

# Living Forever

Ausgabe 1 / Sommer 2022

## Jetzt ist die perfekte Zeit für eine Pause

Das brandneue DX4™-Programm  
verhilft dir zu einem Neustart  
und bringt dich wieder ins  
Gleichgewicht

Aloe Life  
ist jetzt  
**Living  
Forever!**



Lebe bewusster mit  
vier Veränderungen  
deiner Denkweise

Tipps von Experten  
zur funktionellen  
Ernährung



FOREVER®



# Inhaltsverzeichnis

## 3 Vorwort des Herausgebers

Alles zu Living Forever

## 7 Wissenschaftlich fundiert

Ein Blick auf die Zusammensetzung von DX4™

## 8 Erfahrungsberichte

Erfahre, was andere über DX4™ sagen

## 9 Perfekte Kombinationen

Perfekt aufeinander abgestimmte Produktduos

## 13 Drink der Saison

Genieße einen Erdbeer-Smoothie mit Mango und Aloe Vera

## 15 Lifestyle

Vier Veränderungen deiner Denkweise für eine bewusstere Lebensweise

## 17 Social Media

Produktneuheiten, Updates, Tipps und Give-Aways von Forever

## 22 Philanthropie

Erfahre mehr über die Rex Maughan Forever Giving Foundation



5

## Produkteinführung: DX4™

Das Neueste aus der innovativen Produktpalette von Forever



11

## Frag die Expertin

Wie funktionelle Ernährung deine Gesundheit verbessern kann



19

## Nachhaltigkeit

Die Verantwortung von Forever bei Wasserqualität und -einsparung



Wir freuen uns sehr, mit dieser Ausgabe ein neues Konzept unseres Magazins vorstellen zu können, das dir helfen soll, dich über die hochwertigen Produkte von Forever zu informieren und mehr Hintergrundwissen zu erhalten. Wir sind mit unserem Magazin Aloe Life einen Schritt weiter gegangen und möchten dir mit der neuen Version Living Forever einen noch tieferen Einblick in die Welt der Forever-Produkte geben. Unser Ziel ist es, unseren Lesern ein bestmögliches Erlebnis zu bieten und wir hoffen, dass dir das neue Magazin gefällt und du viele wertvolle Tipps erhältst. Wie immer schätzen wir dein Feedback und freuen uns über jeden Verbesserungsvorschlag.

Viel Spaß beim Lesen!

**Gregg Maughan**

President, Forever Living Products International

## Redaktion

### Redaktionelle Leitung:

Denise Iulo

### Chefredakteurin:

Chelsea Young

### Grafikdesigner:

Matthew Williams

### Beitragender Autor:

Ben Norris

### Beitragende Fotografen:

Dawn Jurkiewicz

Sander Jurkiewicz

### Mitwirkende:

Christopher Altamirano

Rafael Hernandez

Kat Morrill



### Headquarter USA:

Forever Living  
Products International  
Scottsdale, Arizona

### Länderbüros:

Forever Living Products Germany  
München

Forever Living Products Austria  
Hagenbrunn

Forever Living Products Switzerland  
Frauenfeld



**FOREVER®**

Living Forever wird herausgegeben von  
Forever Living Products International.



**Hier bei Forever haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, dich auf deinem Weg zu mehr Wohlbefinden zu unterstützen. Wir sind stolz darauf, dass wir das schon seit 44 Jahren tun. In diesem Jahr haben wir uns Gedanken darüber gemacht, wie unsere Kommunikationstools, wie z. B. dieses Magazin, diesem Vorhaben besser gerecht werden können. Deshalb bringen wir mit dieser Ausgabe eine neue Version des Magazins heraus. Aloe Life ist jetzt Living Forever.**

Das neue Magazin verkörpert das Herz von Forever Living, unseren Produkte und unseren Forever-Lebensstil – gesund, achtsam, innovativ, dienstleistungsorientiert und wissenschaftsbasiert.

Wir freuen uns, diesen neuen Ansatz produktbezogener Inhalte vorstellen zu können. Schließlich sind die hochwertigen Ernährungsprodukte von Forever, deren Herstellungsverfahren auf dem neuesten Stand der Innovation sind, in mehr als 160 Ländern vertreten. In jeder zukünftigen Ausgabe von Living Forever wirst du neue Ideen finden, wie du die Produkte, die du bereits kennst und liebst, verwenden kannst, detaillierte Informationen zu den neuesten Produkten, Erfahrungsberichte von Kunden und Einblicke in die Wissenschaft hinter unseren Produkten.

Darüber hinaus wollten wir über Forever's Engagement für den Erhalt der Erde und der Menschen auf ihr berichten. Es gibt neue Themenbereiche, in denen es um unsere Bemühungen für mehr Nachhaltigkeit geht, und um die Rex Maughan Forever Giving Foundation, die inzwischen zu Ehren unseres verstorbenen Gründers und CEOs so benannt wurde. In dieser Ausgabe erhältst du einen exklusiven Einblick in DX4™, ein neues viertägiges Programm mit sieben Ernährungsprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln, die dir dabei helfen, deinen Körper wieder in Einklang zu bringen und die Verbindung zwischen deinem Körper und Geist zu verbessern. Erfahre mehr über DX4™ (Seite 5), die wissenschaftlichen Erkenntnisse, die zu seiner Entwicklung geführt haben (Seite 7), und was andere darüber sagen (Seite 8).

Da es bei DX4™ hauptsächlich darum geht, bewusst zu leben, haben wir für dich auch vier Tipps, wie du eine bewusste Lebensweise fördern kannst (Seite 15) und wie du deine Gesundheit durch funktionelle Ernährung verbessern kannst (Seite 11).

Wir hoffen, dass dir das neue Magazin Living Forever gefällt. Lass uns wissen, was du denkst unter **@ForeverGlobalHQ!**

Bleib gesund,

**Denise Iulo**  
Director of Global Marketing  
Forever Living Products International



# REINIGUNG & FEUCHTIGKEIT

Kombiniere eine kraftvolle Reinigung mit einer täglichen Feuchtigkeitspflege für deine Haut und verwöhne sie mit Aloe Body Wash und Aloe Body Lotion. Das sulfatfreie Duschgel hat einen ausgeglichenen pH-Wert, um die Feuchtigkeit der Haut zu bewahren, und enthält hautpflegende Aloe. Der reichhaltige, cremige Reinigungsschaum entfernt zuverlässig Schmutz und Fett. Nach der Reinigung macht die schnell einziehende Körperlotion die Haut weich und spendet ihr Feuchtigkeit mit einer Mischung aus reinem Aloe-Vera-Gel aus dem Blattmark sowie pflanzlichen Ölen und Extrakten.

Aloe Body Wash | Art. 646

Aloe Body Lotion | Art. 647

What  
**Matters**  
Most...



FOREVER®

Bitte wende dich an deinen persönlichen **Forever Business Owner**, um eine Produktbestellung vorzunehmen.

# Starthilfe für mehr Wohlgefühl in nur vier Tagen

**Sorge für einen Neustart von  
Körper und Geist mit dem  
brandneuen DX4™ Body  
Balancing System**



.....

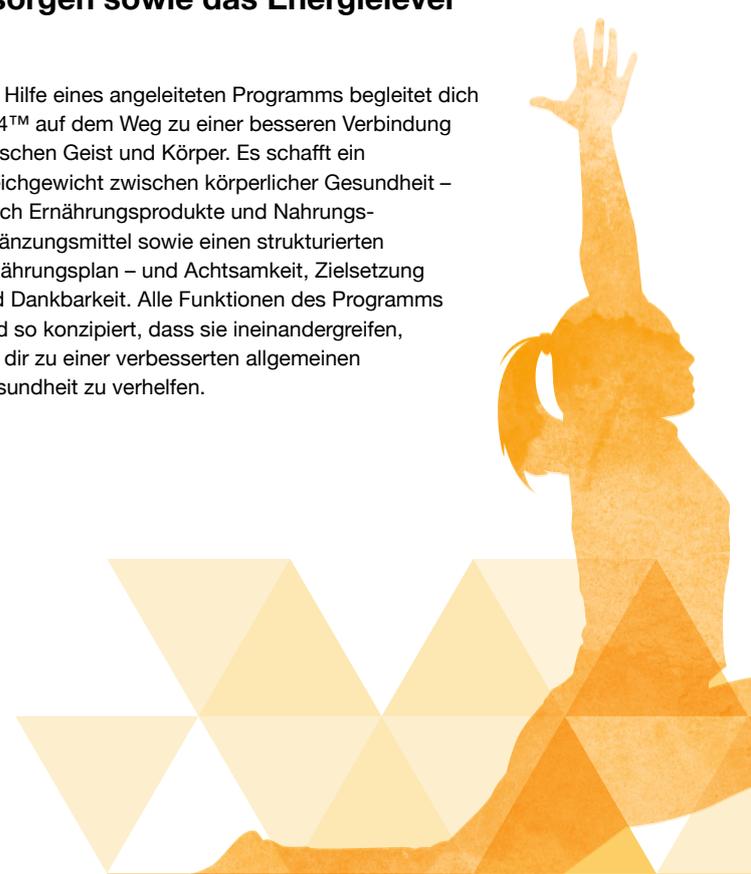
**Seit Mai 2022 verstärkt DX4™ Forever's Angebot an Gesundheits- und Wellnessprodukten. Das viertägige Programm hilft dir dabei, dein körperliches, geistiges und spirituelles Wohlbefinden durch Ernährungsberatung, Achtsamkeitsübungen und einen vorgegebenen Ernährungsplan wiederherzustellen. Darin enthalten ist alles, was du brauchst, damit dein Körper bestmöglich funktioniert, einschließlich Nahrungsergänzungsmitteln, die für Sättigung und Flüssigkeitszufuhr sorgen sowie das Energielevel und den Stoffwechsel unterstützen.**

Darüber hinaus lernst du durch DX4™, wie du achtsamer und bewusster mit den Themen Ernährung und körperlichem Wohlbefinden umgehst. Die Ernährungsunterstützung, der strukturierte Essensplan und die Übungen für ein positives Mindset ergeben zusammen ein Programm, das mehr ist als die Summe seiner Teile. Nach Abschluss des viertägigen Programms wirst du in der Lage sein, einen leichteren und gesünderen Lebensstil zu verfolgen.

**DX4™ unterscheidet sich von anderen  
Body-Balance-Systemen.**

DX4™ verfolgt einen umfassenden Ansatz bei der Betrachtung unserer Ernährung und stellt die Frage „Warum hast du Hunger?“. Es handelt sich nicht primär um ein Programm zur Gewichtsabnahme, sondern um eine bewusste Betrachtung dessen, was dein Körper braucht, im Gegensatz zu dem, was dein Gehirn will. DX4™ soll deinen Körper von all dem unnötigem Ballast und Belastendem befreien, was Bestandteil unseres hektischen Lebensstils ist, und es liefert nur die essenziellen Nährstoffe, die deinen Körper und Geist wieder ins Gleichgewicht bringen.

Mit Hilfe eines angeleiteten Programms begleitet dich DX4™ auf dem Weg zu einer besseren Verbindung zwischen Geist und Körper. Es schafft ein Gleichgewicht zwischen körperlicher Gesundheit – durch Ernährungsprodukte und Nahrungsergänzungsmittel sowie einen strukturierten Ernährungsplan – und Achtsamkeit, Zielsetzung und Dankbarkeit. Alle Funktionen des Programms sind so konzipiert, dass sie ineinandergreifen, um dir zu einer verbesserten allgemeinen Gesundheit zu verhelfen.



## DX4™ hat alles, was dein Körper für einen Neustart braucht.

DX4™ ist ein Vier-Tages-Paket mit sieben Ernährungsprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln, die Bestandteil des Programms sind. In den ersten zwei Tagen wirst du deinen Körper hauptsächlich mit einer Kombination aus diesen Produkten des DX4™-Systems versorgen, zusammen mit reichlich Wasser, um alles in deinem Körper zurückzusetzen.

Das Programm erlaubt dir auch, gesunde Salate aus einer vielfältigen Gemüseauswahl und cleane, natürliche Snacks zu essen. Diese Lebensmittel sind im Paket von DX4™ nicht enthalten.

**Folgende Ernährungsprodukte und Nahrungsergänzungsmittel enthält das DX4™-Paket:**

### Forever Therm Plus™

dein idealer Begleiter für mehr Power mit grünem Tee, Guarana und grünem Kaffee.

### Forever DuoPure™

kombiniert Granatapfelextrakt und japanischen Staudenknötchlich mit Cholin und Folsäure.

### Forever Multi Fizz™

für die tägliche Dosis Vitamine und zur Unterstützung der Flüssigkeitszufuhr.

### Forever Sensatiable™

enthält wertvolle Ballaststoffe, um Versuchungen widerstehen zu können.

### Forever LemonBlast™

mit vielen Ballaststoffe und Magnesium, welches das Elektrolytgleichgewicht unterstützt.

### Forever Aloe Vera Gel®

99,7 % reines Aloe-Vera-Gel mit einer frischen zitronigen Note.

### Forever Plant Protein™

leckerer, pflanzenbasierter Shake mit 17 g Protein pro Portion.

## Du kannst DX4™ viermal im Jahr anwenden.

Das Ziel von DX4™ ist es, deinen Körper und Geist von Belastendem zu befreien, damit du deine Beziehung zu Essen und deinen Lebensstil neu bewerten kannst. Da es im Leben immer Stressfaktoren und Ablenkungen geben wird, ist es wichtig, einen Neustart wie diesen zu einem Bestandteil deiner Routine für einen gesunden Lebensstil zu machen. Um optimale Ergebnisse zu erzielen wird empfohlen, DX4™ mehrmals im Jahr durchzuführen, jedoch mit einem Abstand von drei Monaten zwischen den einzelnen Programmen. Dieser vierteljährliche Neustart wird dir dabei helfen, dich langfristig körperlich gesünder zu fühlen und eine gesündere Denkweise anzunehmen.

Bevor du eine nachhaltige Veränderung herbeiführen kannst, musst du dich damit befassen, was in deinem Körper, deinem Kopf und deinem Seelenleben vorgeht, um ein dauerhaftes und vollständiges Wellness-Programm zu implementieren – und genau dafür sorgt DX4™. Durch einen Neustart von Körper und Geist auf der grundlegenden Ebene des Wohlbefindens und die Wiederholungen dieses Neustarts im Laufe des Jahres wirst du dich ausgeglichener und körperlich gesünder fühlen.



## Hier siehst du, aus welchen Produkten das DX4™-System besteht.



DX4 | Art. 659

# Dürfen wir vorstellen: DX4™

## So entstand das neueste Forever-Produkt

.....

Das viertägige DX4™-Programm hilft dir bei einem Neustart deiner Gesundheit durch eine Kombination von Ernährungsprodukten, die dir helfen werden, Versuchungen zu widerstehen und eine bessere Flüssigkeitszufuhr unterstützen. Wie hat Forever dieses Programm kreiert? Wir haben uns dabei auf aktuelle Forschungen und die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse gestützt. Dazu sprachen wir mit dem Leiter der Qualitätssicherung, Christopher Altamirano, um mehr über den wissenschaftlichen Hintergrund von DX4™ zu erfahren. Altamirano hat mehr als sieben Jahre Erfahrung in der Qualitätskontrolle sowie in der Forschung und Entwicklung von Ernährungsprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln.

### Welche Rolle spielte die Wissenschaft bei der Entwicklung von DX4™?

Die Wissenschaft spielte bei der Formulierung des DX4™-Programms eine absolut entscheidende Rolle. Es war wichtig, qualitativ hochwertige Inhaltsstoffe auszuwählen, die klinisch erforscht sind, um sicherzustellen, dass DX4™ den Körper ins Gleichgewicht bringt und gleichzeitig den Menschen ein besseres Gespür für ihre Nahrung näherbringt.

### Welche Untersuchungen wurden durchgeführt, um die richtigen Formeln zu finden?

Die Eigenschaften der einzelnen Inhaltsstoffe und die Forschung, die hinter jedem Aspekt von DX4™ steht, heben es wirklich von anderen Programmen ab. Wir haben sowohl die Anforderungen der US-Lebensmittelbehörde als auch der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit für alle auf den Etiketten angegebenen Vitamine und Mineralien erfüllt, und zwar in gesundheitlich unbedenklichen und effektiven Mengen. Darüber hinaus haben wir von Experten geprüfte und klinisch erprobte Inhaltsstoffe verwendet sowie Qualitäts- und Sicherheitstests für die Rohstoffe und die Endprodukte durchgeführt, aus denen das DX4™-System besteht.

### Wie hat Forever die Struktur des Programms festgelegt?

Das Ziel von DX4™ ist es, den Körper von unnötigen Belastungen zu befreien und den Geist zu „entrümpeln“. Um diesen Prozess während der vier Tage des Programms zu unterstützen, haben wir beschlossen, uns auf die wichtigsten Körpersysteme zu konzentrieren, darunter innere Prozesse und das Gehirn/den Geist. Unser Forschungs- und Entwicklungsteam hat sich eingehend mit neuen Inhaltsstoffen befasst, um diese Systeme zu unterstützen und bestehende Forever-Produkte, wie unser Forever Aloe Vera Gel™, mit einzusetzen.

### Kannst du den Aspekt „Gehirn/Geist“ näher erläutern?

Der vielleicht wichtigste Teil von DX4™ ist, wie wir (in unserem Denken) unsere Stimmung, unsere Essimpulse und die Entscheidungen, die wir an stressigen Tagen treffen, wahrnehmen. In diesem Programm wirst du aufgefordert, dir Zeit für dich selbst zu nehmen, Achtsamkeitsübungen zu machen und dir ein Ziel zu setzen. Manchmal brauchen unser Körper und Geist einen sanften Neustart, damit wir uns von unserer besten Seite zeigen können – und genau dafür sorgt DX4™.

### Wodurch hebt sich DX4™ von anderen Programmen ab?

Jeder Inhaltsstoff wurde sehr gründlich erforscht und so formuliert, dass er in Kombination mit anderen im Zusammenspiel steht. Da dies mit Übungen für ein positives Mindset und einem Essensplan verbunden ist, erhältst du ein Programm, das dir hilft, deine Beziehung zum Essen neu zu gestalten. Andere Programme verkaufen möglicherweise nur Produkte, die sich auf eine Funktion konzentrieren oder nicht miteinander harmonieren. Für uns war es besonders wichtig sicherzustellen, dass alle Ernährungsprodukte in DX4™ perfekt zusammenspielen, wenn man das Programm befolgt.



# Lob aus aller Welt

## Erfahre, was andere über DX4™ sagen

.....

Vor der Markteinführung von DX4™ baten wir eine Gruppe von Personen, das Programm zu testen. Nach Abschluss des viertägigen Reset-Programms stellten wir ihnen zwei Fragen: Was ihnen am besten gefallen hat und wie sie sich vor und nach dem Programm gefühlt haben. Verlass dich also nicht nur auf uns – erfahre warum Menschen auf der ganzen Welt DX4™ lieben.

“

Das Programm war super einfach in der Anwendung. Mein Energielevel war gut, und ich konnte meinen normalen Alltag gut meistern. DX4™ hat mich dabei unterstützt, mit meinen Heißhungerattacken besser klarzukommen. Ich dachte, dass ich mich vor dem Programm sehr gut fühlte, aber nach den vier Tagen fühlte ich mich noch energiegeladener!



**Ragnhild Amith**  
Norwegen

“

Mir hat sehr gut gefallen, dass es so effektiv war und ich mich in so kurzer Zeit großartig gefühlt habe. Es war so einfach zu befolgen. Vor DX4™ war ich müde, fühlte mich aufgebläht und übergewichtig. Nach Abschluss des viertägigen Programms fühlte ich mich rundumerneuert und voller neuer Energie. Ich habe keinen aufgeblähten Bauch mehr und ich empfehle allen wärmstens, DX4™ auszuprobieren!



**Lorraine Cornford**  
Italien

“

Es ist so einfach, dass es jeder nutzen kann! Ich verwende Forever-Produkte seit mehr als 30 Jahren. Nach DX4™ wurde mein Geist klarer, und ich hatte das Gefühl, dass mein Körper und Geist im Einklang waren. Ich werde dieses Programm auf jeden Fall wieder verwenden.



**Chikako Oshima**  
Japan

“

Ich hatte eine rundum tolle Erfahrung mit DX4™. Bevor ich anfang, fühlte ich mich häufiger aufgebläht und hatte Schwierigkeiten, meine Anfälle von Heißhunger zu kontrollieren. Jetzt fühle ich mich leichter und habe meinen Heißhunger besser im Griff. Mir hat besonders gefallen, wie einfach das Programm zu befolgen ist.



**Sheryl De Jesus Bautista**  
Vereinigte Arabische Emirate

“

Mir hat besonders gefallen, dass DX4™ nur vier Tage dauert, und ich war beeindruckt von der Qualität der Produkte. Bevor ich mit dem Programm anfang, schlief ich schlecht und hatte ein Ungleichgewicht in meinem Körper. Danach fühlte ich mich energiegeladener und mein Wohlbefinden hat sich um ein vielfaches erhöht. Das Programm hat sich nicht nur auf meinen Geist ausgewirkt, sondern mir auch geholfen zu lernen, auf die Bedürfnisse meines Körpers zu hören und ihm das zu geben, was er braucht.



**Diego González**  
Mexiko

# Dynamische Duos

## Mehr Power mit aufeinander abgestimmten Produktduos

.....

Manche Produkte ergänzen sich so gut, dass sie einfach kombiniert werden müssen. Diese sechs Produkte sind schon eine Klasse für sich, doch in der richtigen Kombination sind ihre Vorteile noch kraftvoller. Integriere unsere beliebtesten Forever-Kombinationen in deine Alltagsroutine und profitiere von dem reinsten Aloe-Vera-Gel, mehr Energie beim Sport und einem Rundum-Sonnenschutz.

### Stärke deinen Körper

## Forever Aloe Vera Gel™ und Forever Active Pro-B™

.....

Wenn du deine wichtigsten Körperfunktionen unterstützen möchtest, hör auf dein Bauchgefühl.

Forever Active Pro-B™ stärkt in Kombination mit Forever Aloe Vera Gel® deinen Körper. Mit einer Mischung aus sechs synergetischen Bakterienstämmen, versorgt dich das Forever Active Pro-B™ mit Zink und über 8 Mrd. koloniebildenden Einheiten pro Dosis. Die kleinen Kapseln fördern das Gleichgewicht der Darmflora und verbessern die Nährstoffaufnahme. Die kombinierte Einnahme mit Forever Aloe Vera Gel™ verstärkt die positiven Eigenschaften. Das beliebte Getränk enthält 99,7 % reine Aloe Vera und ist reich an Vitamin C. Die Frische und die wertvollen Inhaltsstoffe werden dank eines hochmodernen Verarbeitungsprozess auf schonende Art und Weise ohne Konservierungsstoffe bewahrt. So einfach kannst du deinem Körper mehr Kraft und Energie geben.

Forever Aloe Vera Gel™ | Art. 715  
Forever Active Pro-B™ | Art. 610



## Mehr Energie und Ausdauer

# Forever Ultra™ Vanilla Shake Mix und Forever ARGI+®

.....

Forever Ultra™ Vanilla Shake Mix ist ein Kraftpaket, das pro Portion 21 Gramm Protein und eine ideale Mischung aus Vitaminen und Mineralstoffen enthält. Der Vanillegeschmack passt hervorragend zu fettarmer Milch bzw. zu dem Milchersatz deiner Wahl. Wusstest du schon, dass du sowohl den Nährwert als auch den Geschmack verbessern kannst, indem du einen Beutel Forever ARGI+® hinzu gibst?

Das Beerenaroma von Forever ARGI+® verleiht dem Shake eine besonders leckere Note. Forever ARGI+® enthält die semi-essenzielle Aminosäure L-Arginin in großer Menge und idealer Kombination mit Trauben und Beerenextrakten, Granatapfel sowie den wertvollen Vitaminen C, K2, D3, B6, B12 und Folsäure. Die Kombination von Forever Ultra™ Vanilla Shake Mix und Forever ARGI+® ist die ideale Ergänzung für einen aktiven Lebensstil, da sie die Versorgung des Körpers mit den entscheidenden Nährstoffen optimiert.

Forever Ultra® Vanilla Shake Mix | Art. 470  
Forever ARGI+® | Art. 473



## Rundum-Sonnenschutz

# Aloe Sunscreen und Aloe Lips™

.....

Alle Sonnenschutzmittel bieten natürlich einen gewissen Schutz vor schädlichen UVA- und UVB-Strahlen, damit ist jedoch nur ein Teil des Problems gelöst. Aloe Sunscreen mit Lichtschutzfaktor 30 basiert auf einer wasserfesten Formel. Diese bietet nicht nur Schutz vor UVA- und UVB-Strahlen, sondern beruhigt und pflegt die Haut durch den Zusatz von reinem Aloe-Vera-Gel aus dem Blattmark. Aloe Lips™ bietet zudem Extrapflege für einen der sensibelsten Bereiche des Körpers – deine Lippen. Mit einer Kombination aus Aloe, Jojoba und drei Wachsarten komplettiert Forever Aloe Lips™ deine Hautpflege, vor allem während oder nach einem Aufenthalt im Freien. Aloe Lips™ spendet Feuchtigkeit und pflegt die Lippen, damit sie weich und geschmeidig bleiben, und ist die optimale Ergänzung zu den schützenden Eigenschaften von Aloe Sunscreen.

Aloe Sunscreen | Art. 617  
Aloe Lips™ | Art. 22



# Mehr als nur Ernährung

Erfahre, wie du durch funktionelle Ernährung zu einer gesünderen Lebensweise findest



**Kat Morrill,**  
Health Coach (ACE-zertifiziert)  
und Ernährungsexpertin



.....

**Was wir essen, kann der Gesundheit schaden oder nützen. Ernährungsansätze auf Grundlage von Lebensmittelpyramiden haben jedoch ausgedient. Mittlerweile wissen wir, dass individuelle Faktoren eine wesentliche Rolle spielen und wir die Gesundheit eines Menschen ganzheitlich betrachten müssen – über die reine Ernährung hinaus. In Anlehnung an die funktionelle Medizin beschäftigt sich das Konzept der funktionellen Ernährung mit Ernährungsweise, Lebensstil, Stress und anderen Aspekten, um einen umfassenden Überblick über den Gesundheitszustand eines Menschen zu erhalten. Wir sprachen mit Kat Morrill, ACSM-zertifizierte Fitnesstrainerin, ACE-zertifizierte Gesundheitstrainerin und Ernährungsspezialistin, um einen Einblick in die funktionelle Ernährung zu erhalten und zu erfahren, wie eine ganzheitliche Sichtweise auf die Ernährung zur Verbesserung der Gesundheit beitragen kann.**

## **Was ist funktionelle Ernährung?**

Der Ansatz der funktionellen Ernährung geht über Kalorienzählen, Makronährstoffe und Diätvorschriften hinaus. Sie betrachtet den Menschen als Individuum mit unterschiedlichen Lebensstilen, Zielen, Gewohnheiten und Bedürfnissen. Auf dieser Grundlage wird ein individueller Ernährungsplan entwickelt. Dabei folgt die funktionelle Ernährung einem ganzheitlichen Ansatz und berücksichtigt neben dem Essen verschiedene andere Faktoren, die sich auf die Verwertung der Nährstoffe im Körper auswirken.

## **Wo liegt der Unterschied zur Standardernährung?**

Die Standardernährung basiert auf allgemeinen Richtlinien, die zwar hilfreich sein können, sich jedoch nicht für eine maßgeschneiderte Ernährungsweise eignen. Dafür müssen individuelle Faktoren wie Lebensstil, Umgebung, Gesundheitszustand, Krankheiten, Vorlieben und Abneigungen, Ziele, Stressniveau und Schlafgewohnheiten berücksichtigt werden. Eine reglementierte Standardernährung gibt einen genauen Ernährungsplan vor, an den man sich dann halten muss.

## Wie wirkt sich der individuelle Lebensstil auf die Ernährung aus?

Schlechte Schlafgewohnheiten und eine hohe Stressbelastung können zu einer einseitigen Ernährung mit Fastfood und zuckerhaltigen Produkten führen. Dadurch entsteht Heißhunger auf weitere Fastfood-Produkte und zuckerhaltige Nahrungsmittel, die dem Körper schaden und zu Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, Blähungen, schlechter Laune und Entzündungen führen. Durch gesunden Schlaf, tägliche Bewegung und effektive Stressbewältigung können jedoch die Bedingungen für eine optimale Verdauung und Verwertung von Nährstoffen geschaffen werden.

## Spielt die Flüssigkeitszufuhr eine Rolle dabei?

Eine sehr wichtige! Der Körper besteht zu etwa 60 % aus Wasser, weshalb die Körperfunktionen sehr eingeschränkt sind, wenn wir nicht ausreichend hydriert sind. Das betrifft die Nährstoffversorgung der Zellen, die Ausscheidung von Abfallstoffen, das Kreislaufsystem, die Muskeln, das Gehirn – sie alle sind abhängig von einer ausreichenden Flüssigkeitszufuhr. Dehydrierung kann zu Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche, falschen Hungersignalen, schlechter Verdauung, Leistungsabfall, Nierenbelastung und Reizbarkeit führen.

## Können wir uns durch gesundes Essen tatsächlich heilen?

Bestimmte Lebensmittel tragen durch ihre positiven Eigenschaften zur Verminderung von Entzündungen, zur Gesundung und zum Wachstum nützlicher Bakterien in unserer Darmflora bei. Zu den entzündungshemmenden Lebensmitteln zählen solche mit hohem Omega-3-Gehalt wie Lachs, grünes Blattgemüse, Beeren, Mandeln und Olivenöl. Magere und hochwertige Eiweißquellen wie Bio-Eier, Fleisch von Weiderindern und Sonnenblumenkerne unterstützen die Selbstheilungskräfte des Körpers nach einer Verletzung oder Operation. Zur Verbesserung der Darmflora, die entscheidend zur Stärkung unseres Immunsystems beiträgt, solltest du probiotische Lebensmittel wie Kimchi, Sauerkraut, Kefir, griechischen Joghurt und Kombucha essen. So stellst du sicher, dass du die gesundheitsfördernden Bakterien unterstützt.

## Wie beeinflusst die Ernährung das Immunsystem?

Da sich etwa 70 % unseres Immunsystems im Verdauungssystem befinden, können wir durch die Umstellung auf eine gesunde Ernährungsweise einen positiven Effekt erzielen. Eine entzündungsfördernde Ernährung mit hochverarbeiteten Lebensmitteln kann das körpereigene Abwehrsystem schwächen. Die Verringerung von Entzündungen im Körper ist aber eine der besten Möglichkeiten zur Krankheitsvorbeugung. Durch die Zugabe von probiotischen und präbiotischen Lebensmitteln wie Zwiebeln, Knoblauch, Hülsenfrüchten und Spargel wird das Wachstum gesunder Bakterien gefördert und die Darmflora gestärkt. Der Verzehr vollwertiger pflanzlicher Lebensmittel und gesunder Fette, der Verzicht auf Zucker sowie eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr stärken ebenfalls das Immunsystem.

## Wie wirkt sich der Lebensstil auf das Immunsystem aus?

Wenn wir viel sitzen, wenig bzw. schlecht schlafen, viel Stress haben und zu wenig trinken, kann sich das negativ auf das Immunsystem auswirken. Umgekehrt können ein gesunder Schlaf und ein effektiver Stressabbau durch Sport, Meditation und Lesen das Immunsystem stärken.

## Welche Tipps haben Sie für die Umstellung auf eine funktionelle Ernährungsweise?

Lege zunächst ein oder zwei Bereiche fest, in denen du eine Verbesserung erzielen möchtest. Im nächsten Schritt ersetzt du eine ungesunde mit einer gesunden Verhaltensweise, die dich deinem Ziel näher bringt. Bei einer hohen Stressbelastung könntest du zum Beispiel auf stressfördernde Nahrungsmittel wie Eis, Chips und Pommes verzichten. Ersetze diese durch Meditation, Bewegung oder ein heißes Bad, um das Nervensystem zu beruhigen und Stress abzubauen.

# Unterstütze deine Ernährungsreise

.....



## Forever Aloe Vera Gel™

Enthält 99,7 % reines Aloe-Vera-Gel. **Forever Aloe Vera Gel™** mit einer frischen zitronigen Note ist reich an Vitamin C, zuckerfrei und ohne Zusatz von Konservierungsstoffen. Auch in den Geschmacksrichtungen Mango, Pfirsich und Cranberry erhältlich.



## Forever Active Pro-B™

**Forever Active Pro-B™** versorgt dich mit Zink und über 8 Mrd. koloniebildenden Einheiten pro Dosis. Die kleinen Kapseln fördern das Gleichgewicht der Darmflora und verbessern die Nährstoffaufnahme.



## Forever Arctic Sea®

**Forever Arctic Sea®** enthält wertvolles Fisch-, Calamari- und Olivenöl und ist damit reich an Omega-3-Fettsäuren – ideal für Herz, Gehirn und Cholesterinspiegel.

Forever Aloe Vera Gel™ | Art. 715

Forever Active Pro-B™ | Art. 610

Forever Arctic Sea® | Art. 376

# Erdbeer- Mango- Smoothie

Gönn dir ein  
fruchtig-lecker  
Getränk mit vielen  
Nährstoffen

.....

Dieser farbenfrohe Smoothie verbindet erfrischende Zitrone mit fruchtiger Mango und Erdbeere. Ein Schuss Aloe-Vera-Gel sorgt für einen gesunden Extra-Boost. Trinke ihn zur Abkühlung nach dem Training oder als Erfrischung am Nachmittag. Damit nutzt du die Vorteile der Aloe, um deinem Körper Energie und Power zurückzugeben.



## Zutaten

60 ml Forever Aloe Mango™  
100 g gefrorene Erdbeeren  
120 ml gefiltertes Wasser  
1 EL frischer Zitronensaft  
4 große Eiswürfel

Forever Aloe Mango™ | Art. 736

## Zubereitung

Alle Zutaten außer der Minze in einen Mixer geben. 1-2 Minuten auf höchster Stufe bzw. schaumig pürieren. In ein Glas gießen und nach Belieben mit einem Minzweig garnieren.



Unterstützung



Stärkung

# BLEIB STARK

Forever ImmuBlend™ ist ein optimales Nahrungsergänzungsmittel zur Unterstützung der körperlichen Widerstandsfähigkeit. Die kraftvollen Maitake- und Shiitake-Pilze unterstützen und kräftigen auch das Immunsystem. Darüber hinaus sind das Sonnenvitamin D3 und eine Extraportion Zink enthalten. Die Nährstoffe werden abgerundet durch eine großzügige Menge Vitamin C gemischt mit Lactoferrin. Die natürlichen Fructooligosaccharide unterstützen diese einzigartige Nährstoffmischung.

Forever ImmuBlend™ | Art. 355



FOREVER®

Bitte wende dich an deinen persönlichen **Forever Business Owner**, um eine Produktbestellung vorzunehmen.

# Die Bedeutung einer bewussten Lebensführung

## Vier Denkweisen für mehr Zufriedenheit und Gesundheit

.....

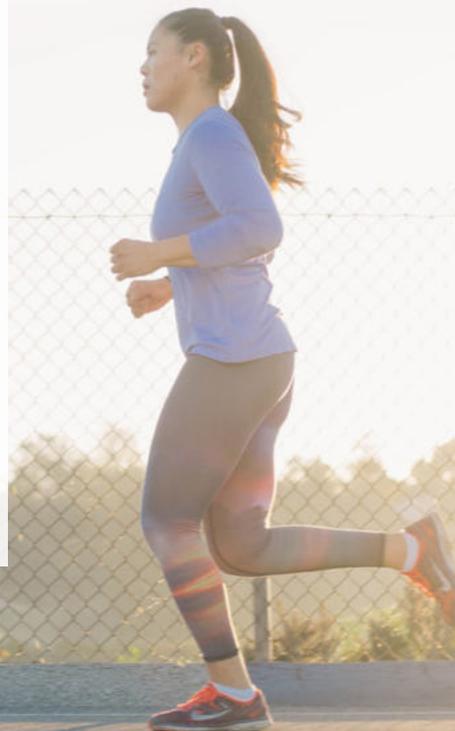
Gesundheit entsteht nicht einfach so – wir müssen sie kultivieren. Ein gesunder Lebensstil erfordert bewusste Entscheidungen. Denn nur so können wir beeinflussen, welche Ziele wir in den nächsten Monaten und Jahren erreichen. Also halte einen Moment inne und frage dich selbst: *Was sind meine Ziele? Worauf möchte ich achten, um ein erfüllteres Leben zu führen?* Ein bewusster Umgang mit der eigenen Zeit und den Wünschen für das eigene Leben rückt die Dinge ins rechte Licht und hilft neue Prioritäten zu setzen. Mit diesen vier Tipps lernst du, deine Gesundheit und Zufriedenheit durch bewusste Entscheidungen zu fördern.

### #1 Setze dir ein bestimmtes Ziel

Oft bleiben die wunderbaren Vorsätze, die wir fassen, genau das – reine Vorsätze. Um ein Ziel tatsächlich zu erreichen, müssen wir es zur Priorität machen. Dazu müssen wir zuerst einmal neutral unsere aktuelle Situation beurteilen. Inwiefern bist du mit deiner körperlichen, geistigen, spirituellen, emotionalen Gesundheit und deinem sozialen Umfeld zufrieden bzw. unzufrieden?

Vielleicht bist du körperlich fit, erfährst aber von deinem sozialen Umfeld keine große Unterstützung. Überlege, wie sich eine Veränderung hier positiv auswirken könnte. Würde dir ein stabileres soziales Umfeld dabei helfen, schwierige Zeiten besser zu meistern und in guten Zeiten glücklicher zu sein? Könntest du, wenn du körperlich besser in Form wärst, mehr mit deiner Familie unternehmen?

Wenn du ein klares Ziel vor Augen hast und genau weißt, warum du gerade diese Veränderung anstrebst und welche Vorteile sie mit sich bringt, fällt es dir leichter, auf das Ziel hinzuwirken.



## #2 Mach einen Plan

Vielleicht hast du den Spruch „Ein Ziel ohne Plan ist nur ein Traum“ schon einmal gehört. Beim Träumen kannst du deine Gedanken schweifen lassen und dir kreative Lösungen oder neue Ideen ausdenken. Für eine erfolgreiche Umsetzung dieser Träume musst du jedoch Ziele setzen und einen Plan entwickeln.

Die Festlegung eines sogenannten SMART-Ziels ist dabei am hilfreichsten. Das Akronym SMART steht für „Spezifisch“, „Messbar“, „Attraktiv“, „Realistisch“ und „Terminiert“. Mit Hilfe dieses Rahmens kannst du klar definieren, was du willst und wie du dein Ziel erreichen kannst.

Vage Ziele („Ich möchte mich gesünder ernähren“, „Ich muss abnehmen“ oder „Ich möchte mehr mit Freunden unternehmen“) stellen eher Wunschträume als einen Plan dar. Versuche es stattdessen so: „Ich werde fünf Abende pro Woche zu Hause essen“, „Ich werde 5 Kilo abnehmen“, oder „Ich werde eine bestimmte Aktivität ausüben oder mich in einem bestimmten Verein engagieren, für die ich mich interessiere“.

Diese Beispiele verdeutlichen die „spezifischen“ und „messbaren“ Aspekte eines SMART-Ziels. Als nächstes musst du sicherstellen, dass dein Ziel erreichbar (bzw. machbar) und realistisch (bzw. für dich möglich) ist, und dass es einen Zeitplan für die Umsetzung gibt. Hier ein Beispiel eines vollständig ausformulierten SMART-Ziels für Unternehmungen: „Ich werde einer Laufgruppe beitreten und in den nächsten fünf Monaten jeden Monat eine engere Beziehung zu einer Person aufbauen.“ Mache dir Gedanken darüber, wie du den SMART-Ansatz nutzen kannst, um deine Ziele leichter zu erreichen.

## #3 Finde deine Routine

Auch wenn du mit den besten Absichten auf ein Ziel hinarbeitest, wirst du immer wieder Herausforderungen begegnen. Viele Probleme – wie Zeitmangel bei der Zubereitung gesunder Mahlzeiten oder Energiemangel – lassen sich vermeiden, wenn du deine Routinen konsequent einhältst.

Sport (fördert das Energieniveau) und Vorkochen (gesundes Essen für stressige Arbeitstage auf Vorrat kochen) können dabei etwa helfen. Eine feste Einschlafroutine sorgt beispielsweise für gesünderen Schlaf.

Auch eine Morgenroutine ist wichtig. Der Morgen gibt den Ton für den restlichen Tag vor, achte also darauf, womit du den Tag beginnst. Wenn du gleich nach dem Aufwachen deine E-Mails liest oder durch die sozialen Medien scrollst, beschäftigst du dich mit dem Leben anderer und richtest deine Aufmerksamkeit nicht auf deine eigenen Prioritäten. Nutze die Zeit für dich und schreibe Tagebuch, meditiere, lese, treibe Sport oder gehe mit dem Hund spazieren.

Bewusste Routinen fördern nicht nur Gesundheit und Wohlbefinden, sie wirken sich auch positiv auf die Entspannung und dein Energielevel aus.



## #4 Sei dankbar

Ausschüttung der Glückshormone Dopamin und Serotonin im Gehirn fördert. Menschen, die Dankbarkeit praktizieren, berichten zudem, dass sie ihre Ziele leichter erreichen.

Darüber hinaus stärkt bewusst erlebte Dankbarkeit – egal ob es sich um eine köstliche Mahlzeit oder einen beruflichen Erfolg handelt – die Fähigkeit, Veränderungen zuzulassen, sich selbst zu akzeptieren und das Selbstwertgefühl zu stärken.

Dankbarkeit wirkt sich auch auf unseren Erfolg aus. Denn wenn du aufschreibst, wofür du dankbar bist, kannst du deine Ziele regelmäßig überprüfen und die erzielten Fortschritte dokumentieren.

•••••

Bewusste Entscheidungen helfen uns dabei, bessere Ergebnisse zu erzielen. Wenn du in deinem Alltag bewusstere Entscheidungen triffst, wirst du davon profitieren.

## Mit DX4™ bewusstere Entscheidungen treffen

Mit dem neuen DX4™ bringst du deinen Körper wieder ins Gleichgewicht und unterstützt dein Wohlbefinden mit Hilfe von Ernährungsprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln sowie durch Mindset-Praktiken. Du setzt dir von Anfang an ein Ziel und DX4™ hilft dir im Rahmen eines gezielten Ansatzes, Körper und Seele in Einklang zu bringen und dein Wohlbefinden zu verbessern.

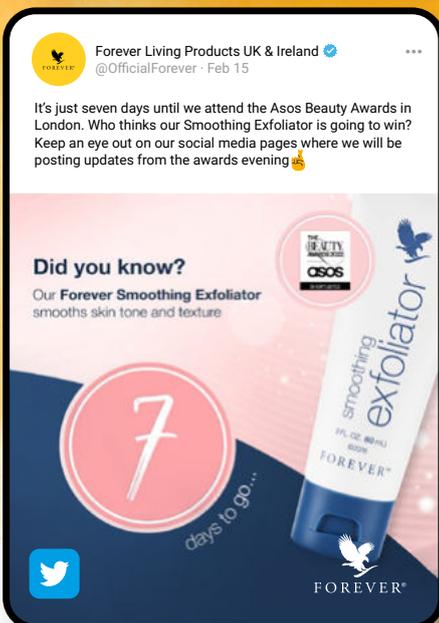
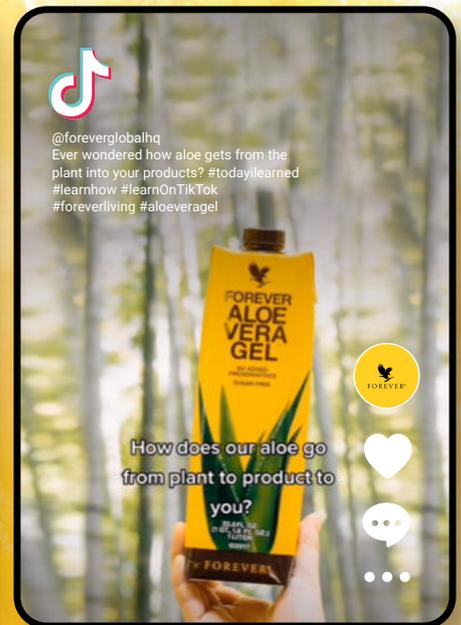
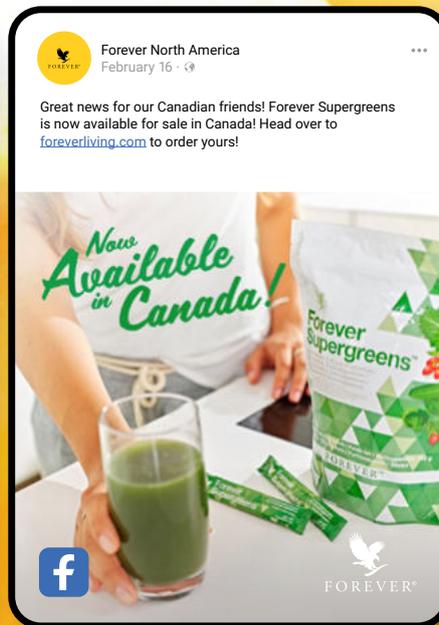


# Folge Forever

.....

Unsere Forever-Familie hat Mitglieder in über 160 Ländern weltweit. Erhalte Informationen zu Produktneuheiten, Updates, Tipps und Werbegeschenke aus dem Hauptsitz von Forever in Scottsdale, Arizona, und unseren Länderbüros weltweit. Vergiss nicht, nach den Hashtags #ForeverProud oder #LookBetterFeelBetter zu suchen, um noch mehr Informationen darüber zu erhalten, wie du ein gesünderes Leben führst und die Forever-Philosophie lebst.

  Schau auch mal bei uns vorbei! [@foreverdachhq](https://www.instagram.com/foreverdachhq)





# AUSGEWOGENE UNTERSTÜTZUNG FÜR JEDEN KÖRPER

Vitolize™ ist ein Nahrungsergänzungsmittel, das auf die besonderen Bedürfnisse sowohl von Frauen als auch von Männern zugeschnitten ist. Vitolize™ Women enthält Cranberrys und kraftvolle Pflanzenextrakte, gepaart mit wichtigen Vitaminen, um die Ernährungsbedürfnisse der Frau zu decken. Vitolize™ Men versorgt Männer mit der optimalen Menge an Vitaminen, Pflanzenextrakten und Mineralien.

Vitolize™ Women | Art. 375 (Produkt ist nicht in der Schweiz verfügbar.)

Vitolize™ Men | Art. 374



FOREVER®

Bitte wende dich an deinen persönlichen **Forever Business Owner**, um eine Produktbestellung vorzunehmen.

# Wasser – das blaue Gold

## Forever setzt weiterhin weltweit Maßstäbe für umweltbewusstes Handeln

.....

Die Leidenschaft von Forever für den Anbau und die Ernte von Aloe Vera der höchsten Qualität beginnt mit einer Verpflichtung zu nachhaltigen Methoden. Im Mittelpunkt stehen dabei die Verpflichtung, mehr zurückzugeben, als der Erde entnommen wird, und die Bereitschaft Innovationen zu fördern, die positive Auswirkungen auf die Umwelt haben.

Diese Verpflichtung zeigt sich bei Aloe Vera of America, dem in Dallas ansässigen Hersteller und weltweiten Vertrieb der Forever-Produkte. Vor kurzem wurde die Anlage von der Stadt Dallas zum siebten Mal mit dem Blue Thumb Award und dem Pollution Prevention Award für ihr kontinuierliches Engagement für den Umweltschutz ausgezeichnet – insbesondere für die Wasseraufbereitung und -einsparung.

„Von Hunderten von Einrichtungen in der Region sind nur wenige in der Lage, die strengen Vorgaben zu erfüllen und beide prestigeträchtigen Auszeichnungen zu erhalten. Noch weniger wurden sieben Mal ausgezeichnet“, sagt Rafael Hernandez, Abteilungsleiter für Umwelt- und Arbeitssicherheit und Gesundheit bei Forever.



**WIR SIND STÄNDIG AUF DER SUCHE NACH INITIATIVEN ZUR VERMINDERUNG DER UMWELTAUSWIRKUNGEN UNSERER PRODUKTIONSBETRIEBE, VON DEN ALOE-FARMEN IN DER DOMINIKANISCHEN REPUBLIK UND IN MISSION, TEXAS, BIS HIN ZU UNSEREN PRODUKTIONSANLAGEN IN TEXAS, ARIZONA UND FLORIDA, DIE WIR DANN AUCH UMSETZEN.**

– Rafael Hernandez



## Engagement für sauberes Wasser

Um einen Blue Thumb Award zu erhalten, müssen Organisationen strenge Anforderungen im Umgang mit Abwasser erfüllen. Aloe Vera of America verwendet ein hochmodernes chemisches Aufbereitungssystem, um alle möglichen Schadstoffe zu entfernen und um sicherzustellen, dass alle Abwässer auf umweltfreundliche Weise behandelt werden. Bis heute hat Aloe Vera of America 168 einwandfreie Abwasserprobenergebnisse in Folge sowie 14 einwandfreie Inspektionen vorzuweisen.

„Unser Hauptziel ist es, dafür zu sorgen, dass alle Forever-Niederlassungen sämtliche Vorschriften, Normen und Anweisungen zu Umwelt- und Arbeitssicherheit auf Bundes-, Landes- und Kommunalebene einhalten“, so Hernandez. „Wir sind ständig auf der Suche nach Initiativen zur Verminderung der Umweltauswirkungen unserer Produktionsbetriebe, von den Aloe-Farmen in der Dominikanischen Republik und in Mission, Texas, bis hin zu unseren Produktionsanlagen in Texas, Arizona und Florida, die wir dann auch umsetzen.“

Der Pollution Prevention Award wird an Unternehmen verliehen, die sich für die Reduzierung oder Vermeidung von Schadstoffen durch einen effizienteren Einsatz von Rohstoffen, Energie, Wasser oder anderen Ressourcen oder den Erhalt natürlicher Ressourcen einsetzen.

Aloe Vera of America erhielt diese Auszeichnung zuletzt für seine Bemühungen zur Wassereinsparung während des Reinigungsprozesses von Produktionsanlagen. Von Januar 2021 bis September 2021 hat Aloe Vera of America gut 1,3 Millionen Liter Wasser eingespart.

„Wir konzentrieren uns derzeit auf die Optimierung unserer Maßnahmen zur Energie- und Wassereinsparung, um unser Engagement in den Bereichen Umwelt, Gesundheit und Wasser fortzusetzen“, so Hernandez über die weiteren Bemühungen von Aloe Vera of America.



**VON JANUAR 2021 BIS  
SEPTEMBER 2021 HAT  
ALOE VERA OF AMERICA  
GUT 1,3 MILLIONEN LITER  
WASSER EINGESPART.**

Als Teil dieser fortlaufenden Verpflichtung hat Aloe Vera of America ein branchenweit führendes Recyclingprogramm eingeführt, um die Verwendung von Kunststoffen verantwortungsvoll zu reduzieren und Abfälle zu recyceln. Darüber hinaus ist Aloe Vera of America nach ISO-Umwelt- und Sicherheitsnormen zertifiziert und wird in diesem Jahr den Prozess zur ISO-Zertifizierung für Wasser- und Energieeinsparung einleiten. Angesichts der beispiellosen Dürren in einigen Regionen im Westen der Vereinigten Staaten und da Wasserknappheit weiterhin ein globales Problem darstellt, ist ein verantwortungsvoller Umgang mit Wasser wichtiger denn je. Forever und Aloe Vera of America werden sich auch weiter dafür einsetzen.



Beruhigen



Feuchtigkeit  
spenden

# KÜMMERE DICH UM DEINE HAUT

Beruhige deine Haut, nachdem du in der Sonne warst, mit der Kraft der Aloe Vera in ihrer reinsten Form. Dieses feste, transparente Gel ist fast identisch mit dem inneren Blattgel der Aloe-Vera-Pflanze. Das bedeutet, du bekommst das Beste der Aloepflanze in der Form, in der die Natur sie erschaffen hat. Das Aloe Vera Gelly von Forever ist ein transparentes Gel, das auf der Kleidung keine Flecken hinterlässt – deine Haut aber pflegt und mit Feuchtigkeit versorgt.

Aloe Vera Gelly | Art. 061

What  
**Matters**  
Most...



FOREVER®

Bitte wende dich an deinen persönlichen **Forever Business Owner**, um eine Produktbestellung vorzunehmen.

# Die Kraft von Forever



## Erfahre mehr über die kürzlich umbenannte Rex Maughan Forever Giving Foundation

.....

Wie der verstorbene Gründer und CEO von Forever, Rex Maughan, sagte:



**DIE KRAFT VON FOREVER IST DIE KRAFT DER LIEBE.**



Diese Botschaft ist Teil der DNA von Forever und seiner wohlthätigen Schwesterorganisation, der Rex Maughan Forever Giving Foundation. Im Januar 2022 wurde die gemeinnützige Organisation, die im September 2009 unter dem Namen Forever Giving ins Leben gerufen wurde, umbenannt, um das Vermächtnis und die lebenslange karitative Arbeit ihres Namensgebers zu würdigen.

Seit mehr als einem Jahrzehnt ist das Engagement der Stiftung, das Leben von Frauen und Kindern auf der ganzen Welt zu verbessern – und Gemeinden zu helfen, die von Naturkatastrophen betroffen sind – jedoch unverändert.

„Geben, für andere da sein und ihnen helfen war immer ein wichtiger Teil von Rex' Persönlichkeit. Er war ständig damit beschäftigt, Gutes zu tun“, sagt Gregg Maughan, Präsident von Forever und Rex Maughans jüngster Sohn. „Daher war es naheliegend, Forever Giving mit seinem Vermächtnis zu verbinden – und ich hoffe, dass es andere dazu motiviert, seinem Beispiel zu folgen, zu lieben und zu geben und die Welt nach und nach zu einem besseren Ort zu machen.“

Bis heute hat die Rex Maughan Forever Giving Foundation an mehr als 30 Wohltätigkeitsorganisationen gespendet, die Frauen, Kindern und Gemeinden beim Wiederaufbau nach verheerenden Situationen infolge von Hunger, Armut, fehlender medizinischer Versorgung und Naturkatastrophen helfen. Durch Partnerschaften mit anderen gemeinnützigen Organisationen wie HaitiChildren und Mercy Malaysia stellt die Stiftung Mittel, Einrichtungen, Mahlzeiten und Bildung für Frauen, Kinder und Gemeinden in Not zur Verfügung.

Am „Giving Tuesday“, dem internationalen Tag des Gebens, sammelte die Stiftung im letzten Jahr 10.000 US-Dollar für Rise Against Hunger, eine weltweite Organisation, die sich für die Bekämpfung des Hungers einsetzt. Die Geldmittel aus dieser Aktion unterstützten die Arbeit von Rise Against Hunger in der Dominikanischen Republik, indem damit die Kosten für zwei Lieferungen lebensrettender Medikamente übernommen wurden.

Die Rex Maughan Forever Giving Foundation hat die Vision, Frauen, Kindern und Gemeinden auf der ganzen Welt Hoffnung und eine Verbesserung ihrer Lage zu bringen, indem sie ihnen besseren Zugang zu Nahrung, Unterkunft, medizinischer Versorgung und Katastrophenhilfe ermöglicht. Seit ihrer Gründung hat die Stiftung über 1,7 Mio. US-Dollar gesammelt und mehr als fünf Millionen Mahlzeiten abgepackt.

**Weitere Informationen zur Rex Maughan Forever Giving Foundation sowie dazu, wie du sie unterstützen kannst, findest du unter [www.forever-giving.org](http://www.forever-giving.org).**

Überreicht durch:



# INTUITIVE HAUTPFLEGE

Mischhaut verdient eine Hautpflegeroutine, die so einzigartig ist wie sie selbst. Aus diesem Grund hat Forever das Sonya™ daily skincare system für die tägliche Pflege entwickelt, bei dem Aloe Vera und pflanzliche Inhaltsstoffe mithilfe einer fortschrittlichen Gel-Technologie besser von der Haut aufgenommen werden. Das aus vier Produkten bestehende Pflegesystem bringt die Haut wieder ins Gleichgewicht, hydratisiert sie und lässt sie jünger aussehen.

Sonya™ daily skincare system | Art. 609

What  
**Matters**  
Most...



FOREVER®

Bitte wende dich an deinen persönlichen **Forever Business Owner**, um eine Produktbestellung vorzunehmen.