

# Van Thillo's Wellness MEERGRANENBROOD



*Dag klant,*

Wat een leven! Druk, stress, onregelmatig eten, vervuiling... allemaal invloeden die ons evenwicht verstoren. Met mijn nieuw assortiment dagelijks brood, geef ik u de kans te kiezen voor een gezonder eetpatroon.

#### Lichaamsgewicht:

Het principe kennen we allemaal: we worden dik als we meer energie (= eten en drinken) opnemen dan we verbruiken (leven en bewegen). Het lijkt simpel, maar ons lichaam zendt verkeerde signalen uit, zodat we met een schijnbare eeuwige honger blijven zitten. Dit komt ondermeer doordat we te veel geraffineerde producten eten. (vb. suikers) Daarom heb ik in het Wellnessbroodje zoveel zaden en vezels gestoken. Ze vragen van de darmen en de maag meer inspanning waardoor we minder verdikken. Het is moeilijk dik te worden van meergranenbrood. En als bakker kan ik de lekkerste granen en zaden kiezen om uw broodje te bakken.

#### Leven in de darmen:

Ook een ergernis van deze tijd is onze spijsvertering. Alles lijkt soms te stoppen, we blazen op, eten geeft ons geen energie. (Waardoor we vaak meer eten en verdikken.)

Onze spijsvertering moet ook alles aankunnen. Hiervoor "leeft" er in ons spijsverteringsstelsel een zeer grote verscheidenheid aan bacteriën. Elke soort kan zijn specifieke voedingsstof verwerken. En dit "leven" verstoren we te veel door ongezond eten en drinken, maar ook door vb. stress. In mijn broodje maak ik gebruik van Beneo. Dit uit de chicorei-wortel afkomstig ingrediënt herstelt de dagelijks geteisterde darmflora. Het effect is bijna onmiddellijk. Weg opgeblazen gevoel.

#### Voedingswaarde:

We eten niet alleen voor de energie. Ook de groei (kinderen, maar ook vb. versteviging van de botten bij ouderen) en de weerstand bevorderen we met gezonde voeding. Je kunt het uit pilletjes halen, maar ik haal het liever uit natuurlijke ingrediënten zoals tarwe, soja, lijnzaad en zonnebloem. Ze bevatten veel meer vitaminen en mineralen die ons de nodige weerstand geven. Ook de toegevoegde Beneo heeft een bewezen positief effect op de vorming en herstel van de botten.

#### Beneo:

De producten die tot het beneo-programma behoren, kan u gemakkelijk herkennen aan het Beneo-label. Het wordt momenteel gebruikt in duizenden voedingsproducten in meer dan 70 landen. Brood, yoghurt, koekjes, dranken, enz. zijn verrijkt met Beneo. Ik heb in samenwerking met het Beneo comité gezocht naar de optimale verhouding voor de toepassing in dit Wellnessbrood. [info@beneo.be](mailto:info@beneo.be)

#### Lekker:

Ja, smaken verschillen! Ik ben wel meer bakker dan voedingsconsulent, en neem me daarom niet kwalijk dat ik men best doe om met al die gezonde ingrediënten iets lekker te maken. Proef het maar.

Eric Van Thillo

## Je dagelijkse portie gezondheid

De voorbije jaren is de consument alsmaar meer belang gaan hechten aan gezonde voeding.

Wellness speelt handig in op deze trend.

Het is een rijk meergranenbrood van tarwe, haver, zonnebloempitten, lijnzaad en soja.

Resultaat: een gevarieerde en lekkere bron van essentiële voedingselementen als mineralen en vitamines.

Maar er is meer, Wellness bevat BENEEO®.



Voor meer informatie over Beneo: [info@beneo.be](mailto:info@beneo.be)

De voedingswaarde per 100g Wellness-meergranen:

|                         |                      |
|-------------------------|----------------------|
| Energetische waarde     | 251,2 kcal/1055 kJ   |
| Eiwitten                | 12,8 g               |
| Koolhydraten            | 37,0 g               |
| Vetten                  | 6,0 g                |
| - verzadigde vetzuren   | 1,6 g                |
| - onverzadigde vetzuren | 4,4 g                |
| Voedingsvezel           | 9,8 g                |
| Natrium                 | 489,7 mg             |
| IJzer                   | 2,5 mg (28,4% ADH)   |
| Magnesium               | 105,5 mg (30,1% ADH) |
| Calcium                 | 48,5 mg (6,1 % ADH)  |

(ADH: aanbevolen dagelijkse hoeveelheid)

Nieuwstraat 56 - Essen - tel. 03 677 06 37

Statiestraat 24 - Kalmthout - tel. 03 645 75 57

Versmarkt Van Thillo

Dorpstraat 59 - 2990 Wuustwezel - tel. 03 669 50 56

# Proef ook ons Speltbrood !