävelen kaupunkialueella kaikki matkat, kesäisin uin paljon järvessä, nukun riittävästi ja jumppaan päivittäin. Käytän myös vitamiineja ja hivenaineita luontaistuotealan asiantuntijoiden ohjeiden mukaan.

buusteri Skingain ja suolenpuhdistustuote Oxytarm.

Oksanen on saanut palautetta, että moni luontaistuotekaupan asiakas on tullut hakemaan tuotteita. He eivät muista tuotemää, mutta sanovat haluavansa niitä, joita Ritva Oksanenkin käyttää.

– Näitä olen käyttänyt jo monen vuoden ajan ja tiedän kokemuksesta, että niistä saa avun. Aina tarkistan huolella, että minulla on varmasti nämä matkassa, samoin kuin Coffee Slenderit, muuten en pärjää.

SKINGAIN – VAHVA JA MONIPUOLINEN KOLLAGEENIBUUSTERI

Skingain sisältää ainutlaatuisen 1. ja 2. tyyppin kollageenin yhdistelmän, joka pistää vauhtia myös elimistön oman kollageenin muodostukseen. Tulokset näkyvät ihossa, kynsissä ja hiuksissa – ja mikä tärkeintä, nivelissä ja rustoissa.

– Moni mieskollegani on ollut kiitollinen, kun olen kertonut, että aivan turhaan kärsitte noista kolotuksista. Kyllähän vanhenemiseen kuuluu kaikenlaista kremppeä, mutta nivelvaivoista ei kyllä kannata

kärsiä. Ne kun johtuvat siitä, että elimistö ei enää valmista tärkeintä rakenneproteiinia, kollageenia, Ritva opastaa.

– Näin kesällä muistutan myös siitä, että pigmenttihäiriöt, ns. maksaläiskät ovat yleistyneet huomasti, ja ne johtuvat siitä, että pigmenttiä muodostavat ihosolut ovat hyvin herkkiä vaurioitumaan. Kun käyte- tään ns. pintakosmetiikkaa, nuo solut ovat jatkuvassa syväkuivuudessa ja menettävät kykynsä muodostaa tasaista pigmenttiä. Skingainin avulla kosteus tulee sisältäpäin, jolloin pigmenttiläiskien kehittyminen estyy, Ritva tietää.

OXYTARM TUKEE SUOLEN TOIMINTAA

– Suosittelen ihan jokaiselle Oxytarmia, joka vaikuttaa kokonaisvaltaisesti hyvinvointiin. Lyhyesti kerrottuna se poistaa haitallisen kuonaplakin suolen pinnasta hellävaraisesti, jolloin myös immuunipuolustus kohenee huomattavasti. Ummetus on niin ikävä ongelma, että siitä ei kannata turhaan kärsiä. Oxytarmia kun ottaa illalla, aamulla vatsa toimii, Ritva tietää.

Pidä huolta ihostasi kesällä!

Kesällä kannattaa nauttia auringosta kohtuudella ja hoitaa ihoa sisäisesti ja ulkoisesti. Poimi tästä vinkkimme ihon luonnolliseen hyvinvointiin. Hyvää kesää!



Ihoa rauhoittava hoitovoide

Kehäkukkavoide

Kotimainen koko perheen hoitovoide kosteuttaa, hoitaa ja rauhoittaa ärtyneen ihon. Sopii erinomaisesti auringonpolttamalle iholle. Miellyttävä tuoksu ja imeytyy hyvin.

60 ml

15,90

(ovh. 19,95)
265 e / l

60 kaps.

9,90

(ovh. 11,75)



Ihon sisäinen suoja

MultiKarnosin

MultiKarnosin luonnolliset beetakaroteeni ja lykopeeni auttavat suojaamaan ihoa auringon UV-säteilyn tuottamilta vapailta radikaaleilta.

UUTUUS!



Luonnon antioksidantteja iholle

Hunaja-kuusenoksavoide

Ravitsee ja kosteuttaa ihoa pitkävaikutteisesti kookosöljyn ansiosta. Kuusen tyvioksaute tehostaa solujen uudistumista. Hunaja tekee ihosta pehmeän. Soveltuu koko perheelle, myös auringonoton jälkeen.

200 ml

9,90

(ovh. 11,90)
49,50 e / l

200 g

12,95

(ovh. 15,00)
64,75 e / kg



Ekologinen iohkarvojen poisto

Easy Sweet -vartalosokeri

Vartalosokerilla poistat häiritsevät iohkarvat - yhdellä käsittelyllä jopa kuukaudeksi! Pitkäkestoisten tulosten lisäksi ekologisuus ja edullisuus ovat vartalosokeroinnin valtteja. Tietoisien kuluttajien kestävä valinta!

50 ml

21,50

(ovh. 27,80)
430 e / l



UUTUUS!

Paras matkakumppani lomallasi

RimitaGOLD

RimitaGOLD – kaikki mitä ihosi tarvitsee

- Erittäin hoitava ja samalla kevyt ihonhoitoöljy
- Riittoisa ja monikäyttöinen
- 100 % ekologinen, tuoksuton.



TORJU IKÄÄNTYMISEN MERKIT IHOLLASI

Leader Vahva Karnosiini

Pitkävaikutteinen • 400mg • 80 tabl.

Aurinko, stressi, huonot ruokailutottumukset, tupakointi ja ihon altistuminen säämuutoksille aiheuttaa ikääntymisen merkkejä iholle. Onneksi näihin muutoksiin voi vaikuttaa omilla valinnoilla.



SAATAVISSA LUONTAISTUNTIIJA-MYYMÄLÖISTÄ.



Verkkokaupassa voit asioida 24h vuorokaudessa! Tutustu valikoimaan: www.luontaistuntijat.fi



100% suomalainen terveystuotepaketin, johon kuuluu lähes 90 myymälää ympäri Suomen. Palvelevat hyvän olon asiantuntijat lähelläsi:



ESPOO

Luontaistuntija Espoonlahti

Terveystuotekauppa ja hoitola Yrtti-Kippari
(Lippulaivan eteläpuolella)
Merenkulkijankatu 3 G, 02320 Espoo
puh. 010 271 3337
avoinna: ma-pe 10-17, la suljettu
www.luontaistuntijaespoonlahti.fi

Luontaistuntija Mankkaa

(K-Supermarket Mankkaa)
Sinikalliontie 1, 02630 Espoo
puh. 040 4823338
avoinna: ma-pe 10.30-19, la 10-18
www.luontaistuntijamankkaa.fi

HAMINA

Luontaistuntija Hamina

Haminan Luontaistuote
Kaivokatu 10, 49400 Hamina
puh. 05 344 0745, avoinna: ma-pe 9-17, la 9-13
www.luontaistuntijahamina.fi

HELSINKI

Luontaistuntija Bionatura, Munkkiniemi

Munkkiniemen Puistotie 9, 00330 Helsinki
puh. 09 481 274
avoinna: ma-pe 10.00-17.30, la 10.00-14.00
www.luontaistuntijamunkkiniemi.fi

Luontaistuntija Forum

Mannerheimintie 20, 00100 Helsinki
Kauppakeskus Forum, 0-kerros
(hissejä vastapäätä)
puh. 044 980 5830
avoinna ma-pe 10-20, la 10-16, su 12-16
www.luontaistuntijaforum.fi

Luontaistuntija Malmi

Ylä-Malmintori 3, 00700 Helsinki
puh. 09 385 8204
avoinna: ma-pe 9.00-17.00, la 9.30-14.30
www.luontaistuntijamalmi.fi

HÄMEENLINNA

Luontaistuntija Hämeenlinna

Cityvital, puh. 03 616 1633
Hämeensaarentie 7 (CM-kauppakeskus)
13100 Hämeenlinna
avoinna: ma-pe 10-19, la 10-16
www.luontaistuntijahameenlinna.fi

Katsastusmiehentie 6 (CM-kauppakeskus)

13130 Hämeenlinna
avoinna: ma-pe 10-19, la 10-16
www.luontaistuntijahameenlinna.fi

JÄMSÄ

Luontaistuntija Jämsä

Keskuskatu 10-12, 42100 Jämsä
puh. 014 718 954, avoinna: ma-pe 9-17, la 9-13
www.luontaistuntijajamsa.fi

KOTKA

Luontaistuntija Karhula

Yrtti-City
Vesitorninkatu 2, 48600 Karhula
puh. 05 262 526, avoinna: ma-pe 9-17, la 8.30-13
www.luontaistuntijakarhula.fi

LAHTI

Luontaistuntija Holman Prisma

Terveystuotekauppa Care
Johanneksenkatu 4, 15240 Lahti
puh. 03-733 1224
avoinna: ma-pe 10-18, la 10-14
www.luontaistuntijaholma.fi

Luontaistuntija Launeen Prisma

Terveystuotekauppa Care
Ajokatu 83, 15610 Lahti
puh. 03 7331222, avoinna: ma-pe 10-18, la 10-14
www.luontaistuntijaajokatu.fi

Luontaistuntija Rautatienkatu

Lahden terveystuotekauppa
Rautatienkatu 26, 15110 Lahti
puh. 010 387 8900, avoinna: ma-pe 9-18, la 9-14
www.luontaistuntijauratienkatu.fi

LOHJA

Luontaistuntija Lohja

Laurinkatu 40, 08100 Lohja
puh. 019 322 682
avoinna: ma-pe 9-17, la suljettu
www.luontaistuntijalohja.fi

LOVIISA

Luontaistuntija Loviisa

Terveystuotekauppa Herbatik
Aleksanterinkatu 2, 07900 Loviisa
puh. 019 535 979
avoinna: ma-pe 9-17, la 9-13
www.luontaistuntijaloviisa.fi

MASKU

Luontaistuntija Masku

Maskun Luontaistuote
Kauppakeskus Masku
Maskuntie 224, 21250 Masku
puh. 02 438 9940
avoinna: ma-pe 10.30-17.30, la suljettu
www.luontaistuntijamasku.fi

NUMMELA

Luontaistuntija Nummela

Yrttipirtti, Joukolantie 1, 03100 Nummela
puh. 0440 224 009
avoinna: ma-pe 10-18, la 9-14.45
www.luontaistuntijanummela.fi

NURMIJÄRVI

Luontaistuntija Nurmijärvi

Pratikankuja 4, 01900 Nurmijärvi
puh. 050 563 2222
avoinna ma-pe 10.00-17.00, la 10.00-14.00
www.luontaistuntijanurmijarvi.fi

ORIMATTILA

Luontaistuntija Orimattilan S-Market

Terveystuotekauppa Care
Erkontie 16, 16300 Orimattila
puh. (03) 733 1223,
avoinna: ma-pe 10-17, la 10-14
www.luontaistuntijaorimattila.fi

ORIVESI

Luontaistuntija Orivesi

Luontaistuote Kamomilla
Koluntie 4 A 3, 35300 Orivesi
puh. 03 3352 588, avoinna: ti-pe 10-17.30, la 9-13
www.luontaistuntijaorivesi.fi

PORVOO

Luontaistuntija Porvoo

LeRouge, Piispankatu 34, 06100 Porvoo
puh. 040 357 6008
avoinna: ma-pe 10-17.30, la 9.30-14
www.luontaistuntijaporvoo.fi

RIIHIMÄKI

Luontaistuntija Riihimäki

Bioyrtti, Hämeenkatu 9-15, 11100 Riihimäki
puh. 019 730 320, avoinna: ma-pe 9-17, la suljettu
www.luontaistuntijariihihaki.fi

SALO

Luontaistuntija Salo

Kauppakeskus Plaza, Vilhonkatu 8, 24100 Salo
puh. 02 731 5242, avoinna: ma-pe 9-20, la 9-18
www.luontaistuntijasalo.fi

SASTAMALA (VAMMALA)

Luontaistuntija Sastamala

Terveystuotekauppa Tyrvään Yrtti-Aitta
Puistokatu 10, 38200 Sastamala
puh. 03 514 1166,
avoinna: ma-pe 10-17, la suljettu
www.luontaistuntijasastamala.fi

SOMERO

Luontaistuntija Somero

Someron Luontaistuote
Joensuuntie 31, 31400 Somero
puh. 02 748 7230, 040 538 6105
avoinna: ma-pe 9-17, la 10-14
www.luontaistuntijasomero.fi

VANTAA

Luontaistuntija Korso

Terveystuotekauppa Marjaterattu
Maakotantie 10, 01450 Vantaa
puh. 09 851 2140
avoinna: ma-pe 9.30-17.30, la suljettu
www.luontaistuntijakorso.fi

Luontaistuntija Myyrmäki

Kauppakeskus Isomyyri, 2. krs.
Liesitori 1, 01600 Vantaa
puh. 09 504 3432
avoinna: ma-pe 10.00-17.30, la 10.00-14.00
www.luontaistuntijamyyrmaki.fi

Luontaistuntija Tikurila

Terveystuotekauppa ja -hoitola
Bio-Shop Ikinuori
Kielotie 14, 01300 Vantaa
puh. 09 873 6431
avoinna: ma 9.30-18, ti-pe 9.30-17, la 10-14
www.luontaistuntijatikkurila.fi

**Löydät loput myymälät osoitteesta
www.luontaistuntijat.fi**