**Prostota rytuału z Vital Proteins**

**Wiele z nas szuka recepty na młodość i dobre samopoczucie. Aby ją odnaleźć, testujemy różne zabiegi, skomplikowane rytuały. A recepta jest niezwykle prosta: czasami wystarczy zadbać o siebie od środka. Vital Proteins to kolagen w największej dziennej porcji[[1]](#footnote-1), który wspiera Twój organizm w zachowaniu młodego wyglądu i samopoczucia. Wsyp, wymieszaj, wypij i poczuj się Vital!**

**Vital Proteins - sukces tkwi w prostocie**

W dzisiejszych czasach mamy dostęp do szerokiej palety zabiegów kosmetycznych i metod, które mają na celu podtrzymanie dobrego wyglądu i samopoczucia. Każda z nas próbowała chociażby maseczek na twarz czy kosmetycznych zabiegów. Dla dobrego wyglądu jesteśmy w stanie poświęcić wiele i choć większość z tych metod jest zdecydowanie skuteczna, to wymaga systematyczności i zaangażowania. Nie zawsze mamy jednak czas i możliwości, aby je utrzymać. W takich przypadkach warto postawić na prostsze rozwiązania, dzięki którym wprowadzenie zdrowych nawyków nie stanie się jedynie zapomnianym noworocznym postanowieniem. **Rozwiązaniem, które nie pochłania wiele czasu i energii, jest suplementacja kolagenu Vital Proteins.** Instrukcja jest prosta: wsyp i zamieszaj! A gdzie? Tam, gdzie sama preferujesz: do aromatycznej kawy, owsianki, smoothie, jogurtu, ciasta na pancake’i – ogranicza Cię wyłącznie kulinarna wyobraźnia. Dodaj 1-2 miarki kolagenu Vital Proteins do ulubionego dania. **Dobroczynny rytuał jest na wyciągnięcie ręki, a jego prosty skład, w połączeniu z największą porcją kolagenu1, wystarczy by poczuć się Vital.**

**Poznaj siłę prostoty idealnego rytuału**

Idealny rytuał to taki, który jest dopasowany do Ciebie. Zbudowanie rutyny i wdrożenie zdrowych nawyków umożliwiają nie tylko dobry start w nowy dzień, ale także wpływają na konkretne aspekty naszego życia, jak zdrowie i samopoczucie. Pierwszym etapem budowania własnego przyjemnego rytuału jest wytworzenie drobnych nawyków. Badania pokazują[[2]](#footnote-2), że aż 43% ludzi porzuca swoje noworoczne postanowienia przed końcem stycznia. Są jednak skuteczne sposoby na to, aby Twoje cele nie podzieliły losu tych, przedwcześnie porzuconych. Powinny być konkretne, warto podzielić je na mniejsze etapy. Przydatne będzie też określenie, kiedy chcesz realizować swoje postanowienie. Warto zacząć od działań, które możesz wprowadzić łatwo, bez większych zmian w codziennej rutynie – jak wzbogacenie posiłków i napojów dodatkiem Vital Proteins. Nic bowiem nie zastąpi codziennego uzupełniania „białka młodości”, czyli kolagenu, który tracimy już od 25. roku życia. Poprawia on stan włosów, skóry i paznokci, pomaga zachować młodzieńczy wygląd i dobre samopoczucie.

**Vital Proteins możesz również dobrać do swoich preferencji. Dostępne są dwa rodzaje: Collagen Peptides (kolagen wołowy) oraz Marine Collagen (kolagen rybi)**. Produkt ma formę proszku, a zalecana dzienna porcja to 10-20 gramów kolagenu. Wśród suplementów dostępnych na polskim rynku jest to największa ilość kolagenu w dziennej porcji1.

**W poszukiwaniu inspiracji do stworzenia własnego unikatowego rytuału, można zajrzeć na stronę** [**www.vitalproteins.pl**](http://www.vitalproteins.pl)**, gdzie czekają na nas różnorodne przepisy na bowle, sałatki, zdrowe batoniki i inne sposoby wykorzystania suplementu w codziennych posiłkach**. Będą tak samo smaczne jak zawsze, a jednocześnie wzbogacone o substancję, która ma drogocenne właściwości. Sam nawyk suplementacji nie będzie wtedy niczym przytłaczającym. Bo każda z nas może być Vital!

Kontakt dla mediów:

Zuzanna Kowalewska

Project Manager

[Zuzanna.kowalewska@dotrelations.pl](mailto:Zuzanna.kowalewska@dotrelations.pl)

+48 661 335 533

1. Największa dzienna porcja na polskim rynku [↑](#footnote-ref-1)
2. https://fisher.osu.edu/blogs/leadreadtoday/why-most-new-years-resolutions-fail [↑](#footnote-ref-2)