

Le Petit Déjeuner IDEAL !



**LES MATINS SONT-ILS
TOUJOURS AUSSI
DIFFICILES ?**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



**Vous arrive-t-il de ne plus savoir
quoi manger pour le petit
déjeuner ou de ne pas avoir le
temps et l'envie de prendre quoi
que ce soit ?**



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Vous privez-vous de petit déjeuner de peur de prendre des kilos supplémentaires ?

Le Petit Déjeuner IDEAL !



**La fatigue fait-elle partie de
votre quotidien et vous
sentez-vous inefficace au
travail ?**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



**Pendant combien temps
allez-vous tenir ?**



Le Petit Déjeuner IDEAL !



CE QUE LES MEDECINS NOUS DISENT !

Arthur Agaston, cardiologue et auteur de “Le régime de l’accident”:

Sauter le petit déjeuner, fait chuter le niveau de sucre sanguin (hypoglycémie), ce qui entraîne une sensation de faim au cours de la matinée, qui va naturellement nous pousser vers un déjeuner trop riche en sucres rapides (hydrates de carbone) avec à la clé, une qualité nutritive douteuse et, par contre un excellent moyen de prendre du poids rapidement et de le garder par ces mauvaises habitudes répétitives.



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Le Dr. Gallo l'a écrit dans son livre

“Les dix Commandements de la forme” :

D'après les rapports des médecins nutritionnistes :

La meilleure façon pour équilibrer le taux de sucre sanguin (glucose) et de maintenir votre appétit sous contrôle, c'est de faire le plein en protéines dès le Petit déjeuner.



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Selon Walter Futterweight, endocrinologue, de l'école de médecine du Mont Sinai à New York :

“Démarrer la journée avec un café/croissant, ou un bol de céréales et un jus d'orange, ou avec n'importe quel hydrates de carbone rapides— c'est aiguïser votre appétit. Vous vous injecter une dose de sucre pure, qui va entraîner une surproduction immédiate d'insuline, et causer la chute du taux de sucre sanguin. 2 heures plus tard vous n'aurez d'autre choix, que de partir à la recherche d'hydrates de carbone, pour remonter votre taux de sucre sanguin. C'est un cercle vicieux.

Un mauvais petit déjeuner démarre une mauvaise journée”.

Le Petit Déjeuner IDEAL !



MIEUX MANGER

L'alimentation permet de jouer favorablement sur la prévention :

- des maladies cardio-vasculaires,
- de l'obésité, le diabète,
- de l'ostéoporose
- et du cancer



Le Petit Déjeuner IDEAL !



EN FRANCE



- Maladies cardio-vasculaires : 32% des décès (170 000 personnes par an)
- Tumeurs malignes : 29% des décès chez l'homme et 23% chez la femme (240 000 nouveaux cas par an)
- Ostéoporose : 10% des femmes à 50 ans , 40% à 75 ans (détérioration du tissu osseux)

Source: AMAC Nutrition

Le Petit Déjeuner IDEAL !



EN SUISSE



-Maladies cardio-vasculaires : 39,4% des décès (24'148 personnes en 2001)

-Cancers : En modifiant ses habitudes alimentaires, il est possible de diminuer les risques de tomber malade, que ce soit d'un cancer ou d'une autre maladie (diabète, maladie cardio-vasculaire par exemple). (30 000 nouveaux cas soit 17 000 décès annuellement)

Source: Fondation Suisse de Cardiologie

Ligue Suisse contre le Cancer

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Faits et chiffres

- - 7 visites sur 10 à un médecin sont directement ou indirectement liées à une origine alimentaire
- - 50% de ces maladies pourraient être évitées ou retardées par une meilleure nutrition.
- - En 2 ans le déficit de la sécurité sociale va doubler à cause de l'obésité

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Faits et chiffres autour du Monde

- Dans le Monde, 300 millions d'adultes présentes un surpoids et la majorité sont atteints d'une maladie liée au poids.
- Aux États-Unis, 80% des personnes de plus de 25 ans souffrent d'excès de poids.
- En Chine environ 15% de la population souffre d'excès de poids. Ces chiffres doubleront vraisemblablement d'ici dix ans.
- Au Brésil et en Colombie, l'obésité frappe environ 40% de la population.
- En Europe 17 % des Hommes et 20% des femmes sont obèses

Le Petit Déjeuner IDEAL !



- L'OMS a évalué à 22 millions le nombre d'enfants âgés de cinq ans souffrant d'excès de poids.
- Aux États-Unis, le pourcentage d'enfants entre 5 et 14 ans souffrant d'excès de poids est passé ces trente dernières années de 15% à 32%.
- Un enfant sur quatre aux États-Unis souffre d'excès de poids ; 11% y sont obèses.

Le Petit Déjeuner IDEAL !



- **En France et en Suisse**

- 1 petite fille sur 5 âgée entre 6 et 12 ans a des problèmes de poids
- le nombre d'enfants restant obèses a pratiquement été multiplié par 6
- Augmentation de l'alcool chez les jeunes de 15 – 16ans - 40% ont déjà connu 2 états d'ivresse

- (Source: Fédération cardiaque mondiale, Obésité/Nutrition, juin 2002 et le site de Nestlé)

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Que mangeons-nous ?

- 1,7 fois par jour des fruits ou un jus de fruits
- 1,3 fois par jour de la salades ou des légumes
- 1/3 ne déjeunent pas le matin (dont beaucoup d'écoliers)
- Boivent 4 tasses de café par jour en moyenne



Le Petit Déjeuner IDEAL !



SURPOIDS et OBESITE



- 47% des français sont en surcharge pondérale (20 millions de personnes)
- 20 % des enfants sont en surpoids
- 16 % des enfants (7-12 ans) sont obèses

Le Petit Déjeuner IDEAL !



LES CAUSES IDENTIFIEES



- Modifications des habitudes de vie
- Modifications des habitudes alimentaires
- Évolution de l'alimentation

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Le Programme National Nutrition Santé

- Conscient de cet enjeu le ministère de la santé a lancé le PNNS en 2001
- Le PNNS a pour objectif général d'améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs : la nutrition.



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Recommandations



- Manger 5 fruits et légumes par jour
- Manger du poisson 3 fois par semaine
- 30g de fibres par jour
- Des aliments complets chaque jour
- (1 féculent/jour et du pain à chaque repas)
- 1,5l d'eau par jour
- 30 mn d'activité physique par jour

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Les compléments alimentaires



- Font l'objet d'une réglementation stricte
- Sont considérés comme des denrées alimentaires
- Ont pour vocation de « compléter » les apports nutritionnel de l'alimentation
- Constituent une source de Vitamines, de Minéraux, d'antioxydants ou d'oméga 3.

Le Petit Déjeuner IDEAL !



DECOUVREZ

Maintenant

Le

“Petit Déjeuner IDEAL”

Pour toute la famille !

Le Petit Déjeuner IDEAL !



- Nous avons récemment lancé sur le marché mondial la toute dernière génération de boisson nutritionnelle pour le petit déjeuner, qui fournit tous les nutriments nécessaires dont votre corps a besoin au quotidien – vitamines, minéraux, protéines, fibres etc.
- Un petit déjeuner complet et équilibré pour environ 200 calories
- Des vitamines, des minéraux et des herbes pour la vitalité et l'énergie
- En 3 minutes le petit déjeuner est prêt pour toute la famille
- Une grande variété de parfums et de recettes



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Avantages multiples:

- une solution nutritionnelle idéale pour les adultes, les enfants et surtout les seniors.
- Prix abordable pour tous, étudiants...
- 5 Délicieux parfums
- Multiples recettes de cocktails
- Garantie de 30 jours “satisfait ou remboursé”



Le Petit Déjeuner IDEAL !

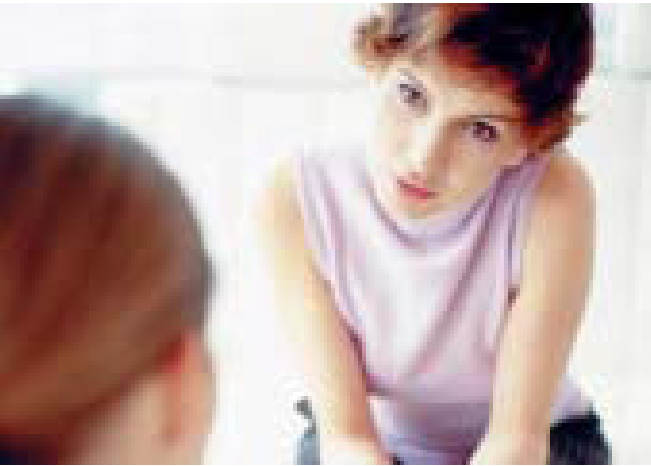


Avantages multiples :

- Permet de Contrôler son poids
- Une meilleure nutrition = une meilleure santé
- Utilisation sans limite dans le temps



Le Petit Déjeuner IDEAL !



NOTRE RÔLE

- **Coach BIEN-ÊTRE**
 - **Spécialiste Nutrition**
 - **Suivi personnalisé**
 - **Soutien**
 - **Conseils**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



HERBALIFE INTERNATIONAL

Depuis 1980



Herbalife International Of America INC.
1800 Century Park East
Century City CA 90067



Depuis 1990



Depuis 1995



Herbalife International France SA
Parc des Tanneries
67835 Lingolsheim / Strasbourg

Le Petit Déjeuner IDEAL !



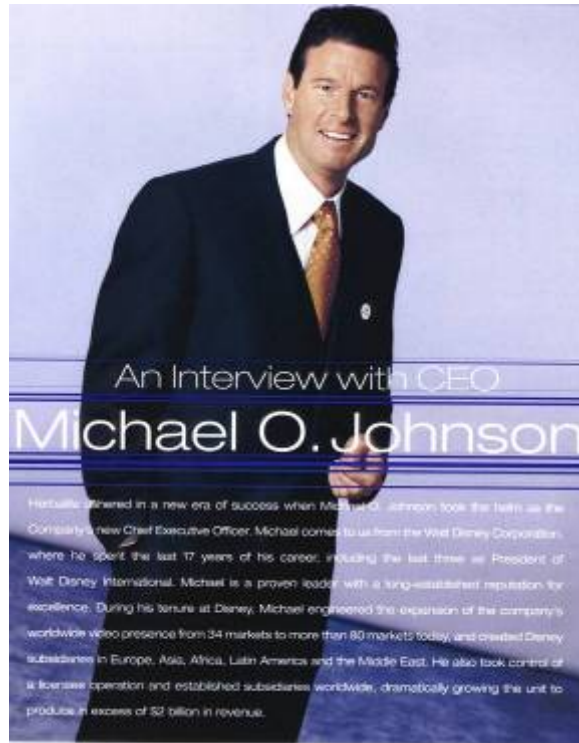
25 Années Exceptionnelles



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Président Directeur Général [CEO]

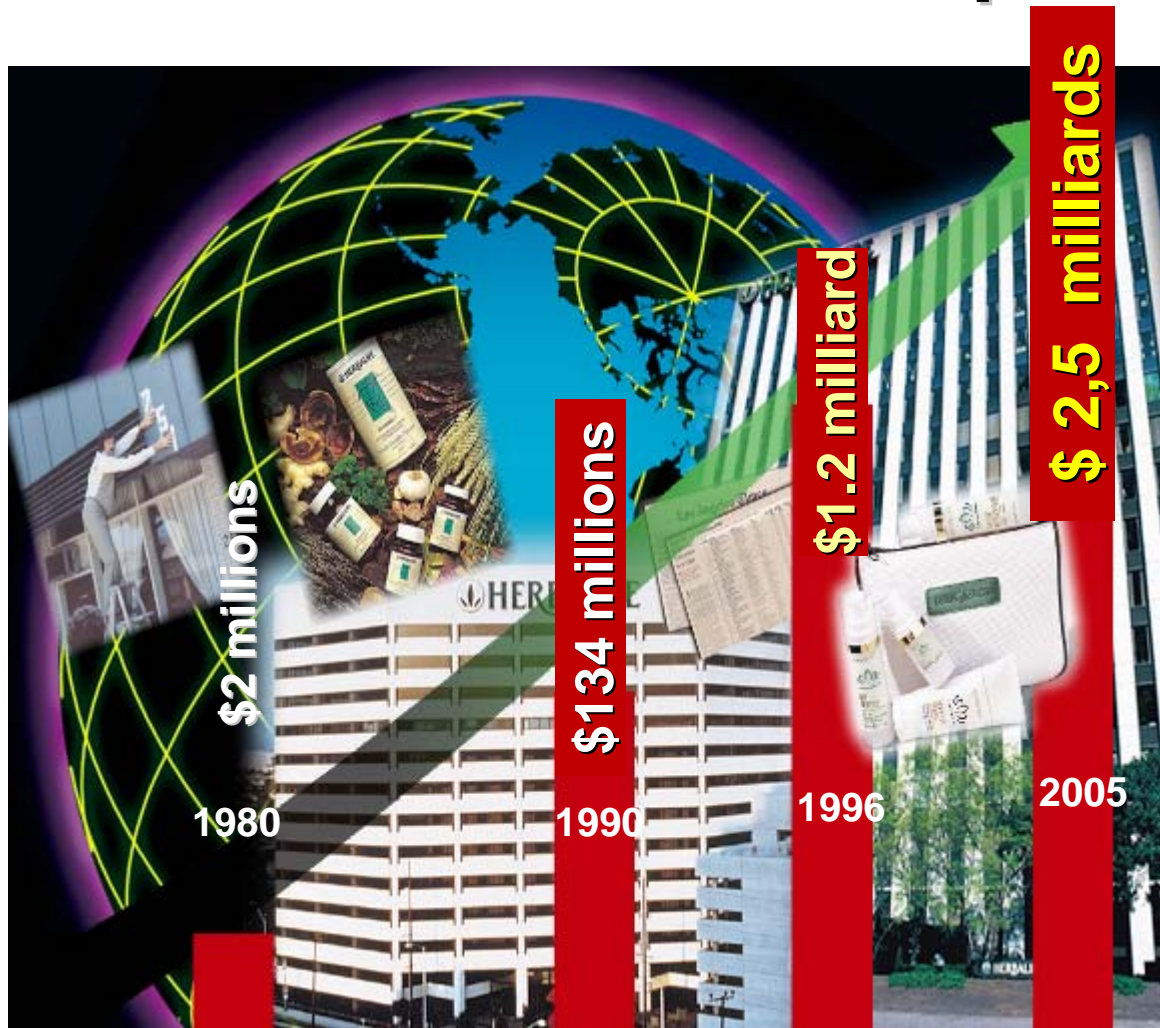


- **Michael O. Johnson**
 - CEO d'Herbalife depuis 2003
- 17 ans chez Walt Disney World
 - A remporté le sondage MarketWatch Readers' Choice - **CEO de l'année 2005**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



25 Années Exceptionnelles



Une
progression
constante de
notre C.A.
depuis 25 ans

Le Petit Déjeuner IDEAL !



16 12 2004 - Herbalife cotée au NYSE

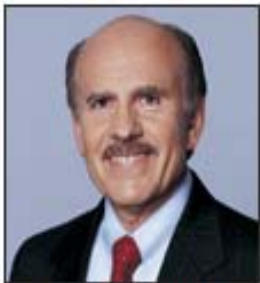


Le Petit Déjeuner IDEAL !



Comité Scientifique d'Herbalife International

↓ Université **UCLA**
Laboratoire de Nutrition
Cellulaire et Moléculaire



Dr. Louis Ignarro
Lauréat Prix Nobel* † en
médecine

Dr. Louis Ignarro

Prix Nobel* en
médecine



David Heber
M.D., Ph.D., F.A.C.P.,
F.A.C.N.



Le Petit Déjeuner IDEAL !



David Heber, M.D., Ph.D., F.A.C.P., F.A.C.N.

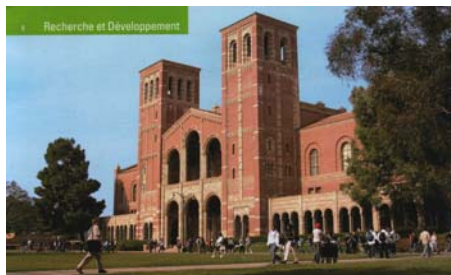


Les intérêts de recherche principaux du Docteur Heber sont le traitement de l'obésité et la nutrition pour la prévention et le traitement de cancer.

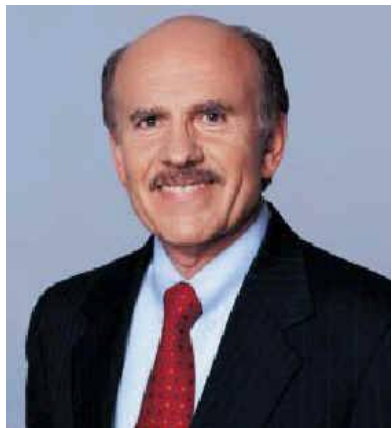
Il est Professeur dans : le Département de Médecine UCLA - la Division de Nutrition Clinique, à l'École de Médecine David Geffen, UCLA * et École UCLA de Santé publique; directeur du Centre UCLA pour la Nutrition Humaine; directeur du Centre NIH pour la Recherche de Supplément Diététique en Botanique (CDSRB);

Directeur, de l'Unité de Recherche en Nutrition financée par la Clinique NCI-; vice-président, du Centre de collaboration pour la Médecine Intégratrice de l'UCLA.

Le Docteur Heber fait partie "des Meilleurs Docteurs en Amérique" et du " Who's Who Américain" Il a écrit plus de 70 articles et 3 livres pour le public, y compris "De Quelle Couleur est Votre Régime



Le Petit Déjeuner IDEAL !



**Docteur Louis Ignarro,
Lauréat Prix Nobel de Physiologie en Médecine**
Le Docteur Ignarro a apporté des contributions exceptionnelles à l'avancement de la science, y compris la désignation comme Prix Nobel pour la Physiologie et la Médecine en 1998 pour sa recherche sur l'oxyde nitrique. Son travail a mené et a inspiré des scientifiques dans le monde entier.



Un Distingué Professeur de Pharmacologie, de l'École de Médecine UCLA, le Docteur Ignarro a servi comme Professeur de Pharmacologie à l'Université de Médecine Tulane, à la Nouvelle Orléans. Avant l'enseignement, il a servi comme scientifique à CIBA-GEIGY.

“Une nutrition équilibrée est aujourd’hui une nécessité vitale de nos jours. Et ceci n’est pas du tout exagéré ! De nos jours on ne peut plus être au top de sa forme sans compléments nutritionnels. Je suis fier de faire partie de l’équipe Herbalife qui a créé le programme Shape Works et qui développe au quotidien des produits essentiels à l’équilibre de chacun d’entre nous. »



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Jamie McManus, M.D., F.A.A.F.P.

Vice-président Senior, des Affaires Médicales et de l'Éducation

Un végétarien et un coureur, le Docteur McManus a commencé à utiliser nos suppléments alimentaires en 1990. En 1997, elle a rejoint la société comme le Vice-président Senior, des Affaires Médicales et de l'Éducation et a été nommée au Conseil Consultatif Médical, pour aider au développement de nouveaux produits.

Motivé par sa philosophie qui veut que la médecine intègre une variété de méthodes guérissantes incluant la nutrition, l'exercice, des suppléments et des herbes, le Docteur McManus a créé "le Docteur - Réseau de Distributeur" de professionnels médicaux de disciplines diverses. Ce réseau mondial fournit l'information aux professionnels de santé intéressés par le pouvoir de nutrition. Le Docteur McManus détient un B.S. en Sciences Biologiques, Avec mention et un M.D. avec des honneurs, réalisant l'adhésion dans l'Alpha Oméga Alpha la Société d'Honneur Médicale à l'Université de Californie, Davis. Après l'achèvement de son Académie américaine de Médecine Traditionnelle, elle a pratiqué la médecine de famille en Californie et à Washington pendant 14 ans

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Mario Rosenberg, M.D. Professeur de Gastroentérologie



Le Docteur Rosenberg est un médecin praticien et un membre du Conseil Consultatif Scientifique et Médical d'Herbalife. Avec sa pratique à Beverly Hills il se spécialisant dans la médecine interne, la gastro-entérologie, dans les services médicaux préventifs et la nutrition, le Docteur Rosenberg a aussi fondé la Fondation de Recherche de l'Amérique pour des expérimentations cliniques dans le traitement de maladie gastro-intestinale et de l'obésité.

Certifié par le conseil en Médecine Interne, 1976 et en Gastro-entérologie, 1977, le Docteur Rosenberg est Chef Clinique, dans la Division de Gastro-entérologie, au Cedars Sinai Medical Center et y Associe le rôle de Professeur Clinique de Médecine à l'École UCLA de Médecine.

Le Docteur Rosenberg s'est vu conféré un diplôme avec les félicitations du jury de l'Université nationale de l'École de Médecine du Mexique, 1971. Il a achevé l'internat à l'Université Tulane et la résidence dans la médecine interne à l'Université de Touffes. Tandis qu'en tant qu'instructeur à Peter Bent l'Hôpital de Brigham, il a achevé des études de gastro-entérologie au prestigieux, Harvard Medical School-affiliated Lahey Clinic.

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Une solution Idéale pour les sportifs



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Sponsor Officiel

Herbalife — Official Nutrition Sponsor of The Michelob ULTRA London Triathlon 2005!

Swim

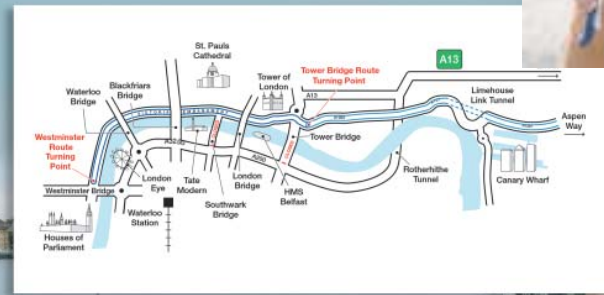
Bike

Run

Herbalife kicks off 2005 as the Official Nutrition Sponsor of The Michelob ULTRA London Triathlon 2005.

Get your organizations ready! Join Distributors and staff for the race weekend on 6th - 7th August, 2005.

Full details for triathletes are part of the race kit available at the start.



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Sponsor Officiel Prochainement !

HERBALIFE devient le sponsor titre officiel et exclusif du Village Expo IRONMAN 2006 !



**Bienvenue sur l'Herbalife Village Expo qui ouvrira ses portes
du 22 au 26 juin 2006.**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Sponsor Officiel Basket



**Herbalife Sponsor Officiel saison 2005 – 2006
de la SIG championne de France de Basket.**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Sponsor Officiel Beach Volley



**Médaille de Bronze aux jeux
Olympiques**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Sponsor Officiel Cyclisme



**Randy Parker Champion en cyclisme
aux USA**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



ShapeWorks Formule1 est la formule pour un apport nutritionnel équilibré



HYDRATES DE CARBONE	Nécessaires à un bon équilibre et au maintien de la force musculaire
PROTEINES	Les manques en protéines provoquent une altération du bon fonctionnement du système cardiovasculaire, respiratoire et autres...La protéine contribue au bon fonctionnement musculaire, permet de stabiliser le taux de masse maigre et de ce fait est capital pour le contrôle de poids et le maintien d'une silhouette idéale.
SODIUM	Les manques en sodium ont des conséquences néfastes sur les cellules de notre corps en altérant les fonctions du cœur et des vaisseaux sanguins ainsi que d'autre systèmes vitaux
POTASSIUM	Les manques de potassium provoquent des une faiblesse musculaire, une digestion lente, et fragilisent le coeur
FIBRES Apport recommandé /jour 25 à 30grs	Les fibres sont essentielles : Elles accélèrent le passage de la nourriture dans le système digestif, jouent un rôle capital puisqu'elles permettent d'éliminer les toxines et les déchets en optimisant l'absorption des nutriments Stabilisent la glycémie Facilitent la perte de poids Abaissent la cholestérolémie

Le Petit Déjeuner IDEAL !



VITAMINE A	Renforce l'immunité et aide l'organisme à lutter contre les agressions et les infections Indispensable à la cicatrisation, au bon état de la peau et aux muqueuses digestives Améliore la vision crépusculaire
VITAMINE D	Permet l'assimilation du calcium par l'organisme Assure la solidité des os et des dents Permet d'éviter le rachitisme chez les enfants Aide à prévenir de l'ostéoporose
VITAMINE E	Protège contre les maladies cardio-vasculaires Stimule le système immunitaire Protège contre les effets néfastes des substances toxiques du tabac et autres polluants Favorise la cicatrisation de la peau Réduit les processus inflammatoires
VITAMINE C	Renforce l'immunité Diminue les risques de maladies cardio-vasculaires Accélère la cicatrisation des blessures Limite les symptômes du Rhume et abrège sa durée Donne des gencives saines Aide à soigner l'Asthme et à prévenir de la cataracte
THIAMIN (VITAMIN B1)	Essentielle au métabolisme énergétique et au bon fonctionnement du système nerveux Permet de libérer l'énergie apportée par les glucides
RIBOFLAVIN (VITAMIN B2)	Indispensable au métabolisme énergétique et contribue au bon état de la peau et des yeux Atténue les taches cutanées provoquées par l'acné rosacée Accroît l'efficacité de la photothérapie Pourrait réduire la fréquence et l'intensité des migraines
NIACIN (VITAMINE B3 ou PP)	Améliore la circulation sanguine Agit sur la dépression et l'insomnie, la perte de mémoire Elle est aussi importante pour notre cerveau que l'est le calcium pour nos os
ACIDE PANTOTHENIQUE (VITAMINE B5)	Favorise la cicatrisation Nécessaire à la santé des ongles et des cheveux Permet l'utilisation par l'organisme des glucides, lipides et protéines, et nécessaire à la synthèse des acides gras

Le Petit Déjeuner IDEAL !



ACIDE FOLIQUE (VITAMINE B9)	Nécessaire à la division cellulaire Joue un rôle essentiel dans la formation du fœtus Contribue à la formation des globules rouges, et avec la Vit B12 contribue à lutter contre l'anémie
BIOTINE (Vitamine B8 ou H)	Permet la transformation des nutriments en énergie dans le métabolisme Des manques en biotine retardent le développement de l'enfant
CALCIUM	Connu pour son action contre l'ostéoporose Préserve la santé des os et des dents Intervient dans la contraction cardiaque et musculaire, la transmission de l'influx nerveux et la coagulation du sang
PHOSPHORE	Participe à la construction des os, protège et fortifie le squelette Contribue à la formation de l'email dentaire et consolide les dents
FER	Beaucoup de gens ont une alimentation carencée en fer et ignorent que peut être à l'origine de la fatigue, des difficultés de concentration, et d'une moindre résistance aux infections. Lutte contre l'anémie
MAGNESIUM	Le magnésium est sans doute l'un des minéraux les plus indispensables à notre santé Aide à combattre la spasmophilie et la dépression, Contribue à prévenir l'arythmie et les maladies cardio-vasculaires Peux soulager des symptômes de la fatigue musculaire chronique Contribue à lutter contre l'hypertension artérielle Soulages des symptômes du syndrome prémenstruel...
ZINC	Joue un rôle crucial dans la synthèse cellulaire et les processus immunitaires
POTASSIUM	Aide à faire baisser la tension artérielle
SELENIUM	En association avec la vitamine E aide à prévenir le cancer et les maladies cardiovasculaires Bon pour le système immunitaire Pourrait ralentir le vieillissement cellulaire
MANGANESE	Oligo-élément majeur indispensable à la fois dans les mécanismes de lutte contre les radicaux libres en excès et pour le maintien d'un bon équilibre énergétique au sein des cellules. Combat la fatigue et l'asthénie
CUIVRE	Son insuffisance pourrait augmenter les risques cardio-vasculaires Contribue à la fertilité Permet la pigmentation des cheveux et de la peau Essentiel pour assurer la solidité des os et la qualité du cartilage et des tissus conjonctifs

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Un petit déjeuner comprenant la boisson Formule 1 vous aidera à faire le plein et profiter des éléments nutritionnels dont votre corps a besoin chaque jour.

De plus chaque portion de Formule 1 comprend 16 Gr de protéines de grande qualité !



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Mocca



- 2 Cuillères à soupe de formule 1 au chocolat
- 250-500 ml de lait demi écrémé ou de lait de soja
- 2 cuillères à café de café instantané
- 1/2 banane
- Cannelle
- Glace (optionnel)
- Mélanger dans un mixer

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Exotique

- 2 Cuillères à soupe de formule 1 Tropical fruit
- 15cl de jus d'ananas
- ½ tasse d'eau
- 1 bol de morceau d'ananas
- Glace (optionnel)
- Mélanger dans un mixer

Le Petit Déjeuner IDEAL !



Délice fraise

- 2 Cuillères à soupe de formule 1 Fraise
- 30cl de lait demi écrémé
- 1 pêche
- Glace (optionnel)
- Mélanger dans un mixer



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Apprenez à manger correctement !

**...Faites un pas décisif pour
votre bien être au quotidien.**

Le Petit Déjeuner IDEAL !



**Vous êtes attentifs à
l'alimentation de vos enfants,
de vos animaux....**

Et pourquoi pas vous ???

**Ne vous négligez plus...il est
temps de prendre soin de
vous !**



Le Petit Déjeuner IDEAL !



Recevez en cadeau ce
livret

« **Forme & Bien-Être** »
avec

un bilan nutritionnel

GRATUIT

