



LifeSpan Programm



PLATINUM EUROPE
MIT DER NATUR IM REINEN





LIFESPAN PROGRAMM

LifeSpan bedeutet Lebensspanne.

Symbolisch dafür, dass dieses Programm Ihnen helfen kann, eine Ernährung im täglichen Leben umzusetzen, die ein langes und gesundes Leben bei geistiger Klarheit unterstützt.

Und die im Einklang ist mit dem aktuellen Stand der Erkenntnisse aus der Langlebigkeitsforschung, den Forschungen zur Risikosenkung durch Nahrung und den Forschungen zum Mikrobiom. Sowie mit den Prinzipien einer Ernährung, wie sie in den »Blauen Zonen« unserer Erde praktiziert wurde, in denen besonders viele Menschen über 100 Jahre lang gesund gelebt haben.

Wunsch und Wirklichkeit

Gemäß dem deutschen Ernährungsreport für 2023 ist der Gesundheitsaspekt der Ernährung für 91 % der Menschen wichtig. Und 74 % sprechen sich für biologische Nahrung und umweltschonenden Anbau aus.

Leider klappt zwischen dem, was gewünscht und bei Umfragen gesagt wird, und der Umsetzung eine große Lücke. Und nur etwa 8 % aller in Deutschland am Ende gekauften Lebensmittel sind biologisch. In anderen europäischen Ländern hat diese Lücke ähnliche Dimensionen.

Neben allen potenziellen Vorteilen für Lebensspanne und Gesundheit, ist es auch Teil unserer Mission, mitzuhelfen, dass die allerbesten Bio-Pflanzen leistbar und in 2 Minuten im täglichen Leben zur Verfügung stehen.

Link: [Deutschland, wie es isst – Der BMEL-Ernährungsreport 2023](#)

Acht Lebensmittelgruppen

Es sind acht Lebensmittelgruppen bekannt, die nachweislich helfen können, ein langes Leben bei bester Gesundheit und klarem Verstand zu ermöglichen. Dazu gehört Gemüse mit den Untergruppen Meeresgemüse und Pilze, dunkle Beeren und Früchte, Hülsenfrüchte, glutenfreie Samen und Pseudogetreide, Nüsse und Ölsamen und moderater Fischkonsum.

Der Schlüssel ist, zu verstehen, dass nicht eine Pflanze alleine das kann oder

ein Wirkstoff alleine, sondern eine Ernährung, die möglichst viele dieser Lebensmittel in Bioqualität enthält.

Das LifeSpan Programm enthält das Äquivalent von etwa 12 Portionen von 30 der kraftvollsten Sorten aus diesen Gruppen für jeden Tag, also insgesamt 360 Portionen.

Ein Querschnitt durch die gesamte Pflanzenwelt und Tausende Pflanzenaktivstoffe werden dabei im grünen und im rosa Drink repräsentiert, und in Blue Planet Omega finden Sie eine vegane Möglichkeit, einige Vorteile von moderatem Fischkonsum zu erhalten.

Link: [Food groups and risk of all-cause mortality: a systematic review and meta-analysis of prospective studies](#)

Ersparnis beim Lebensmitteleinkauf

Das LifeSpan Programm ersetzt eine Mahlzeit und eine Zwischenmahlzeit – falls Sie das möchten. Sie können so beim restlichen Lebensmitteleinkauf sparen – oft sogar so viel, dass der Genuss des LifeSpan Programmes keine zusätzlichen Kosten verursacht, sondern Geld in die Haushaltskasse bringt!

Ihr Luxus-Wellnesszentrum für zu Hause

Eine Nahrung auf diesem hohen Niveau an roher Pflanzenkraft und Reinheit finden Sie sonst nur in den exklusivsten Bio-Rohkost-Zentren, Wellnesszentren und Biohacking-Zentren dieser Welt, um mehrere Tausend Euro für nur 2 Wochen.

Biologisches Alter

Das Geburtsdatum bestimmt das chronologische Alter eines Menschen.

Das biologische Alter, also die optimale Zellfunktion eines Menschen, und damit seine zu erwartende Lebensspanne und seine gesundheitlichen Risiken, wird durch die Ernährung dominiert, flankiert von anderen Lebensstilfaktoren wie Bewegung, Schlaf und Stressmanagement.



Wann beginnt der Alterungsprozess?

Der biologische Alterungs- und Degenerationsprozess beginnt im Normalfall – also bei europäischer Durchschnittskost – mit etwa 27 Jahren. Bei besonders schlechtem Ernährungsstatus sogar noch früher.

Mit Nahrung können Sie großen Einfluss nehmen, wie rasant Ihr Körper altert oder wie langsam. Sogar rückwärts zu altern ist auf Zellebene möglich, nach dem Datum ja eindeutig nicht. Und Sie können mit Nahrung starken Einfluss auf die eigene Regenerationskraft und die vielfältigen Reparaturfähigkeiten Ihres Körpers nehmen.

Mechanismen des Alterns

Zentrale körperliche Alterungsmechanismen können mit Lebensmitteln verlangsamt werden.

Sowohl über bewusste tägliche Nahrungsauswahl als auch mit den besonders kraftvollen Sorten, wie sie im LifeSpan Programm vorkommen.

1. Oxidation

Die Schädigungen durch freie Radikale können verringert werden durch die Fülle an antioxidativen Pflanzenstoffen wie sie im LifeSpan Programm in den Grünpflanzen, Alfalfa, Spirulina, Wurzeln, Samen, Beeren und dunklen Superfrüchten wie dem Granatapfel in großer Menge und vor allem in großer Vielfalt vorkommen.

Auch die Produktion körpereigener Antioxidantien wird durch eine solche bunte Nahrung hochreguliert.

2. Lipidperoxidation

Die Oxidation von Fetten im Körper verursacht – wie die Oxidation anderer Elemente – Zellschäden, die das Altern beschleunigen und Zellfunktionen stören können. Nur schlimmere.

Das Minimieren von ALEs (Advanced Lipid Peroxidation Endproducts) als potenzielle Zellgifte ist wichtig, wenn Sie länger leben und später altern wollen. Das Weglassen von Frittierfett und anderen denaturierten Ölen hilft Ihnen hier weiter.

Und die Carotine Alphacarotin, Betacarotin, Zeaxanthin und Lutein sowie

die natürlichen E-Vitamine, also Alpha/Beta/Gamma/Delta-Tocopherol und Alpha/Beta/Gamma/Delta-Tocotrienol. Im LifeSpan Programm sind folgende Zutaten Lebensmittel-Quellen dafür: Gräser, Alfalfa, Spirulina, Karotten, Reiskleie und Chiasamen.

3. Glykation

Zuckerschäden an den Körperzellen und in den Blutgefäßen sind ein Haupttreiber des zu schnellen Alterns – in einer Gesellschaft, in der Zucker, Stärke, Fruchtsaft, Marmelade, Brot und Nudeln aus Auszugsmehl einen viel zu großen Teil der Nahrung ausmachen.

Diese denaturierte Nahrung wegzulassen oder zu minimieren, soweit es geht, kann hier helfen. Wichtig ist auch einen gesunden, niedrigen Blutzuckerwert zu haben, möglichst im idealen und nicht nur im normalen Bereich.

Das LifeSpan Programm hilft Ihnen, einen ganzen Obstgarten zu verzehren. Aber an dunklen Früchten mit niedriger Zuckerlast und einer Fülle an Polyphenolen, also Pflanzenaktivstoffen, die der Glykation entgegenwirken können.

4. Telomerlänge

Die Länge der Telomere, der Endkappen der DNA, kann gemessen werden und stellt einen weiteren Marker für biologisches Alter dar. Je länger diese Endkappen sind, desto länger können sich Ihre Zellen gesund und regulär teilen.

Folgende Lebensmittel, die auch im LifeSpan Programm enthalten sind, können helfen, die Telomerlänge zu bewahren: alle dunklen Früchte, davon sind 11 verschiedene im LifeSpan Programm, Grünpflanzen, glutenfreie Samen und Algenöl.

5. Stammzellenermüdung

Ohne Stammzellenaktivität in unserem Körper könnten wir nur rund eine Woche überleben. Die Stammzellen sind zuständig für die Reparatur von Mikroschäden und ihre Aktivität hängt vom biologischen Alter ab. Mehr als vom kalendarischen. Also auch über Nahrung positiv zu beeinflussen.

Die Lebensmittel im LifeSpan Programm, die Pflanzenaktivstoffe enthalten, die die Aktivität von Stammzellen anregen können, sind Spirulina, alle 11 dunklen Beeren und Früchte, sowie die Grüngemüse.



6. Autophagie

Ein besonders wichtiger Mechanismus, um körperlich jung zu bleiben, ist die Autophagie. Dabei werden beschädigte Zellreste beseitigt oder sinnvoll wiederverwertet.

Zellmüll, entartete Zellen und intrazelluläre Infektionen werden beseitigt. Nahrungspausen über Nacht von 13 Stunden oder länger sind sehr wichtig, damit ein Zeitraum entstehen kann, in dem Autophagie geschieht.

Entscheidend ist aber auch, was gegessen wird, wenn dann gegessen wird.

Die dunklen Pigmente zum Beispiel aus den 11 roten Beeren und Superfrüchten im LifeSpan Programm – wie Resveratrol – können aktiv die Autophagie unterstützen und auch der Pflanzenstoff Spermidin in den Gräsern, Mikrogrün, Buchweizen, Hirse, Quinoa, Amaranth, Hafer und kalt stabilisierter Reiskleie.

7. Inflammaging

Stille Entzündungen sind ein häufiger Alterungsmechanismus, der noch mehr als alle andere Faktoren selbstverursacht ist – durch die westliche Lebensweise, das Ansammeln von viszeralem Bauchfett und mit Pestizidrückständen belastete Nahrung, die das Mikrobiom aus dem Gleichgewicht bringt.

»Normal im Alter« ist dieser Mechanismus jedoch nicht.

Heute über 100-Jährige hatten gemäß einer Langzeitstudie bereits mit 65, 70 und 80 Jahren besonders niedrige Entzündungswerte im Blut – und übrigens auch besonders niedrige Blutzuckerwerte, also wenig Glykation.

Unsere naturrichtige Ernährung besteht aus Nahrungsmitteln mit natürlichen, entzündungshemmenden Eigenschaften. Sie finden sich in Grünpflanzen, Gräsern, Mikroalgen, dunklen Beeren und Früchten, Leinsamen und Walnüssen, Hülsenfrüchten, glutenfreiem Pseudogetreide wie Hirse und in Fisch aus sauberem Wasser.

Ein Querschnitt aus 30 Biopflanzen mit natürlichen entzündungshemmenden Pflanzenaktivstoffen findet sich im LifeSpan Programm und dazu die natürlichen entzündungshemmenden Eigenschaften der langkettigen Omega-3-Fettsäuren aus Blue Planet Omega – das Sie als Stammkunde des LifeSpan Programmes gratis erhalten.

8. Kalzifizierung

Im Laufe des Lebens, besonders bei suboptimaler Ernährung, neigt unser Körper zur Kalzifizierung, früher »Verkalkung« genannt. Sie kann sowohl

in den Blutgefäßen eine Rolle spielen als auch in den Gelenken und sogar im Bindegewebe und diese Körperbereiche rigider und weniger funktionstüchtig machen.

Auch die hormonelle Umstellung bei Mann und Frau und stille Entzündungen können hier eine Rolle als Ursache spielen.

Ein natürlicher Gegenpol dazu sind ganze Lebensmittel aus mineralhaltigen Böden, Grünpflanzen mit Vitamin-K-Gehalt und an Kohlenstoffe gebundene Mineralien, wie sie in den Fulvinsäuren im LifeSpan Programm vorliegen.

9. Entgiftungsleistung

Ihr Körper hat ein ausgeklügeltes System, um mit toxischen Belastungen umzugehen: die körpereigenen Entgiftungsenzyme der Phase 1, die 57 verschiedenen CYP-Enzyme, und die Enzyme der Phase 2 wie Glutathion-S-Transferasen sowie verschiedene Transportproteine.

Die Bildung dieser Enzyme kann durch optimale Nahrung hochreguliert werden, so verstärken zum Beispiel alle dunklen Früchte und Beeren deren Bildung, ebenso wie chlorophyllhaltige Pflanzen und alle schwefelhaltigen Gemüse.

Die nicht essenziellen Aminosäuren Glycin und Cystein, zum Beispiel aus Erbsenprotein und bioaktive, seltenere Mineralien wie Mangan, zum Beispiel aus Fulvinsäuren sind wichtige Bausteine für diese Enzyme. Und damit für die optimale Entgiftungsleistung Ihres Körpers, was ebenfalls zu einem langen, gesunden Leben bei geistiger Klarheit beitragen kann.

10. Das glymphatische System

Während Ihr Lymphsystem im ganzen Körper unermüdlich Nährstoffe transportiert und vor allem Stoffwechselabfall abtransportiert, ist das glymphatische System – also das Lymphsystem der Gliazellen – dafür im Gehirn zuständig und damit eine entscheidende Schaltstelle, ob sich zum Beispiel Plaque oder fehlerhafte Proteine im Gehirn ansammeln können.

Seitens der Ernährung kann die nächtliche Tätigkeit des glymphatischen Systems schon tagsüber unterstützt werden durch ausreichenden Wasserkonsum, bioaktive Mineralien aus Fulvinsäuren, einen hohen antioxidativen Status durch viele bunte Pflanzensorten, durch natürliches Magnesium wie in Grünpflanzen, Samen und Nüssen enthalten und durch Omega-3-Fettsäuren aus Blue Planet Omega und geschrotetem Leinsamen.

Auch ausreichend Vitamin C ist wichtig – wie aus Hagebutten, Amla und Camu-Camu im LifeSpan Programm.



11. Das Mikrobiom

Die Langlebigkeitsforschung zeigt inzwischen auch – was ja nicht überrascht – dass die Zusammensetzung Ihrer gesunden Bakterien im Darm einen Einfluss hat. Nicht nur auf das Wohlbefinden oder eine gesunde und normale Immunfunktion und das Gewichtsmanagement, sondern sogar potenziell auf die Lebensspanne.

Ein gesundes und vielfältiges Mikrobiom wird aufgebaut, indem Sie Bio-nahrung wählen und am besten mehr als 25 Sorten bunte Pflanzen pro Woche verzehren, was Sie mit dem LifeSpan Programm locker schaffen können! Zusätzlich können Ihnen die Fulvinsäuren im LifeSpan Programm bei der körpereigenen Abwehr unerwünschter Darmbakterien helfen.

12. Langlebensgene

Das zentrale Interesse der Langlebensforschung gilt aber den sogenannten Langlebensgenen, die, wenn sie durch die richtige Nahrung und den richtigen Lebensstil optimiert sind, Langlebensenzyme bilden können, die Effizienzprogramme in Ihren Zellen starten können. Ihre Zellen leben dann länger, teilen sich die Ressourcen besser ein und reparieren und duplizieren sich effizienter.

Hier liegt einer der größten Hebel, wie Sie selbst Ihrem Leben viele gesunde Jahre hinzufügen können. Zu diesen bisher über 2.000 entdeckten genetischen Signalwegen gehören zum Beispiel mTOR, AMPK, FOXO3, Sirtuine 1–7 und NrF2. Und sie reagieren alle auf eine leichte Kalorienreduktion von 10 bis 15 %, auf einen optimal niedrigen Blutzucker, moderaten Proteinkonsum sowie auf Fastenfenster von 13 Stunden oder mehr.

Aber auch im Essen selbst stecken Pflanzenaktivstoffe, die mithelfen können, Langlebensgene zu optimieren. Dazu gehören alle stark farbigen Pflanzenstoffe aus Beeren und dunklen Früchten, Grünpflanzen und Schwefelgemüse im LifeSpan Programm. Aber auch Grüntee, Kakao oder Kurkuma.

Das LifeSpan Programm kann Sie hier wieder mit vielen bunten Pflanzensorten unterstützen, aber auch mit einer Regulierung des Appetits und lang anhaltender Sättigung, um die gewünschten Fastenfenster spielend und mit Wohlgefühl einhalten zu können. Und um die optimale Vitalstoffdichte in die wenigsten Kalorien zu packen und leere Kalorien zu meiden.

Das LifeSpan Programm stellt also eine gesunde, biologische Grundernährung dar. Die Basis, auf der alles Gute besser gedeihen und funktionieren kann.

Was kann ich kurzfristig erwarten?

Auch wenn das Ziel der Langlebigkeit länger benötigt, um letztendlich in Erscheinung zu treten, spüren Sie andere positive Auswirkungen von Langlebensnahrung potenziell binnen Tagen, Wochen oder Monaten.

Das kann Verschwinden von Heißhunger beinhalten, gesunden Schlaf, gesunde Verdauung, einen flachen Bauch, einen klaren Kopf und das Optimieren zahlreicher metabolischer Blutwerte.

Also gleich besser fühlen und dabei einen Körper aufbauen, der so lange wie möglich »hält«, das können Sie mit Langlebensnahrung umsetzen.

Das LifeSpan Programm enthält hochkarätige Pflanzenstoffe, die bereits kurzfristig und mittelfristig beitragen können zu ...

- ✓ gesunder Regulierung des Appetits
- ✓ leichterem Gewichtsmanagement
- ✓ Gesundheit des Herzens und der Blutgefäße
- ✓ Gesundheit des Gehirns und mentaler Klarheit
- ✓ gesunder Sehkraft
- ✓ gesunden Gelenken und Beweglichkeit
- ✓ gesunder und normaler Zellteilung
- ✓ gesundem Bindegewebe
- ✓ gesunder Haut, gesunden Haaren und Nägeln
- ✓ einem ausgewogenen Basenhaushalt
- ✓ einem gesunden Mikrobiom
- ✓ gesunder Energiebereitstellung in den Mitochondrien

Dass auch diese Liste lang ist, hat damit zu tun, dass eine biologische Grundernährung mit tausenden Pflanzenaktivstoffen Ihrem Körper in ganz vielen Bereichen helfen kann.

Wir freuen uns, wenn wir Sie und Ihre Lieben inspirieren dürfen, eine hochkarätige, biologische und rohköstliche Grundernährung zu Hause umzusetzen.

Mit der Platinum Geld-zurück-Garantie können Sie 60 Tage lang völlig risikolos testen, was Sie an Ihrem eigenen Körper an Vorteilen beobachten.

Lassen Sie sich von der Galerie der Zutaten inspirieren, die wie ein Spaziergang durchs Paradies anmutet, oder durch einen botanischen Garten, der extra für die optimale Gesundheit des menschlichen Körpers angelegt wurde.



Verschiedene Programme – Algenöl gratis

Sie haben die Auswahl aus mehreren LifeSpan Programmen:

#	Name	Produkt 1	Produkt 2	Gratis-Produkt	Preis *)
7771e	LifeSpan Programm 1	L.O.V.E. Dark Berry	Hippokrates Beere	Blue Planet Omega	5,79
7772e	LifeSpan Programm 2	L.O.V.E. Dark Berry	Hippokrates Standard	Blue Planet Omega	5,79
7773e	LifeSpan Programm 3	L.O.V.E. Dark Berry	L.O.V.E. Chai Vanilla	Blue Planet Omega	5,66
7774e	LifeSpan Programm 4	L.O.V.E. Dark Berry	L.O.V.E. Original	Blue Planet Omega	5,66

*) *Stammkundenpreis pro Tag – Ihre Kosten sind in der Regel geringer: Bitte Ihre persönlichen Ersparnisse beim täglichen Lebensmitteleinkauf abziehen.*

Eine Flasche Blue Planet Omega reicht für drei Monate.

Weitere Varianten der LifeSpan Programme zum gleichen Preis – mit Chlorella Tabs oder Chlorella Pulver als Gratis-Produkt finden Sie hier:

Link: lifespanprogramm.eu

Wie Sie zu Ihrem LifeSpan Programm kommen

- * Sie bestellen eines der Spar-Abos an einem beliebigen Tag des Monats – genau so wie jedes andere Produkt – über eine Platinum-Website, per E-Mail oder telefonisch, indem Sie einen der Lifespan-Buchungscodes verwenden.
- * Sie bekommen Ihre Bestellung in den nächsten Tagen zugestellt.
- * Das Platinum-Kundenservice erstellt die Buchungen für Sie für die weiteren Monate.
- * In den Folgemonaten wird Ihr Spar-Abo entweder am 1., am 11. oder am 21. des Monats ausgesandt, je nachdem, wann Ihre Erstbestellung eingelangt ist. Falls Sie an einem anderen als an diesen drei Tagen bestellt haben, wird die Folgebestellung etwas früher abgesandt.
Beispiel: Sollten Sie am 5. des Monats Ihre Erstbestellung gebucht haben, wird im zweiten Monat am 1. des Monats versandt, damit Sie nicht ohne Produkte bleiben. Sollten Sie am 16. bestellt haben, dann wird am 11. ausgesandt, und so weiter. Die Zahlung erfolgt entweder per Bankeinzug oder Kreditkarte am Tag der Aussendung.
- * Im dritten Monat bezahlen Sie genau den gleichen Betrag wie in den Monaten davor für Ihr LifeSpan Programm, bekommen aber das gewählte

Gratis-Produkt mitgesandt. Blue Planet Omega reicht für 3 Monate.

- * Neukunden können selbstverständlich ihren 50-Euro-Gutschein für die Bestellung eines LifeSpan Programmes verwenden.
- * Sie können gerne auf ein anderes LifeSpan Programm umsteigen, wenn Sie neue Geschmacksrichtungen für Ihren grünen Drink probieren wollen, oder das Spar-Abo stornieren – bitte jeweils bis 3 Werktage vor dem nächsten Versandtag.
- * Gerne können Sie weitere Produkte dazubuchen, sowohl bei der ersten Bestellung als auch per E-Mail oder Telefon in den Folgemonaten.
- * Kurz zusammengefasst: Sie bezahlen in drei aufeinanderfolgenden Monaten den Preis für das LifeSpan Programm und bekommen jeden dritten Monat das gewählte Gratis-Produkt kostenfrei für Sie mitgeliefert.

Wir bieten Ihnen dieses Spar-Abo an, damit Sie auf bequeme Weise die bestmöglichen Resultate erzielen können.

Selbstverständlich können Sie alle Produkte auch einzeln bestellen und ebenfalls den Stammkundenrabatt von bis zu 20 % nutzen.

Weitere Informationen

Wir laden Sie herzlich ein, das Webinar »*Biologisch jünger durch Nahrung*« zu besuchen und das gleichnamige Gratis-E-Book mit hunderten Studienreferenzen zu Nahrung und Langlebigkeit zu lesen. Das Webinar steht mit Untertiteln in zwölf Sprachen zur Verfügung.

Link: platinumeurope.info

Jeden Donnerstag Live-Webinar

Jeden Donnerstag um 20 Uhr findet eine Präsentation zu den Produkten oder der Markenpartnerschaft bei Platinum statt – mit wechselnden Themen. Für Gäste, Kunden und Markenpartner von Platinum Europe. Danach können unabhängig vom aktuellen Schwerpunkt immer alle Fragen live gestellt und Kommentare und Erfahrungen geteilt werden.

Link: platinum-webinar.eu



Besonderheiten

LifeSpan-Drinks



30 Pflanzen aus biologischem Anbau – für *LifeSpan* mit Hippokrates (Beere)



Frei von GVO (gen-manipulierten Bestandteilen)



Keine Schwermetalle



Ersetzt eine Mahlzeit und eine Zwischenmahlzeit



Ausführliches Webinar für Hintergründe und Details



52 Pflanzen aus biologischem Anbau – für *LifeSpan* mit L.O.V.E. (Chai)



Zuckerfrei



Keine Pestizide



Nur 247 Kalorien für zwei sättigende Drinks – *LifeSpan* mit Hippokrates (Beere)



In einer Minute zubereitet



GMP-zertifizierte Premium-Herstellung



Sojafrei



Keine künstlichen Zusatzstoffe



Nur 283 Kalorien für zwei sättigende Drinks – *LifeSpan* mit L.O.V.E. (Chai)



Tausende bioaktive Pflanzenstoffe



Vegan



Nussfrei



Keine künstlichen Vitamine



Mit 20 Gramm veganem Protein – für *LifeSpan* mit Hippokrates (Beere)



Sparen beim Lebensmittelkauf



Glutenfrei und getreidefrei



Frei von Nachtschattengewächsen



50-Euro-Gutschein für Neukunden



Mit 35 Gramm veganem Protein – für *LifeSpan* mit L.O.V.E. (Chai)



Zur Wahl mit Bio-Aromen und Gewürzen

Galerie



Granatapfel
Punica granatum



Sauerkirschen
Prunus cerasus



Maqui-Beeren
Aristotelia chilensis



Amla-Frucht
Phyllanthus emblica



Schwarze
Johannisbeeren
Ribes nigrum



Heidelbeeren
Vaccinium corymbosum



Hagebutten
Rosa canina



Rote Beete
Beta vulgaris



Himbeeren
Rubus idaeus



Brombeeren
Rubus fruticosus



Camu-Camu
Myrciana dubia



Kokos-MCT-Öl
Cocos nucifera



Cranberries
Vaccinium macrocarpon



Acai-Beeren
Euterpe oleracea



Blaue Trauben
Semen vitis vinifer



Ginkgo
Ginkgo biloba

Hippokrates Power



Igelstachelbart
Hericium erinaceus



Weizengras
Triticum aestivum



Karotten
Daucus carota



Buchweizen
*Fagopyrum
esculentum*



Huminsäuren-
Fulvinsäuren



Hafergras
Avena sativa



Reiskleie mit
Reiskeimen
Oryza sativa



Quinoa
*Chenopodium
quinoa*



Erbsenprotein
Pisum sativum



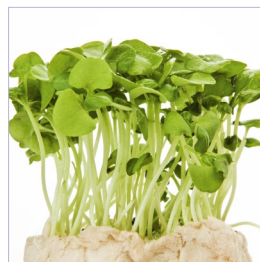
Spirulina
*Arthrospira
platensis*



Hirse
*Panicum
milliaceum*



Chiasamen
Salvia hispanica



Alfalfa
Medicago sativa



Amaranth
*Amaranthus
spinosus*



Hafer
(glutenfrei)
Avena sativa

Galerie

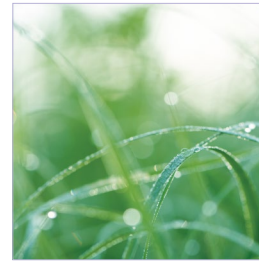
L.O.V.E. Original oder L.O.V.E. Chai Vanilla



Acerola
Malpighia glabra



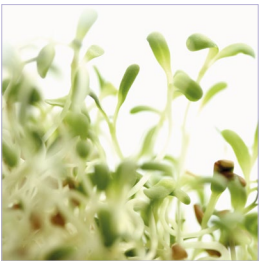
Brokkoli-
sprossen,
Brokkoli
*Brassica oleracea
italica*



Gerstengras
Hordeum vulgare



Kichererbsen-
sprossen
Cicer arietinum



Alfalfa
Medicago sativa



Dunkler
Buchweizen
*Fagopyrum
esculentum*



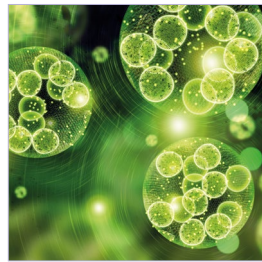
Grünkohl
*Brassica oleracea
acephala*



Kürbis
Curcubita spp



Amaranth-
sprossen
Amaranthus dubius



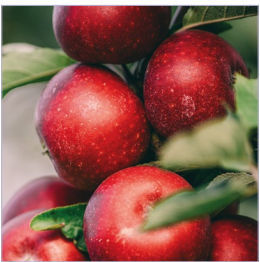
Chlorella
Chlorella vulgaris



Hirsesprossen
Panicum miliaceum



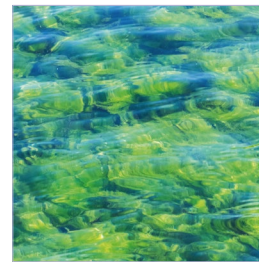
Leinsamen-
sprossen,
Leinsamen
*Linum
usitatissimum*



Apfel
Malus pumila



Dulse
Palmaria palmata



Kelp
*Ascophyllum
nodosum*



Linsen-
sprossen
Lens culinaris

L.O.V.E. Original oder L.O.V.E. Chai Vanilla – Fortsetzung



Löwenzahn
Taraxacum mongolicum



Petersilie
Petroselinum crispum



Shiitake
Lentinula edodes



Taigawurzel
Eleutherococcus senticosus



Macawurzel
Lepidium meyenii



Quinoa-sprossen
Chenopodium quinoa



Sonnenblumenkern-Sprossen
Helianthus annuus



Tremella
Tremella fuciformis



Maitake
Grifola frondosa



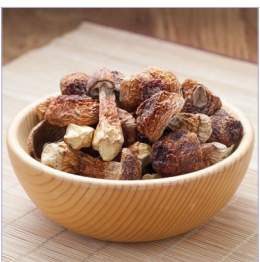
Fermentiertes Reisprotein
Oryza sativa



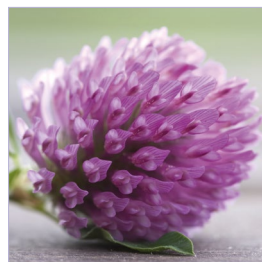
Spirulina
Arthrospira platensis



Weißkohl
Brassica oleracea var.



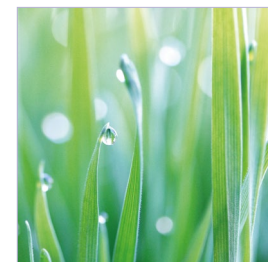
Mandelegerling
Agaricus blazei



Rotklee-sprossen
Trifolium pretense



Süßkartoffel
Ipomoea batatas



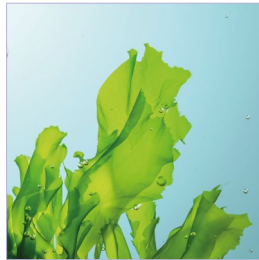
Weizengras
Triticum aestivum



Olivenöl
Oleum olivae



Zitronenöl
Oleum limonis



Algenöl
Oleum
Schizochytrium sp.



Rosmarin
Extractum
rosmarini

Besonderheiten

Blue Planet Omega



HACCP-zertifizierte Premium-Herstellung



Mit Zitronenöl aus biologischem Anbau



Sojafrei und nussfrei



Wirksame Verzehrsempfehlung (gem. EFSA – Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit)



Verzehrsmenge am Etikett bildlich dargestellt



Fische bleiben am Leben



Mit Rosmarinextrakt aus biologischem Anbau



Keine Schwermetalle



100 % sichere Verzehrsempfehlung (gem. EFSA – Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit)



Frisches Zitronenaroma – passt zu vielen Speisen



Kein Beifang – wie Rochen, Schildkröten, kleine Delfine, Haie und Wale und Albatrosse



Besonderer Service – gekühlte Lagerung im Platinum-Lager



Keine Pestizide



Zertifiziert koscher



Testsatz für Wellnessberufe erhältlich



Vegan



Frei von GVO (gen-manipulierten Bestandteilen)



Keine künstlichen Zusatzstoffe



Paleo und Keto



50-Euro-Gutschein für Neukunden



Mit Olivenöl aus biologischem Anbau



Glutenfrei und getreidefrei



Keine künstlichen Vitamine



Braunglas-Flasche



Gratis-Nutzung durch LifeSpan Programm



FRAGEN UND ANTWORTEN

Wie verwende ich die beiden Drinks?

Es ist Ihnen überlassen, wie es am besten in Ihren Tagesablauf passt. Zu den beliebtesten Anwendungen gehört, den grünen Drink vor dem Mittagessen, als Sättigungsdrink zu trinken, praktisch wie einen Vorspeisen-Salat und dann nachmittags den rosa Drink, vielleicht mit ein paar Nüssen, einem Stück Obst, einer Handvoll Beeren statt Kuchen oder Süßigkeiten.

Oder den rosa Drink morgens statt dem Frühstück, und den grünen Drink am Nachmittag als Energiegeber. Sie können das alles für sich testen, Sie können die Drinks mit Wasser oder auch Pflanzenmilch zubereiten.

Oder einfach das Mittag- oder Abendessen ersetzen.

Sie können die Drinks immer gut mit aktivierten Nüssen oder dem einen oder anderen Stück Frucht kombinieren, mit Kakaopulver oder Keksgewürz.

Sogar Eis daraus machen, wenn Sie eine Eismaschine haben. Die bioaktiven Pflanzenstoffe vertragen keine Hitze, aber Kälte kann der rosa Drink sehr gut aushalten und sie verstärkt sogar die Wirkung der dunklen Pigmente in den Beeren.

Was soll oder kann ich zusätzlich noch essen?

Mit einem LifeSpan Programm sind Sie dem Durchschnitt der europäischen Bevölkerung bereits weit voraus. Denn es enthält den Gegenwert von mindestens acht Portionen kraftvoller Obst- und Gemüsesorten plus veganes Protein, Kräuter, Vitalpilze, Mineralien und glutenfreie Samen. Während der durchschnittliche Europäer nur etwa 2,5 Portionen Obst und Gemüse am Tag verzehrt und dabei noch kraftlosere Sorten bevorzugt.

Sie können also den Rest Ihrer Nahrung wählen, wie es für Sie passend ist. Falls Sie ernsthaft an einem langen, gesunden Leben bei geistiger Klarheit interessiert sind, wird es sinnvoll sein, dass Sie das Schädlichste an denaturierter Nahrung, das alle Alterungsmechanismen tendenziell verstärken kann, weglassen oder minimieren. Dazu gehören weißer Zucker und konzentrierte Süßstoffe, Auszugsmehle, denaturierte Öle – insbesondere Frittierfette – und konventionelle Tierprodukte, bei denen Antibiotika und Mastfutter in der Tierhaltung im Spiel waren. Viele Menschen profitieren auch davon, Gluten- und Sojaprodukte wegzulassen und gesundheitlich ergiebigeren Sorten an Samen und Hülsenfrüchten zu wählen.

Wenn Sie auch beim Rest der täglichen Nahrung das Optimalere für sich herausholen möchten, empfehlen wir, dass Sie sich an den Lebensmitteln orientieren, die wir im kostenlosen E-Book »*Biologisch jünger durch Nahrung!*« und im kostenlosen Webinar »*Biologisch jünger durch Nahrung!*« vorstellen.

Ist das LifeSpan Programm auch wirklich umweltfreundlich?

Ja. Auch wir empfehlen generell beim Einkauf von frischen Lebensmitteln, die ihren vollen Wassergehalt noch besitzen, auf biologische, regionale Qualität zu setzen. Die Zutaten im LifeSpan Programm helfen aber nicht nur Ihrem Körper, sondern auch unserem Planeten auf vielen Wegen.

Im Vergleich zur Logistik bei verderblicher Frischware verlieren unsere bioaktiven Superfoods in Pulverform etwa 95 % des Volumens und 95 % des Gewichts, was den ökologischen Fußabdruck für Transport und Logistik auf circa 5 % senkt.

Sie verlieren 100 % ihrer Verderblichkeit, was Kühlung an allen Stationen unnötig macht, im Lkw, Großhandel, Lager und Einzelhandel. Und sie sind 100 % frei von Verschwendung. Während bei der Logistik von verderblicher, wasserhaltiger Frischware immer Schwund entsteht. Schon bei der Ernte werden Feldfrüchte wegen nicht idealer Größe und Form aussortiert, beim Transport entsteht Schwund, im Großhandel, Einzelhandel und auch in den Haushalten wird ein viel zu großer Teil ungenutzt weggeworfen.

Und dazu behalten die Pflanzen bei unserer sofortigen Kaltverarbeitung ihre Vitalstoffe und haben auch besonders viele davon. Denn sie müssen nicht unreif geerntet werden, um auf dem Transport nachzureifen.

Bioanbau schützt zudem die Böden, die Insekten, den Vogelbestand und die Gesundheit aller Menschen, die an Aufzucht und Ernte unserer Pflanzen beteiligt sind.

Das LifeSpan Programm ist also »Fast Food«, das schön machen kann, schlank machen kann, die Klarheit im Kopf unterstützen und ein langes gesundes Leben begünstigen kann. Während es gleichzeitig unsere überlastete Erde entlasten kann, wenn Sie erlauben, dass ein Teil Ihrer rohköstlichen Bionahrung aus regenbogenbuntem Pflanzenpulver kommen darf.

Die Braunglas-Flasche von Blue Planet Omega und die Behälter der beiden anderen Produkte bitte ordnungsgemäß dem Recycling zuführen.



Kann ich die Drinks auch zusammenmischen?

Ja, wenn Sie sagen, nur dann können Sie sich vorstellen die Drinks in Ihrem Alltag unterzubringen. Die einzelnen Vitalstoffe oder die Produkte leiden darunter jedenfalls nicht.

Im Idealfall genießen Sie die Drinks aber einzeln und verteilen die Aufnahme der Pflanzenaktivstoffe auf diese Weise über den Tag.

Kann ich mit dem LifeSpan Programm auch zunehmen?

Ja, auch beim Wunsch Gewicht zuzulegen ist das LifeSpan Programm eine sehr gute Basis. In dem Fall dann bitte darauf achten, von den empfohlenen Lebensmitteln nicht nur die genannten Mindestmengen, sondern gerne mehr zu verwenden. Besonders gut zum gesunden Zunehmen geeignet sind aktivierte Walnüsse, rohes Mandelmus und glutenfreie Getreide und Pseudogetreide.

Ich habe die Krankheit oder das Symptom XYZ, kann ich das LifeSpan Programm verwenden?

Platinum-Produkte können die normalen, gesunden und optimalen Funktionen Ihres Körpers unterstützen. Auf ganzheitliche Weise. Wenn Sie derzeit gesundheitliche Beschwerden haben, suchen Sie bitte immer den Rat Ihres Arztes oder Therapeuten, bevor Sie mit einer Änderung Ihrer Ernährung beginnen.

Aber vermutlich wird kein seriöser Arzt etwas dagegen haben, wenn Sie aus jeder Gruppe in Zukunft die besten Lebensmittel wählen. Zeigen Sie Ihrem Arzt oder Therapeuten gerne die Galerie der Zutaten und die Seite mit den Siegeln und Symbolen, die die Reinheit der Produkte bildlich aufzeigt.

Ich nehme Medikament XYZ, kann ich dann auch das LifeSpan Programm nutzen?

Platinum-Produkte können die normalen, gesunden und optimalen Funktionen Ihres Körpers unterstützen. Auf ganzheitliche Weise. Wenn Sie derzeit gesundheitliche Beschwerden haben, suchen Sie bitte immer den Rat Ihres Arztes oder Therapeuten, bevor Sie mit einer Änderung Ihrer Ernährung beginnen.

Aber vermutlich wird kein seriöser Arzt etwas dagegen haben, wenn Sie aus jeder Gruppe in Zukunft die besten Lebensmittel wählen.

Es kann sein, dass Sie, wenn Ihre Ernährung gesünder wird, geringere Mengen bestimmter Medikamente benötigen oder einige sogar absetzen müssen. Tun Sie das bitte immer nur in Absprache mit Ihrem Arzt.

Können Kinder die Produkte nutzen?

Ja, vom Abstillen bis 120+ kann jeder auf diese Weise essen. Für Kinder im Schulalter bieten wir einen veganen Bio-Proteindrink mit Schoko-Geschmack an. Je nachdem, was dem Kind besser schmeckt, können Sie gerne die Kinder-version oder auch das reguläre LifeSpan Programm verwenden.

Können Schwangere und Stillende das LifeSpan Programm verwenden?

Ja, auch in diesen Lebensphasen ist es eine hochkarätige Grundernährung. Und kann sich als Wohltat sowohl für die werdende Mutter als auch für das Kind erweisen. Für Schwangere und Stillende empfehlen wir von Blue Planet Omega die doppelte Menge – also zwei Teelöffel am Tag – zu verwenden, um die Entwicklung des Kindes optimal zu unterstützen. Sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt, wenn Sie bezüglich Ihres Nährstoffbedarfs während der Schwangerschaft und Stillzeit Fragen haben.

Kann ich als Leistungssportler das LifeSpan Programm nutzen?

Das LifeSpan Programm wurde für gesunde Erwachsene und Hobbysportler entwickelt. Und ist auch für Leistungssportler eine kraftvolle Basis. Bitte wenden Sie sich mit der Sportart, die Sie betreiben und Ihrem Trainingspensum an das Platinum-Kundenservice unter info@platinumeurope.biz oder Ihren Empfehlungsgeber, um weitere Vorschläge für Ihre konkrete Situation zu erhalten.

Welche anderen Gewohnheiten würden mir bei einem langen, gesunden Leben helfen?

Unsere Langlebensgene sind vor allem Nährstoffsensoren. Aber auch viele andere Lebensstilfaktoren können positive Resultate bringen. Die Auswirkungen einer unpassenden Nahrung können sie allerdings nicht aufwiegen.

Aus der Langlebigkeitsforschung wissen wir, dass es ideal ist, 1,5 Stunden Tiefschlaf und 1,5 Stunden REM-Schlaf pro Nacht zu durchlaufen. Das können Sie mit einer App für Schlafzyklen oder einer Smartwatch überprüfen.

Bei der moderaten Bewegung sind es 150 Minuten pro Woche, die optimale Ergebnisse für Langlebigkeit gezeigt haben.

Achtsamkeit, Meditation und Kontemplation, das Vermeiden von Reizüberflutung, das konstruktive Umgehen mit Stress, die Fähigkeit zu vergeben und positive soziale Kontakte tragen ebenfalls viel bei – nicht nur zur Lebensqualität, sondern auch zur Lebensspanne.



2025 03

Gedruckt auf 100 % Altpapier

Web:

platinumeurope.info
platinumeurope.biz

Telefon Bestellung:

D: +49 6151 276 7000
A: +43 1 205 9 331

Weitere Informationen bei: