



**Twee**  
**10**  
**TOP**  
**Verspreiders**



Hierdie uitgawe:

- Verspreiderkursusse 2017
- Dieetboekie
- www.af.co.za
- Bestelling-AFSNYTYE
- Prysverhoging 2017

## HET TYDENS DIE AFGELOPE VERSPREIDERKURSUS (27-29 APRIL) HUL SUKSE-RESEP MET KURSUSGANGERS GEDEEL. DIE KURSUS WAS 'N FENOMENALE SUKSES!

### MINERVA CONRADIE (BO LINKS)

- ✓ Reeds 18 jaar 'n Aloe Ferox-verspreider.
- ✓ Al die jare onder die Top 10.
- ✓ Nommer 1 van 2016 Top 10 nie-besighede.
- ✓ Word vanjaar 87 jaar.
- ✓ Verkoop klokslag elke Saterdag by die Boeremark in Sedgfield.

Minerva het haar jarelange kennis en ervaring gedeel oor hoe 'n Aloe Ferox-stalletjie beman moet word. Sy het baie praktiese verkoopswenke verskaf en klem gelê op: netheid van produkuitstallings, die belangrikheid van 'n verspreider se voorkoms, hoe om kliënte te benader, prysvasstelling (gebruik die voorgestelde kleinhandelprys), asook die algehele werking van 'n stalletjie en veral die hantering van kliënte. Sy sê dat dit uiters belangrik is om altyd jou Produkhandleiding byderhand te hê om moontlike vrae en onsekerhede te kan uitstryk. Probleme wat mag opduik, bespreek sy die volgende week met hoofkantoor. Minerva se ywer en passie op haar ouderdom was 'n groot motivering vir ons en die verspreiders. Minerva dink nog nie aan aftree nie.

### THERESA DELPORT (BO REGS)

- ✓ Na slegs 18 maande is Theresa onder die Top 10 van 2016.
- ✓ Konsentreer op verslanking.
- ✓ Verkoop slegs 2 Aloe Ferox-produkte: *SLIM & TRIM* en *FF BITTER*.
- ✓ Bemark aktief aanlyn en deur middel van WhatsApp.
- ✓ Lewer self produkte af by kliënte in Port Elizabeth.

Theresa is van mening dat meeste vrouens belangstel in gewigsverlies, en nadat sy self baie sukses gehad het met die Aloe Ferox-verslankingsprodukte, bemark sy dit met 100% vertroue en ywer. Sy het talle bemarkingswenke tydens die kursus gedeel. Hier volg 'n paar: glimlag altyd wanneer jy met iemand kommunikeer, selfs al stuur jy net 'n WhatsApp, dit kan gehoor word in die stem en kom vriendeliker oor selfs in 'n geskrewe boodskap. Onthou, enige iemand is 'n potensiële kliënt en vertroue is een van die belangrikste eienskappe in 'n verhouding met 'n kliënt. Getuienisse is kardinaal (Theresa het 'n groot aantal voor- en na foto's van kliënte wat suksesvol gewig verloor het en gebruik dit as deel van haar bemarking). Advertisensies is ook 'n baie belangrike deel van bemarking, gebruik ook humoristiese advertensies aangesien mense dit onthou. Na die bywoning van hierdie kursus wil sy ook die *WHOLE-LEAF ALOE JUICE* insluit in haar bemarking en oorweeg dit om velsorgprodukte te verkoop.



### DIEET

Daar bestaan groot kommer oor die steeds toenemende aantal ernstige kroniese siektes wat oor die hele wêreld toeneem. 'n Mediese dokter, dr. Jeffrey N. Gerber, sê dat statistiek veral dui op 'n kommerwekkende styging in diabetes. Die gevaar verbonde hieraan is dat diabetes 'n risikofaktor is wat lei tot hartsiektes, kanker, Alzheimers, blindheid en 'n magdom ander kroniese siektes soos hoë bloeddruk, abnormale cholesterolvlakke en oortollige liggaamsgewig.

Sedert 2012 het die mediese koste verbonde aan diabetes en diabetesverwante siektes met 41% gestyg. Diabetes is tans agtste op die lys van direkte oorsake van sterftes in die wêreld. Diabetes onder kinders het die skerpste gestyg en het vanaf 2000-2008 verdriedubbel. As hierdie pandemie nie gekeer word nie, is die verwagting dat 1 uit elke 2 kinders in die toekoms diabetes sal opdoen. Persone met 'n normale liggaamsgewig kan ook diabetes wees sonder om daarvan bewus te wees. 'n Nie-alkoholiese lewersiekte (fatty liver disease) word hiermee geassosieer.

### WAAR HET DIE PROBLEEM BEGIN?

In 1973 het die minister van Landbou in Amerika besluit om die aanplanting van koringgewasse te subsidieer. Terselfdertyd het 'n sekere mnr. Keys die idee dat graan goed is en vet sleg, begin promoveer as 'n gesonde-hart-dieet. Sonder dat daar vooraf gesondheidstoetse gedoen is, het die nuwe gedagte al hoe meer posgevat en binne enkele jare het 22 lande hierdie idee gesteun. In 1977 het die Amerikaanse regering besluit om mnr. Keys se teorie te aanvaar, en is 'n gesonde-hart-dieet van lae vet en meer koolhidrate, aanvaar as die nuwe Amerikaanse Standaarddieet. Dieetkundiges het tevergeefs probeer keer. In 2010, na meer as 30 jaar, het die Dietary Guidelines for Americans erken dat hulle nie die gesondheidsvoordele ondersoek of spesifiek getoets het nie. Die gesondheidstoestand dwarsoor die wêreld het die afgelope 30 jaar so versleg dat sommige dokters en dieetkundiges dit as 'n pandemie of misdaad teen die mensdom beskryf.

## DIET VERVOLG...

Dr. Atkins, 'n Amerikaanse dokter en kardioloog (Oktober 17, 1930 - April 17, 2003), het egter nooit hiermee saamgestem nie, en tot sy dood geweier om hierdie "lae vet, hoë koolhidrate"-beginsel te aanvaar. Die tans gewilde en gesonde Banting-dieet is gebaseer op die Atkins-dieet. Aloe Ferox se boekie: *EET JOUSELF SLANK*, wat 'n uitvloeisel is van dr. Atkins se dieet, het nou weer uit die stof verrys.

## WAT IS DIE VERBAND TUSSEN DIABETES EN DIE "HEART HEALTHY DIET"?

Die pankreas skei 'n baie belangrike hormoon, insulien, af wat help met die vertering van koolhidrate. Insulien reguleer die hoeveelheid glukose in die bloed. Daar is basies 2 soorte koolhidrate wat ons eet: eenvoudige en komplekse koolhidrate. Wanneer ons koolhidrate eet, breek die liggaam die koolhidrate af tot glukose (suiker). Suiker stimuleer insulienafskeiding en die bloedsuiker verhoog. Voedsel wat hoog is in koolhidrate (veral suikers en verfynde kos), sal die insulienafskeiding vinnig en drasties verhoog, wat dan veroorsaak dat die glukose té vinnig in die bloedstroom opgeneem word (hyperglycemia). Die insulien stoor dan die verhoogde bloedsuiker in die lewer en as gevolg hiervan daal die bloedsuiker nou weer té laag (hypoglycemia). Lae bloedsuiker veroorsaak 'n "hongergevoel" (craving) en 'n mens eet "weer" om die bloedsuiker aan te vul – en so herhaal dié sieklike siklus homself. Hoe meer suiker en verfynde voedsel ons inneem, hoe meer stres plaas ons op hierdie manier op die liggaam.

Wanneer hierdie proses homself bly herhaal, ontstaan daar 'n insulien-weerstand. Insulien-weerstand beteken dat daar genoeg glukose is, maar dat die selle die insulien weier. Dis die "gebrek" aan insulien en insulienweerstand wat diabetes veroorsaak. Die glukose wat benodig word vir die selle is daar, maar die insulien kan nie die glukose tot in die selle vervoer nie. Die liggaam ERVAAR dan dat die bloedsuikervlakke laag is – terwyl dit in werklikheid nie so is nie. 'n Mens bly honger (craving), hou aan met eet en omdat die glukose nie in die selle kom waar dit benodig word nie, word die oortollige glukose nou in die lewer en spiere gestoor en omgeskakel na vet.

Soos in die vorige nuusbrieff gemeld, is een van die baie belangrike funksies van Vitamien C juis dat dit help om die ontwikkeling van diabetes te bekamp deur glukose (suikervlakke) in die bloed te reguleer. Vitamien C forseer die opname van glukose in die liggaamselle, waar dit beskerming teen die komplikasies van diabetes bied.

Suikerverslawing is net so 'n werklikheid soos dwelmverslawing. Dieselfde onttrekkingsimptome soos hoë bloeddruk, woede, bewerasie en depressie word met suikerverslawing ervaar. Kunsmatige versoeters los ongelukkig nie die probleem op nie, en laat 'n mens nog meer eet. (Stevia is nie 'n gewone kunsmatige versoeter nie, en is van plante afkomstig.) 25% van diabetes is die gevolg van sodas. Die toestand het so toegeneem dat babas gebore word met soet voorkeure na aanleiding van die moeder se dieet.

Leptin is die hormoon wat ons in kennis stel dat ons versadig is. Die probleem is egter dat hoë koolhidraatname die leptin-hormoon affekteer, sodat 'n mens net kan aanhou eet sonder om versadig te voel. Die hoë suikervlak in die bloed veroorsaak die sieklike siklus van eet, hoë bloedsuiker, "hongergevoel" (craving), en weer (soetgoed) eet. Slegs die inneem van proteïene en komplekse koolhidrate kan hierdie eetpatroon verbreek en dementia/Alzheimers, diabetes en diabetes-verwante siektes verhoed.

Eet komplekse koolhidrate, proteïene en veral gesonde vette wat jou gou versadig laat voel en ook versadig hou. Vesel (21-30 gram per dag) is ook baie belangrik tydens 'n gewigsverliesprogram omdat dit die liggaam in staat stel om meer voedsel en gifstowwe uit te skei, en op dié manier verhoed dat dit as vet gestoor word. Vesel laat 'n mens ook gouer versadig voel en dra by tot gewigsverlies deur die eetlus te beheer. Onthou om meer water te drink wanneer Aloe Ferox-aanvullings geneem word, omdat alle kapsules opgevol word met aalwynvesel.

Lees meer hieroor in die *EET JOUSELF SLANK*-boekie wat jy saam met jou eerste bestelling van Junie 2017 sal ontvang.

## OPLEIDING 2017

**Marietjie Swanepoel** het die afgelope kursus (27-29 April 2017) bygewoon en het die volgende terugvoer gegee:

*Ek het definitief baat gevind - meer inligting oor produkte om mense te kan help. Ek het baie bemerkingsidees gekry wat ek nou gaan implementeer. Dit was wonderlik om te sien wat die proses van aalwynsaad tot finale produk is. Bestanddele in die produkte, die werking daarvan; baie goeie raad vir mens en dier en nog vele meer!*

Daar is nog 2 verspreiderkursusse gedurende 2017. Moenie die geleentheid misloop nie!



7-9 Augustus  
4-6 Desember



Die splinternuwe Aloe Ferox-webwerf is nou aktief op [www.af.co.za](http://www.af.co.za)

Jy kan die webwerf gebruik om Aloe Ferox en die produkte aan jou kliënte voor te stel, en ook om meer inligting rakende die produkte in te win. **Gebruik die "SKIN CARE FOR ME"-skakel om gesigsorgprodukte met groter akkuraatheid aan te beveel.**

Jy sal binnekort self kan aanteken en jou bestellings direk op die webwerf plaas.



Moenie vergeet van die **PRYSVERHOOGING** wat op 1 Julie 2017 in werking tree nie. Onthou om voorraad op te bou voor die nuwe pryse intree.

## BESTELLING-AFSNYTYE

Die onderskeie koeriers kom haal jou bestellings op spesifieke tye gedurende die dag by Aloe Ferox. Vergewis asb. jouself van hierdie afsnytye. Die area waar jou bestelling afgelaai moet word, asook die gewig van jou bestelling, bepaal watter afsnytyd betrekking het.

