

– Vilken härlig creme!  
Nu känns benen lätta  
och lugna hela dagen.

## Hjälpen för tungta och trötta ben



Trötta, svullna ben som kändes som om de vägde ett ton, ömmande fötter och sprittande krypningar så fort hon satte sig ner. Det var verkligheten för Inga-Britt Åström i Sundsvall under många år. Hjälpen hette Provena Plus.

Inga-Britt går och rör på sig mycket nu när hon har blivit pensionär men känner att hon får problem med sina ben fast hon inte jobbar på dagarna.

– Framåt kvällen kan mina ben kännas väldigt tunga. När jag sätter mig ner kommer nästa bekymmer, en orolig, krypande känsla som fick benen att spritta och gjorde det nästan omöjligt att koppla av. Skönt att det finns hjälp att få på ett lätt sätt.

– När jag upptäckte Provena Plus trodde jag inte det fanns något att göra, men som tur så rekommenderas min dotter att prova. Jag använder den morgon och kväll. På morgonen stöttar den och på kvällen svalkar den skönt efter en hård dag. Benen känns inte alls så tunga och den sprittande känslan är nästan helt borta. *Så skönt!*

### 88% fick hjälp av Provena

**\*Studie utförd vid Viktoriakliniken i Stockholm.** 88% upplevde att de fick hjälp av Provena. Det visade sig också att ju längre tid man använde Provena desto mer hjälp fick man. Stockholm 1996 utförd på 49 kvinnor.

### Dokumenterad finsk studie

Svullnaden minskade hos 49%

Krypande minskade hos 41%

Tyngdkänslan minskade hos 39%

**Studie utförd i Finland.** 25 flygvårdinnor ingick i studien som gjordes under 3 perioder - 1998.

### Fotterapeuten rekommenderar

Birgitta Dehle, fotterapeut rekommenderar gärna Provena Plus.



– Jag hittade cremen för femton år sedan när jag själv hade bekymmer och jag använder den fortfarande varje dag.

– Jag har många kunder som besväras av tunga, svullna och trötta eller sprittande ben, jag brukar säga till dem att köpa en tub Provena Plus. Alla är lika positiva! De säger ofta att benen känns starka och lätta och att fötterna slutat ömma.

### Provena Plus – stöd från naturen

Provena Plus en välgörande creme som innehåller ett naturligt alunmineral-komplex, extrakt av fläder och vindruva – en kombination som fungerar lätt sammandragande och stärkande.

Provena Plus känns som en osynlig stödstrumpa som stärker, svalkar och lugnar. Cremen understödjer cirkulationen för ben och fötter som går och står mycket. Använd morgon och kväll på ben och fötter för bästa resultat. Huden blir mjuk och len och den sköna känslan varar hela dagen. □

### Provena finns i din hälsobutik.

Konsumentkontakt ProMedic: 036-12 99 43

Tips! Benhälsa

## Att vårda ben och fötter är viktigt.

● **MOTIONERA** gärna ta en halvtimmes promenad om dagen. Få upp pulsen, träning förebygger.

● **UNDVIK** att sitta still länge. Gå upp och rör dig.

● **LÄGG INTE** benen i kors. Genom att sitta vanligt får du bättre cirkulation.

● **LÄGG GÄRNA** benen i ett högt läge, så får venerna lättare att cirkulera blodet i benen.

● **TÄNK PÅ** att använd fotriktiga skor.



Studier visar  
8 av 10 är  
nöjd med  
Provena\*



**Provena Plus** innehåller ett naturligt alunmineral-komplex, extrakt av fläder och vindruva – fungerar lätt sammandragande och stärkande. Tyngdkänslan och svullnaden i ben och fötter försvinner.

## Känsla av lätthet

Om blodcirkulationen fungerar bra kommer du känna dig mer välmående.

Att träna, äta sunt och leva ett balanserat liv ger dig en bra grund att stå på.

