

# Family In®

Family In®

# 2.



## Vyvážená výživa celého organismu

Zdravé jídlo s vyváženým složením bílkovin, sacharidů a ideálně vyváženými denními doporučenými dávkami vitaminů a minerálů s oceněnou složkou **PinnoThin™** pro omezení chuti na sladké.

### Výhodné balení

4 týdenní dávky v samostatných dózách

- přesné dávkování
- až 4 různé příchutě v jednom měsíci
- vhodné na cestování
- v každé dóze vlastní dávkovač

„S problematikou výživy jsem se setkal už na vysoké škole, ale jako spousta mých kolegů – lékařů jsem tomuto tématu příliš pozornost nevěnoval. Otázkou výživy jsem se začal zabývat až po příchodu do praxe. Pracoval jsem na pooperačním oddělení na kardiouchirurgii v IKEMu.

Jako lékař jsem přesvědčen, že výživa je skutečným klíčem ke zdraví. Když náš organismus dostane vše,

co potřebuje, poradí si s řadou problémů sám. Potřebuje jen vhodné a příznivé podmínky.

Produkty SUNKINS® tyto podmínky organismu vytváří přírodní cestou. Proto produkty sám používám a také jsem je „naordinoval“ celé mé rodině, včetně dětí.“

MUDr. Ondřej Nývlt

Jako osobní trenéři se denně dostáváme do kontaktu s lidmi, kteří se vlivem stresu, spěchu (či z jiných důvodů) stravují nezdravě a nepravidelně, kterým chybí dostatek základních živin, vitaminů a minerálů, kteří mají ochablé svaly či trpí nadváhou.

Přípravek Family In® s vyváženým poměrem všech živin proto velmi doporučujeme nejen svým klientům, ale i všem ostatním lidem, kteří se více zajímají o vyváženou a kvalitní stravu a kterým záleží na vlastním zdraví.

Mgr. Lea Vrščeká, vicemistryně ČR v bodyfitness  
Lukáš Vrščeký, vicemistr světa ve fitness

## Stručný popis

- ideální náhrada plnohodnotného jídla s kompletním složením živin a nízkou kalorickou hodnotou
- zahrnuje energizující složky nezbytné pro zachování výkonnosti
- doplněn patentovanou a oceněnou složkou **PinnoThin™** k omezení chuti na sladké
- pomáhá při snižování váhy

**Unikátní vyvážené složení preparátu:**

- možno užívat pro hubnutí
- možno užívat jako ideální, vyvážené jídlo pro dodání všech potřebných látek do organismu
- možno užívat při rekonvalescenci
- možno užívat jako zajištěný zdroj vysoce kvalitních živin při prevenci onemocnění a posílení imunity
- ideální pro sportovce a vysoce zatížené osoby

**Recepty**

Lahodné a zdravé jídlo zároveň!

**Koktejly**

Smíchejte 1 porci (20 g) s 250 ml polotučného, sojového, rýžového, apod. mléka, nebo džusu (ovocný nebo zeleninový).

Přidejte podle chuti ovoce nebo led.

Dobře promíchejte, nejlépe v mixéru.

**Pomazánky**

Smíchejte 1 porci (20 g) příchutě Natural s jakoukoliv pomazánkou (rajčatovou, česnekovou,...), přidejte plátek celozrnného pečiva a chutná přesnídávka je hotova! Vyzkoušejte s dětskou přesnídávkou, tvarohem, s ovocem, ...

Máte vlastní úžasný recept? Napište nám ho na [info@sunkins.cz](mailto:info@sunkins.cz), pomůžete ostatním a získáte zajímavou odměnu!

**Účinné látky****Hráškový a rýžový protein**

v současné době, kdy je mnoho osob alergických na řadu potravin (mléko, soja apod.) prokazuje kombinace proteinů izolovaných z hrášku a rýže nejvyšší míru snášenlivosti.

**BIO inulín**

Nejvýznamnějšími vlastnostmi inulínu, vlákniny s vysoce ušlechtilými vlastnostmi získávané z kořenů čekanky jsou:

- velmi nízká energetická hodnota
- bifidogenní aktivátor
- snižuje hladinu cholesterolu a triglyceridů v krvi
- zlepšuje zažívací mikroflóru
- chrání proti zažívacím infekcím
- snižuje hladiny cholesterolu
- zvyšuje vstřebávání minerálních látek
- zvyšuje imunitu buněk vůči rakovině tlustého střeva

Význam a přínos vlákniny je pro lidský organismus nezastupitelný. Očišťuje trávicí trakt od nadbytečné vody, cholesterolu, karcinogenních a toxických látek. Působí jako jedna z významných složek prevence některých zdravotních potíží a dokonce konkrétních onemocnění (např. rakoviny tlustého střeva). Za významnou se považuje zejména schopnost zpomalovat vstřebávání jednoduchých cukrů, především řepného.

**PinnoThin™:**

- efektivně snižuje chuť na sladké\*
- pomáhá snižovat příjem kalorií
- pomáhá snižovat "mlsání"
- napomáhá snižovat přijímané množství jídla
- může kontrolovat Vaši váhu
- Vám dává kontrolu nad vlastními chutěmi

## CLA (kyselina linolová)

Umožňuje zajistit optimální poměr mezi množstvím svalové hmoty a tukové tkáně v těle.

- snižuje tělesný tuk
- zvyšuje přirozenou obranyschopnost organismu
- podporuje rozvoj svalové tkáně
- zabraňuje vysoušení a vypadávání vlasů
- vykazuje protinádorové účinky
- podporuje příznivé hojení ran

## Taurin

Má několik životně důležitých rolí v lidském organismu:

- je prokazatelně účinný při léčbě srdeční arytmie, snižování krevního tlaku a redukci hladiny LDL cholesterolu
- podílí se na správném vývoji malých dětí
- výrazně energizuje (psychický a fyzický energizér)
- působí proti únavě a zlepšuje koncentraci
- vhodný při práci vyžadující neustálé soustředění (řidiči z povolání, duševně náročná práce, studenti ...)
- zlepšuje využití živin a suplementů
- důležitý ve výživě oka, při nedostatku dochází k časté únavě očí, urychluje regeneraci vaziv a pojivových tkání
- je nezbytný při trávení tuků a vstřebávání vzniklých mastných kyselin a vitaminů rozpustných v tucích

Užívání taurinu zlepšuje vstřebávání tuků a vitaminů, urychluje regeneraci po náročném tréninku. Taurin se běžně užívá ve farmaceutických preparátech proti bolestem hlavy, při vyčerpání organismu, k podpoře činnosti jater, jako výživa kloubů a vaziv, k léčbě diabetes a epilepsie, jako přídavek do výživy dětí. Taurin je prokazatelně účinný při léčbě srdeční arytmie, snižování krevního tlaku a redukci hladiny LDL cholesterolu. Podílí se na správném vývoji malých dětí. Vědecky jsou dokázány účinky taurinu na zlepšení pohyblivosti spermií a tím i reprodukční schopnosti.

Požádali jsme předního českého nutricionistu Doc. MUDr. Pavla Kohouta, PhDr. z II. interní kliniky Fakultní Thomayerovy nemocnice v Praze, člena správní rady Fóra pro výživu o vyjádření vhodnosti produktu Family In® pro diabetiky. A tady je:

*Jedna dávka nápoje vzniklého z instantní směsi obsahuje 6,3, resp. 6,4 g sacharidů (z toho 0,6 – 0,8 g vlákniny). Vzhledem k tomu, že nápoj vzniklý z 1 dávky, má nahradit v redukčním režimu 1 denní jídlo, je podaná dávka sacharidů výrazně nižší než v případě jídla. **U pacientů s diabetem II. typu a/nebo s nadváhou je velmi vhodným přípravkem.***

*Doc. MUDr. Pavel Kohout PhDr.*

## Vitaminový premix

Vitaminy jsou velice důležité pro správnou funkci organismu, protože se podílejí na metabolismu bílkovin, tuků a cukrů. Jsou nezbytné pro udržení řady tělesných funkcí a výstavbu nových tkání. Vitaminy mají také nezastupitelnou roli v prevenci některých onemocnění, zpomalují degenerativní projevy stárnutí a jsou schopny posilovat a obnovovat imunitní reakce organismu.

Při nedostatku vitaminů dochází v organismu ke stavům, které označujeme jako hypovitaminóza. Nedostatek vitaminů se projevuje poruchami různých funkcí organismu, které mohou vyústit až ve vážná onemocnění.

## Minerály

Minerální látky se podílejí na výstavbě tělesných tkání, podmiňují stálý osmotický tlak v tělesných tekutinách, regulují, aktivují a kontrolují metabolické pochody a jsou důležité i pro vedení nervových vzruchů. Uplatňují se jako součásti hormonů a enzymů. Mnohé minerální látky hrají důležitou úlohu v prevenci civilizačních onemocnění.

Všeobecný nedostatek minerálů má za následek především vysoký nárůst cukrovky, poruchy krevního tlaku a rozšíření rakoviny. Nedostatek minerálů se projeví dříve, než dojde k nemoci, a to (obecně): zvláštním napětím, nespavostí, únavou, nervovou podrážděností, povadlou pokožkou, padáním vlasů, náchylností ke zvracení, ztrátou chuti, křečemi, přecitlivělostí na chlad, špatným hojením ran, kožními nemocemi.

## Poznámky



Vhodné pro diabetiky a pro osoby s intolerancí mléka.

Vyrobeno v certifikovaném výrobním systému HACCP a v systému řízení jakosti ISO 9001:2001.

Poskytujeme 100% garanci na vrácení peněz v případě nespokojenosti.

Jakékoliv odborné rady nebo lékařské studie získáte na vyžádání: [lekarska.rada@sunkins.cz](mailto:lekarska.rada@sunkins.cz)

Vyrobeno exkluzivně pro: SUNKINS, a.s., [www.sunkins.cz](http://www.sunkins.cz)

\* účinek potvrzen FDA

## Podrobné informace

**Průměrné výživové hodnoty v 1 dávce** (20 g směsi v 250 ml polotučného mléka):

energetická hodnota = 852 kJ (203 kcal),

sacharidy = 21,3 g, bílkoviny = 13,6 g, tuky = 7,0 g

### Složení v 1 dávce:

hráškový protein, rýžová mouka instantní, extrakt **PinnoThin™** z korejské borovice (proti chuti k jídlu - Evropské ocenění a Evropský patent), rýžový škrob instantní, přírodní ochucovadlo, dihydrogenfosforečnan draselný (fosfor, 165 mg = 20,6% DDD, draslík, 208 mg), hydrogenuhličitan sodný (sodík, 173 mg), lecitin, chlorid draselný (draslík 300 mg), karobová mouka, fruktóza, BIO inulín (prebiotická vláknina), oxid vápenatý (vápník, 214 mg = 26,8% DDD), taurin (zachování mozkové aktivity), vitaminový premix (vitamin E, 5 mg = 50% DDD, vitamin C, 30 mg = 50% DDD, vitamin B<sub>1</sub>, 0,7 mg = 50% DDD, vitamin B<sub>2</sub>, 0,8 mg = 50% DDD, vitamin B<sub>6</sub>, 1 mg = 50% DDD, vitamin B<sub>12</sub>, 0,5 µg = 50% DDD, kyselina pteroylglutamová - listová, 100 µg = 50% DDD, niacin, 9 mg = 50% DDD, biotin, 75 µg = 50% DDD, kyselina pantothenová, 3 mg = 50% DDD), oxid hořečnatý (hořčík, 50 mg = 16,7% DDD), β-karoten (2000 µg, provitamin A), laktát železnatý (železo, 5 mg = 35,7% DDD), síran měďnatý (měď, 400 µg), laktát zinečnatý (zinek, 3 mg = 20% DDD), síran manganatý (mangan, 0,3 mg), seleničitan sodný (selen, 20 µg), jodid draselný (jód, 40 µg = 26,7% DDD), vitamin D (2,5 µg = 50% DDD)

DDD = denní doporučená dávka

Doporučeno užívat v kombinaci s InPure® a produkty z řady InGel®.

**Obsahuje 30 porcí zdravého jídla ve 4 praktických dózách (každá na týden). Možno užívat dlouhodobě.**

Příchutě: natural (zcela bez příchutě), vanilka, čokoláda, ovoce (čistě přírodní ochucovadla)

Doporučená MOC: 1 340 Kč

**Produkt možno získat na:**  
Autorizovaný partner:

PN:

Kontakt:

☎ +420 381 200 800

🌐 [www.sunkins.cz](http://www.sunkins.cz) (nutné uvést PN)