



META-SWITCH™
WEIGHT MANAGEMENT SYSTEM



Objectif

Les Barres Be™ Fibres & Protéines du Meta-Switch à **savoir Pomme et Cannelle** sont une excellente source de fibres et favorisent la santé digestive. La barre Be contient non seulement des fibres solubles, mais aussi des fibres insolubles, présentant ainsi des avantages dont les effets bénéfiques sur la santé ont été reconnus*. Les fibres insolubles contribuent à la régularité et à la santé digestive, tandis que les fibres solubles favorisent une glycémie et un taux de cholestérol sains, ralentit la digestion et génère une sensation de «plénitude» pour aider à contrôler le régime alimentaire et la gestion du poids.

Description générale

Besoin en fibres et avantages des protéines :

Les fibres et protéines contenues dans la barre Be peuvent aider à réduire ou à ralentir la sensation de faim dans le corps. Elles peuvent aider à soulager le corps lorsqu'il commence à ressentir la faim et les envies; elles aident également à gérer le poids*.

Les ingrédients aromatisants et les protéines végétales (faibles en gras) peuvent aider à soulager les fringales et à contrôler les effets de la faim. Les fibres se dilatent dans l'estomac; elles le remplissent et peuvent ainsi créer une sensation de plénitude. Cette sensation peut, à son tour, aider à retarder la faim. En outre, les fibres peuvent aider à :

- Soutenir et promouvoir la régularité et la santé digestive*
- Soutenir et promouvoir des niveaux sains de sucre dans le sang*
- Soutenir et promouvoir des niveaux sains de cholestérol*
- Soutenir et promouvoir le métabolisme du corps*

Il est communément admis que les fibres contribuent à une bonne santé car elles sont l'une des façons les plus efficaces de garder votre système cardiaque, hépatique et digestif propre, sain et dans un état de fonctionnement optimal. Les protéines végétales aident à fournir du carburant qui constitue l'une des sources d'énergie du corps.

Fibres solubles et insolubles

Il existe deux types de fibres. Ils sont tous deux importants pour notre santé et notre bien-être.

Les fibres solubles sont comme une éponge. Elles absorbent l'eau et aident à retenir les graisses, les sucres et le cholestérol. Les fibres solubles ralentissent également notre rythme de digestion des aliments que nous consommons.

Les fibres insolubles agissent comme un balai. Plutôt que d'absorber les composants liquides et alimentaires, elles se déplacent rapidement dans notre système et aident à nettoyer les intestins. Elles aident à prévenir la constipation occasionnelle, aident à déplacer les aliments et accélèrent l'élimination des toxines.

Be est un mélange optimal de fibres*

La barre Be de Max est une alternative de goûter à base tant de fibres solubles que de fibres insolubles. C'est un fait établi

que celles-ci aident à freiner les fringales et, partant, à gérer la faim. Le rapport de 13 grammes de fibres pour 10 grammes de protéines à 160 calories par **barre Be Pomme et Cannelle** contribue à calmer la faim et à freiner les fringales. La barre Be est une option savoureuse et saine pour remplacer les aliments riches en matières grasses, sodium et calories*.

Bien que la Be puisse être mangée seule, elle a été conçue pour faire partie intégrante du **Système de Gestion du Poids Meta-Switch™ - Un Plan Pour la Vie™** de Max International.

Manger des barres Be comme alternative au goûter traditionnel et prendre les capsules Switch™ 30 minutes avant chaque repas aide à soutenir un métabolisme sain tout en générant une sensation de plénitude et aidant à contrôler la faim*.

Ces déclarations n'ont pas été évaluées par la Food and Drug Administration. Ce produit n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir toute maladie.

Valeur nutritive

8 Portions par Contenant
Taille de la Portion : 1 barre (50 g)

Teneur par Portion	
Calories	160
% Valeur Quotidienne*	
Total de graisse 4,5 g	6%
Graisse Saturée 1 g	5%
Graisse Trans 0 g	
Graisse Polyinsaturée 2,5	
Graisse monoinsaturée 0,5 g	
Cholestérol 0 mg	0%
Sodium 10 mg	0%
Total de Carbohydate 28 g	10%
Fibres Diététiques 13 g	46%
Fibres Solubles 6,5 g	
Fibres Insolubles 6 g	
Total de Sucres 10 g	
Comprend 4,5 g de	
Sucres Ajoutés	9%
Protéines 10 g	20%
Vitamines D 0 g	0 %
Calcium 52 mg	4%
Iron 2 mg	8%
Potassium 88 mg	2%

*Le % de la Valeur Quotidienne (VQ) vous indique combien un nutriment dans une portion de nourriture contribue à un régime quotidien. 2000 calories par jour est une valeur utilisée à des fins de conseils nutritionnels généraux.

* Ces déclarations n'ont pas été évaluées par la Food and Drug Administration. Ce produit n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir toute maladie



META-SWITCH™
WEIGHT MANAGEMENT SYSTEM

FIBER & PROTEIN BAR Apple Cinnamon

Avantages du produit

- La barre végétalienne Be est un délicieux choix de casse-croûte, créée exactement telle qu'elle aurait dû l'être : avec des fibres solubles et des fibres insolubles, des protéines végétales et des ingrédients de haute qualité
- **La Be Pomme et Cannelle** fournit 13 grammes de fibres et 10 grammes de protéines végétales à 160 calories par barre
- Elle utilise MoistureLok®, un ingrédient entièrement naturel fabriqué à base de pectine et de jus de fruits utilisés pour conserver les aliments, gardant les aliments plus frais, plus longtemps*
- Elle contient un faible taux de sodium et de graisse, ce qui favorise une gestion saine du poids*
- Elle est exempte de gluten, de soja, de produits laitiers et d'arachides.
- Elle est certifiée Halal et Kosher

Ingrédients:

Croustille de protéines de pois (concentré de protéines de pois, farine de riz brun (farine de riz et son de riz), fibres de racines de chicorée, sirop de tapioca, son de maïs, protéines de riz brun entier, graines de tournesol, chia, pomme, datte, eau, MoistureLok (concentré de jus de raisin, dextrine de riz), cannelle, huile de noix de coco, saveurs naturelles, pectine. Contient de la noix de coco.

Produite dans une usine qui traite des oeufs - susceptible donc de contenir des traces d'oeufs.

Exempte de gluten, de soja, de produits laitiers, de cacahuètes

faible en sodium

compatible avec le régime végétalien

exempte d'arômes artificiels Kosher

certifiée kosher

certifiée halal

FAQ

Combien de barres puis-je manger en un jour ?

Eat one to two Meta-Switch Be™ Fiber & Protein Bars as your morning or afternoon snack to help control your hunger between meals.*

Je prends déjà des suppléments de fibres; dois-je encore manger des barres Be ?

Bien que les Barres Meta-Switch Be™ Fibres & Protéines puissent être consommées avec vos autres suppléments de fibres, nous vous recommandons de rechercher la quantité de fibres solubles et insolubles contenues dans ces autres

suppléments.

La barre Be a été conçue pour fournir un rapport équilibré entre les fibres insolubles et les fibres solubles. Si ces autres produits ne contiennent que des fibres solubles ou insolubles, l'équilibre de vos fibres en sera faussé.

Utilisez les barres Be comme votre source principale de fibres en dehors des aliments que vous consommez et utilisez des quantités inférieures d'autres suppléments pour maintenir votre consommation de fibres en équilibre.

Que faire si j'ai des allergies alimentaires ? La barre Be est-elle sans risque pour moi ?

Toutes les barres Be sont exemptes de gluten, exemptes de produits laitiers, exemptes de soja et de cacahuètes. Les barres Be sont également exemptes d'édulcorants artificiels. Notez que, parce que les barres Be sont fabriquées dans une installation qui traite des ovoproduits, elles sont susceptibles de contenir des traces d'oeufs.

Le Meta-Switch fonctionne-t-il avec des programmes de perte de poids ?

Le Meta-Switch a été conçu pour être suffisamment flexible pour fonctionner avec n'importe quel programme de gestion du poids.

Est-ce que je peux me contenter du supplément Switch pour le programme ou bien, dois-je prendre la barre Be Fibres & Protéines également ?

La barre Be et la capsule Switch ont été conçues pour travailler ensemble afin d'aider votre métabolisme et de promouvoir une gestion saine du poids. La barre Be joue un rôle essentiel dans le système Meta-Switch, notamment en apaisant la faim, en fournissant des ingrédients sains et des choix savoureux qui peuvent aider à lutter contre les envies, à promouvoir la santé digestive, à stimuler l'énergie tout en vous donnant un supplément de fibres*.

Puis-je perdre tout le poids que je veux en prenant les produits Meta-Switch ?

Bien que le seul fait de prendre les capsules Switch et la barre Be se soit montré efficace pour aider votre corps à maintenir un métabolisme sain, les moyens les plus efficaces de gestion du poids comprennent le contrôle des portions, un régime alimentaire sain et un exercice physique régulier. Pour soutenir vos efforts et votre succès, Max a créé Un Plan Pour la Vie™.

Un Plan Pour la Vie est un guide qui propose une approche saine et holistique de la gestion du poids pour aider à maintenir un poids plus sain. Cela consiste en trois éléments essentiels :

- Les Produits Meta-Switch de Max
- Le Guide Alimentaire Flex
- Le Guide d'Entraînement Flex

* Ces déclarations n'ont pas été évaluées par la Food and Drug Administration. Ce produit n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir toute maladie



META-SWITCH™
WEIGHT MANAGEMENT SYSTEM

La barre Be se démarque de ses concurrentes

Les Barres Meta-Switch Be™ Fibres & Protéines ont été formulées pour vous aider à vous sentir et à être le mieux que vous pouvez être. La barre Be, c'est l'équilibre parfait né du mélange de ce que la nature a de plus beau - délicieusement aromatisée et assez pratique pour aider à maintenir un poids sain*. Les barres Be offrent des nutriments sains et des saveurs à vous mettre l'eau à la bouche, bourrées de tous les ingrédients de qualité dont vous avez besoin et exemptes de ceux dont vous n'avez pas besoin.

Formulées avec une combinaison unique de fibres solubles et de fibres insolubles, de protéines et d'ingrédients plus sains, les

barres Be ont toutes les bonnes choses dont le corps a besoin pour aider à gérer le succès et aucun des mauvaises choses susceptibles de l'alourdir*.

Les barres sont exemptes d'édulcorants artificiels, de gluten, de soja, d'arachides et de produits laitiers, et contiennent peu de sodium. Chaque délicieuse barre Be Fibres & Protéines aide à favoriser un mode de vie sain afin que vous puissiez vous sentir au mieux de votre forme. Choisissez la barre Be. C'est le choix par excellence pour vous.

Soyez plus heureux et en meilleure santé*. be. Équilibrés à vie.

	Barre Be	Visalus Nutra-Cookie Raisin	Isagenix Fiber Snacks	Herbalife Cookies n'cream
Calories	160	150	150	200
Calories de la graisse	10	45	60	45
Graisse	4.5g	5g	6g	5g
Sodium	10mg	140mg	95mg	330mg
Glucides	28g	20g	19g	28g
Total de Fibres	13g	5g	6g	5g
Fibres Soluble	6.5g			
Fibres Insoluble	6g		2g	
Protéines	10g	9g	6g	0g
Sucres	10g	13g	6g	11g

	Kashi - GoLean Crisp Cinnamon Crumble	Jenny Craig Bar	FiberOne Chewy Bars	Atkins Chocolate Oatmeal Fiber Bar	Metamucil
Calories	190	110	140	130	45
Calories de la graisse	35		35	45	
Graisse	4g	4g	4g	5g	
Sodium	130mg	115mg	90mg	110mg	5g
Glucides	34g	12g	29g	24g	12g
Total de Fibres	9g	4g	9mg	10g	3g
Fibres Soluble	5g				2g
Fibres Insoluble	4g				1g
Protéines	11g	8g	6g	6g	0g
Sucres	10g	7g	10g	1g	

Exempte de gluten • Exempte de produits laitiers • Exempte d'agents conservateurs • Exempte d'édulcorants artificiels • Faible teneur en sodium

* Ces déclarations n'ont pas été évaluées par la Food and Drug Administration. Ce produit n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une quelconque maladie.