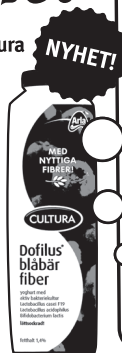


GODA NYHETER

TIPS, PRODUKTER OCH ROLIGHETER FRÅN OSS PÅ ARLA

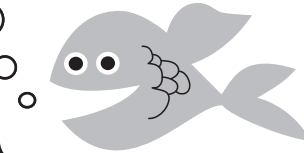
Håll magen i form!

Nya lättsockrade **Cultura Dofilus** är verkligen en god nyhet! Förutom den härliga blåbärssmaken innehåller den vänliga bakterier och en rik mängd naturliga fibrer, som ger dig extra hjälp att hålla magen i form. Prova som nyttig frukost eller mellanmål!



Omega-3 från havet

Genom att bre **Lätt&lagom Omega 3** på mackan varje dag, får du i dig ett litet tillskott av de viktiga omega-3-fettsyrorna från havet. Forskning visar att omega-3-fettsyror är bra för bl a minnet, blodtrycket, inlärningsförmågan och koncentrationen. Läs mer på www.arla.se



Culturas lilla magskola

Det finns många skäl att sköta om sin mage. Vet du till exempel att:

Just nu finns det 1 kg verk samma bakterier i din mage och tarm. De skyddar dig mot de onda bakterierna samtidigt som de bildar vitaminer och hjälper dig att ta upp all den näring du behöver för att må bra.

Ditt mag- och tarmsystem jobbar dygnet runt med att förse

kroppen med exakt den näring den behöver. Det är också här som 70 % av immunsystemet sitter.

I vissa delar av Asien menar man att magen är själens bostad. Blir man förälskad får man lätt fjärilar i magen. Magkänslan styr många beslut. Fungerar inte magen, fungerar inte du.

Läs mer på www.arla.se

