

# Alka® Zuur-base in balans



**Een goede zuur-base balans is  
de basis van een goede gezondheid**

OVER ONS

## Alka® zuur-base in balans

Alka is de zuur-base specialist voor iedereen. Onze trouwe klanten hebben diverse behoeftes. Ze willen zich bijvoorbeeld vitaler voelen, symptomen verlichten of de huidconditie van hun huid verbeteren.

Het hechte Alka team bestaat uit gedreven specialisten. Samen ontwikkelen we unieke formules aan de hand van het zuur-base concept. De interessante werking hiervan werd al in 1923 beschreven door de Deense chemicus Johannes Nicolaus Brønsted en de Britse scheikundige Thomas Lowry. Het zuur-base concept is dan ook zeker geen tijdelijke trend.

Alka is in 2008 gestart in Nederland. Inmiddels vind je onze producten internationaal in de schappen van apotheken, drogisterijen, reformwinkels en gezondheidsprofessionals.

Het Alka® Assortiment bestaat uit basische producten waarmee je Zuren oplost (stap 1), Zuren afvoert (stap 2) en Voedingstoffen aanvult (stap 3). Naast dit effectieve stappenplan bieden we Alka® Specials: producten met de meest krachtige, basische werking, zoals Spermidine. Voor de huid en hoofdhuid is er de multifunctionele basische huidverzorging.

Elk product van Alka belichaamt de volgende eigenschappen: het heeft een basische formule, is van hoge kwaliteit en het is geschikt voor meerdere doelen.

Wil jij ontdekken wat voor jou het beste basische product is? Onze ervaren Alka® Specialisten bieden je een luisterend oor en een persoonlijk advies op maat.

Basische dag gewenst,  
Team Alka

*"Weefsels verliezen hun vitaliteit en je voelt je eerder stijf en moe."*

## Verzuring is veroudering

Het lichaam produceert voortdurend zuren als gevolg van voeding, stress en inspanning. Deze zuren zijn de afvalstoffen van ons metabolisme, vergelijkbaar met de as die overblijft na een houtvuur. Ze komen in verschillende vormen voor, zoals urinezuren, melkzuren, vetzuren en azijnzuren.

Door onze moderne leefstijl ontstaat er vaak een overschot aan zuren [1]. Wanneer de afvoer tekortschiet, slaat het lichaam deze op in weefsels, organen en gewrichten. Ook put het de mineralen-

voorraad uit, waardoor het lichaam mineralen uit botten, haren en nagels onttrekt.

Geleidelijk raakt het lichaam uit balans en wordt het steeds zuurder, een proces dat verzuring wordt genoemd [1-3]. Alka® ondersteunt het lichaam op een natuurlijke manier bij het tegengaan van verzuring en helpt de zuur-base balans te herstellen.

# "In onze Westerse samenleving is het onmogelijk om alle verzurende factoren te vermijden."

## OORZAKEN VAN VERZURING

Verschillende factoren dragen bij aan de opbouw van zure afvalstoffen in het lichaam:

### 1. Voeding

Met name dierlijke eiwitten, suikers, transvetten, bewerkte voeding, alcohol, koffie en frisdranken laten veel restzuren achter.

### 2. Leeftijd

Natriumbicarbonaat één van de belangrijkste buffers die zuren neutraliseert. Na het 40e levensjaar neemt deze stof in een rap tempo af.

### 3. Stress

Stress heeft een sterk verzurende werking op het lichaam. In een stresssituatie breekt het lichaam veel cellen af waarbij urinezuren vrijkomen.

### 4. Overmatige spierbelasting

Bij overmatige spierbelasting produceert het lichaam veel melkzuren, met spierpijnen als gevolg.

### 5. Overig

- Roken
- Medicijngebruik
- Luchtvervuiling

## HOE WERKT ONTZUREN?

Ontzuren helpt het lichaam om opgehoopte zuren op te lossen en af te voeren. Hoe minder zure afvalstoffen, hoe beter het lichaam functioneert. Alka® biedt een breed assortiment basische producten die de zuur-base balans op natuurlijke wijze ondersteunen.

**Belangrijk:** Ontzuren gebeurt in 3 eenvoudige stappen, die je naar wens afzonderlijk of in combinatie kunt toepassen, afgestemd op jouw behoeften. Ook afzonderlijk bieden deze stappen waardevolle dagelijkse ondersteuning.



Door te beginnen met het oplossen van zuren (stap 1) en tegelijkertijd zuren af te voeren (stap 2), versterk en versnel je het proces. Daarnaast kan het zinvol zijn om voedingsstoffen aan te vullen (stap 3) voor een optimale ondersteuning van het lichaam.

### Zuren oplossen (stap 1)

Zuren los je op met **Alka® Zuur-base druppels** en/of **Alka® BasenCaps**. Dit helpt de dagelijkse stroom van zure afvalstoffen in de bloedbaan te neutraliseren en maakt vastzittende zuurresten los.

### Zuren afvoeren (stap 2)

Stimuleer de uitscheiding van zuren met **Alka® Thee**, een krachtige, basische blend van 52 kruiden. Tegelijkertijd beschermen de antioxidanten je cellen en weefsels door schadelijke vrije radicalen te neutraliseren.

### Voedingsstoffen aanvullen (stap 3)

#### Alka® Mineralen

Verzuring gaat vaak gepaard met een mineralentekort, omdat

het lichaam basische mineralen gebruikt om zuren op te lossen. Bij een tekort worden deze mineralen onttrokken uit botten, haren en nagels. Daarom kan het verstandig zijn om naast stap 1, direct te starten met basische mineralen.

### Alka® Greens

Een verstoorde zuur-base balans, te weinig groenten en fruit en uitgeputte landbouwgrond maken basische voedingsstoffen onmisbaar. Alka® Greens zijn basische voedingsextracten die meer dan 31 essentiële voedingsstoffen bevatten, waaronder groenten, fruit, algen, vezels, melkzuurbacteriën en enzymen.

### Basische huidverzorging

De huid wordt ook wel 'de derde nier' genoemd, omdat zure afvalstoffen deels via de huid worden uitgescheiden. Vaak merk je het niet, maar een te zure huid, zit onder andere celvernieuwing in de weg. Alka® biedt een compleet assortiment basische verzorgingsproducten voor een gezonde, stralende huid.

### Alka® Specials

Wil je een extra boost? Alka® biedt specifieke producten voor gerichte ondersteuning:

### Alka® Spermidine Forte

Bescherm de cellen<sup>1</sup> en is goed voor het geheugen<sup>1</sup>

## LET OP: BASISCH VERSUS VERZUREND

In onze Westerse samenleving is het onmogelijk om alle verzurende factoren te vermijden. Bovendien is het vaak moeilijk om voldoende basische voedingsstoffen in de vorm van groenten en fruit binnen te krijgen.

Daarom is het essentieel om je lichaam actief te ondersteunen bij het ontzuren. Gaat het om voeding dan is een verhouding van 1:3 (zuur/basisch) een goede richtlijn, mits je daarnaast ook basische supplementen neemt.

Zonder supplementen zou je 1:5 (zuur/basisch) moeten eten om een goede balans te behouden, maar dan kom je op den duur voedingsstoffen tekort. Dit is dus zeker niet aan te raden!

## ZUUR-BASE SPECIALIST

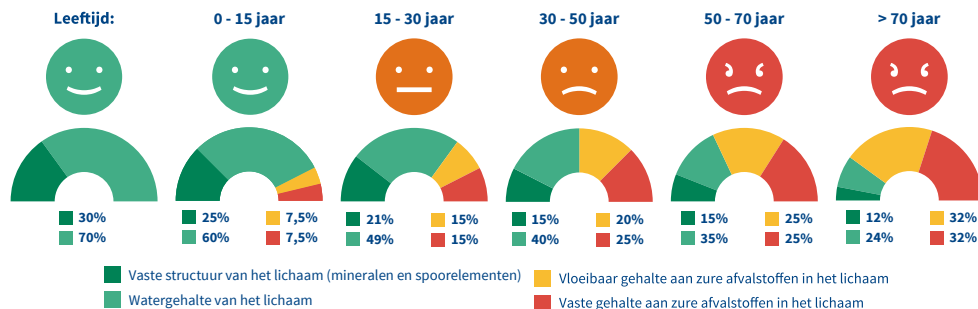
Alka® heeft een breed scala aan basische producten. Speciaal ontwikkeld om het lichaam te ondersteunen bij het herstellen van de zuur-base balans.

### Waarom kiezen voor Alka®?

- Wetenschappelijk onderbouwde formules
- Alleen de beste ingrediënten
- Eenvoudig en veilig in gebruik
- Geschikt voor dagelijks gebruik

Ontdek het Alka® assortiment en start vandaag nog met het ondersteunen van de zuur-base balans!

## VERZURING VAN HET LICHAAM GEDURENDE JAREN



[1] Di Nicolantonio, J. J., & O'Keefe, J. (2021). Low-grade metabolic acidosis as a driver of chronic disease. *Open Heart*, 8(2), e001730.

[2] Whang, S. (2012). Jonger door ontzuren. *WP Health Products*.

[3] Carnauba, R. A., et al. (2017). Diet-induced low-grade metabolic acidosis and clinical outcomes: a review. *Nutrients*, 9(6), 538.

<sup>1</sup>zink

# Alka® Assortiment

## ZUREN OPLOSSEN (STAP 1)



### Alka® Zuur-base druppels

Verkrijgbaar in:  
55 ml



### Alka® BasenCaps Original

Verkrijgbaar in:  
60 v-capsules



### Alka® BasenCaps Calcium

Verkrijgbaar in:  
60 v-capsules



### Alka® BasenCaps Magnesium

Verkrijgbaar in:  
60 v-capsules

## KUREN



### Alka® Zuur-Base Kuur

1x Alka® BasenCaps Original (60 v-capsules)  
1x Alka® Thee (48 filterzakjes van 2 gram)  
1x Alka® Mineralen (100 v-capsules)  
1x 30 dagen kuurschema

## SPECIALS



### Alka® Spermidine Forte

Verkrijgbaar in:  
60 v-capsules

## ZUREN AFVOEREN (STAP 2)



### Alka® Thee

Verkrijgbaar in:  
48 filters of 96 filters

## BASISCHE HUIDVERZORGING



### Alka® Bad

Verkrijgbaar in:  
250 g, 600 g, 1200 g of 2400 g



### Alka® Crème

Verkrijgbaar in  
luchtdichte flacon:  
50 ml of 150 ml



### Alka® Shampoo

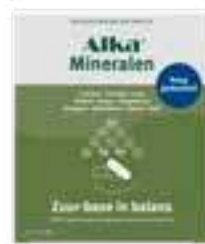
Verkrijgbaar in:  
200 ml

## VOEDINGSSTOFFEN AANVULLEN (STAP 3)



### Alka® Greens Multi+

Verkrijgbaar in:  
10 sticks of 30 sticks



### Alka® Mineralen

Verkrijgbaar in:  
100 v-capsules



### Alka® Deo

Verkrijgbaar in:  
30 ml of 75 ml

- Original
- 0% Parfum (hypoallergeen)
- Flower Blossom
- Fresh Cotton
- Into the Woods

### Alka® Scrub

Verkrijgbaar in:  
250 g

# Alka® Zuur-base druppels



Inhoud: 55 ml

## Met deze druppels maak je basisch water in een handomdraai

Schud de **Alka® Zuur-base druppels** en voeg 4 druppels toe aan een glas drinkwater. De pH van het water wordt **direct basischer**.

### Gemakkelijk en snel.

Met basisch water ondersteun je de zuur-base balans van het lichaam<sup>1</sup>. Het verandert kort de pH-waarde van je maag, waardoor je lichaam extra bicarbonaat aanmaakt. Deze basische stof neutraliseert zure afvalstoffen via de bloedbaan.

Zure afvalstoffen hopen zich op, in en rondom je weefsels en organen, je doet je lichaam een groot plezier door ze op te ruimen. Elk glas basisch water draagt daar aan bij!

- ✓ Draagt bij aan een gezond zuur-base evenwicht<sup>1</sup>
- ✓ Ondersteunt het immuunsysteem<sup>1</sup>
- ✓ Voor het behoud van sterke botten<sup>1</sup>
- ✓ Goed voor je haren en nagels<sup>1</sup>
- ✓ Voor het behoud van een gezonde huid<sup>1</sup>
- ✓ Voordelig in gebruik: bij 4 glazen per dag met 4 druppels, geschikt voor ruim 3 maanden

<sup>1</sup>zink

# Alka® BasenCaps



Inhoud: 60 v-capsules    Inhoud: 60 v-capsules    Inhoud: 60 v-capsules

## Vergroot je bicarbonaat-buffers!

Vind je het makkelijker om zure afvalstoffen op te lossen of te neutraliseren met basische capsules in plaats van basisch water? Of combineer je ze liever voor extra ondersteuning?

Dat kan met de dagelijkse inname van **BasenCaps**. Hiermee vergroot je de bicarbonaat-buffers in je lichaam waardoor je oude zure afvalstoffen oplost. Daarnaast voorkom je dat nieuwe zuren zich ophopen. De capsules lossen pas op in de darmen, zodat de bicarbonaten optimaal hun werk kunnen doen. Kies de variant die het beste bij je past.

### BasenCaps Original

Maagzuurresistente capsules met kaliumbicarbonaat, natriumbicarbonaat en zink ter ondersteuning van een gezond zuur-base evenwicht.

### BasenCaps Calcium

**Dubbele ondersteuning in 1 capsule:**  
Levert **extra calcium**.  
Bevat zink ter ondersteuning van een gezond zuur-base evenwicht.

### BasenCaps Magnesium

**Dubbele ondersteuning in 1 capsule:**  
Levert **extra magnesium**.  
Bevat zink ter ondersteuning van een gezond zuur-base evenwicht.

# Alka® Thee



Inhoud: 48 of 96 theefilters

## Bomvol antioxidanten: basische kruidenthee die het lichaam ondersteunt en lekker is

Drink jij dagelijks frisdrank, koffie of voorverpakte sappen? Je bent niet de enige.

Maar wist je dat deze drankjes zure afvalstoffen veroorzaken en de suiker- en calorie-inname verhogen? Ze nemen meer van je lichaam dan ze teruggeven.

**Alka® Thee** doet het tegenovergestelde. Het bevat 52 zorgvuldig geselecteerde basische kruiden die tegenwicht bieden aan zure afvalstoffen.

Ook zit het vol antioxidanten\* die helpen tegen vrije radicalen en zo bijdragen aan de bescherming van je cellen en weefsels.

- ✓ Uitgebalanceerde selectie van 52 soorten kruiden
- ✓ Basisch, lekker en 100% puur natuur
- ✓ Voor dagelijks en langdurig gebruik
- ✓ Theezakje zonder microplastic
- ✓ Frisse en milde kruidensmaak
- ✓ Cafeïne- en looizuurvrij
- ✓ Bijzonder hoog in antioxidanten<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ORAC-waarde officieel vastgesteld door een onafhankelijk laboratorium

## Ingrediënten Alka® Thee



# Alka® Greens



## Dagelijks snel een grote hoeveelheid essentiële voedingsstoffen binnenkrijgen

**Begin je dag goed met Alka® Greens.** Ontwikkeld om eenvoudig meer basische voeding binnen te krijgen, iets waar we vaak een tekort aan hebben.

De mix zit boordevol extracten van groenten, fruit, kiemgrassen, algen, kruiden, vezels en melkzuurbacteriën.

Het vult ruim dertig belangrijke voedingsstoffen aan en biedt tegenwicht aan zure afvalstoffen.

Meng 1 zakje met water en drink op – daar profiteert je lichaam de hele dag van!

- ✓ Ondersteunt het immuunsysteem<sup>1</sup>
- ✓ Helpt bij vermoeidheid<sup>2</sup>
- ✓ Is goed voor je huid, haren en nagels<sup>1</sup>
- ✓ Gunstig voor soepele aderen<sup>3</sup>
- ✓ Goed voor het hart<sup>4</sup>
- ✓ Bevat basisch gerstegras en chlorofyllrijk tarwegras
- ✓ Levert vezels, enzymen, melkzuurbacteriën en veel antioxidanten
- ✓ Rijk aan natuurlijke vitamines B-vitamines

<sup>1</sup>zink <sup>2</sup>vitamine B3 <sup>3</sup>vitamine B12 <sup>4</sup>vitamine B6 <sup>5</sup>vitamine C <sup>6</sup>vitamine B1

# Alka® Mineralen

## Wat zit er in 1 stick Alka® Greens van 10 gram?

### KIEMGRASSEN & ALGENEXTRACTEN

Tarwegras (Triticum vulgare)	2312 mg
Gerstegras (Hordeum vulgare)	2312 mg
Alfalfa (Medicago sativa L.)	100 mg
Spirulina (Spirulina platensis)	800 mg
Chlorella (Chlorella vulgaris)	400 mg

### FRUIT & GROENTE-EXTRACTEN

Fruits & Greens™	800 mg
Paprika (Capsicum annum)	
· Gember (Zingiber officiale)	
· Broccoli (Brassica oleracea)	
· Spinazie (Spinacia oleracea)	
· Boerenkool (Brassica oleracea)	
· Kool (Brassica oleracea)	
· Groene thee (Cammellia sinensis)	
· Framboos (Rubus idaeus)	
· Banaan (Max paradisiacal)	
· Kiwi (Actinidia)	
· Mango (Magnifera indica)	
· Pruim (Prunus domestica)	
· Veenbes (Vaccinium macrocarpon)	
· Ananas (Ananas comosus)	
· Sinaasappel (Citrus sinensis)	
· Roze grapefruit (Citrus paradisi)	
· Kers (Prunus avium)	
· Citroen (Citrus limon)	
· Bloemkool (Brassica oleracea)	
· Tarwegras (Triticum vulgare)	
· Alfalfa (Medicago sativa)	
· Spirulina (Spirulina platensis)	
· Chlorella (Chlorella vulgaris)	

### VEZELCOMPLEX

Arabische gom (Acacia senegal)	1000 mg
Appelvezels.....	800 mg



### KRUIDENEXTRACTEN

Solidago (Solidago virgaurea)	100 mg
Groene thee (Cammellia sinensis)	100 mg
Gember (Zingiber officiale)	100 mg
Kurkuma (Curcuma longa)	100 mg

### ENZYMENCOMPLEX

Digezyme® ...	50 mg
· Amylase	
· Lactase	
· Cellulase	
· Protease	
· Lipase	

### MELKZUURBACTERIËN

Lactospore® ...	100 mg
· Lactobacillus (Bacillus coagulans)	

### VITAMINEN EN MINERALEN

Panmol® natuurlijk vit. B complex uit Quinoa (Chenopodium quinoa)	300 mg
Acerola met 50% natuurlijke vitamine C (Malpighia glabra)	200 mg
Zink gluconaat...	11,2 mg

### OVERIG

Stabilisators (arabische gom, maltodextrine, maiszetmeel), natuurlijke aroma (woudvruchten, vanille), zuurteregelaar (citroenzuur), zoetstof (stevia glycosiden)

### ACTIEVE INGREDIËNTEN PER DAGDOSERING (10 GRAM):

Vitamines & Mineralen	Hoeveelheid	RI*
Vitamine C	100 mg	125%
Vitamine B1	0,26 mg	24%
Vitamine B2	0,31 mg	22%
Vitamine B3	3,36 mg	21%
Vitamine B5	1,07 mg	18%
Vitamine B6	0,29 mg	21%
Biotine (Vit B7)	9 µg	18%
Foliumzuur (Vit B11)	35,76 µg	18%
Vitamine B12	0,44 µg	18%
Zink	1,51 mg	15%

\*RI = Referentie-inname



Inhoud: 100 v-capsules

## Een goed opneembare en complete aanvulling van je essentiële mineralenvoorraad

Hoe meer zure afvalstoffen er in het lichaam aanwezig zijn, hoe meer mineralen er nodig zijn om deze te neutraliseren.

Wanneer de mineralen opraken, worden ze onttrokken aan botten, haren en nagels. Dat leidt tot verzwakking en het verlies van essentiële bouwstoffen.

Vul de mineralen voorraad daarom tijdig aan met **Alka® Mineralen**. Dat is een natuurlijke, goed opneembare formule, met onder andere calcium en magnesium uit **speciaal gekweekte algen uit het zuivere zeewater van IJsland**.

- ✓ Draagt bij aan een gezond zuur-base evenwicht<sup>1</sup>
- ✓ Ondersteunt het immuunsysteem<sup>1</sup>
- ✓ Helpt bij vermoeidheid<sup>4</sup>
- ✓ Is belangrijk voor de huid en goed voor haren en nagels<sup>1</sup>
- ✓ Is goed voor het skelet<sup>3</sup> en de spieren<sup>4</sup>
- ✓ Calcium en magnesium uit zuivere algen
- ✓ Met gerstegras en chlorofylrijk tarwegras
- ✓ Bevat zink, kalium, ijzer, mangaan, koper en meer

<sup>1</sup>zink <sup>2</sup>seleen <sup>3</sup>koper <sup>4</sup>ijzer



# Alka® Zuur-Base Kuur



Inhoud:  
 1x Alka® BasenCaps Original (60 v-capsules)  
 1x Alka® Thee (48 filterzakjes van 2 gram)  
 1x Alka® Mineralen (100 v-capsules)  
 1x 30 dagen kuurschema

## Ontzuur je lichaam, ga 30 dagen aan de slag met 3 Alka® producten

Afrekenen met zure afvalstoffen? De **Alka® Zuur-base Kuur** combineert drie krachtige producten: Alka® BasenCaps Original, Alka® Thee en Alka® Mineralen.

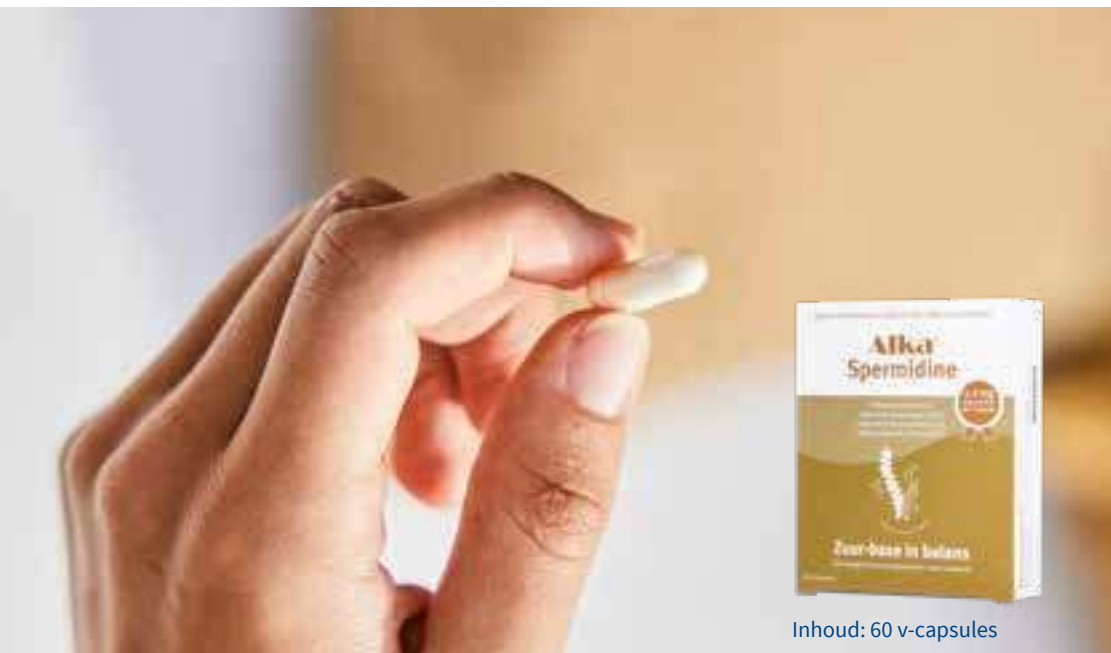
De **BasenCaps lossen de zure afvalstoffen op (stap 1)**, de **thee voert ze af (stap 2)**, en de **mineralen vullen tekorten aan (stap 3)** die door **verzuring kunnen ontstaan**.

Alle producten beschermen tegen de dagelijkse toevoer van nieuwe zure afvalstoffen, zodat het lichaam fit en vitaal blijft.

- ✓ Ondersteunt het immuunsysteem<sup>1</sup>
- ✓ Draagt bij aan extra energie bij vermoeidheid<sup>1</sup>
- ✓ Is goed voor je huid, haren en nagels<sup>2</sup>
- ✓ Bevat Alka® BasenCaps Original, Alka® Thee en Alka® Mineralen.
- ✓ Met een duidelijk dag-tot-dag kuurschema
- ✓ Past ook bij een drukke agenda

<sup>1</sup>ijzer <sup>2</sup>seleen

# Alka® Spermidine Forte



Inhoud: 60 v-capsules

## Hoog gedoseerd en glutenvrij, van biologische chlorella met B-vitamines en zink

Spermidine stimuleert **autofagie**, een essentieel proces waarbij je lichaam beschadigde cellen opruimt en vernieuwt.

Je kunt je voorstellen hoe belangrijk dat is voor je lichaam - gezonde cellen zijn de basis van een gezond lichaam.

De natuurlijke productie van spermidine neemt af met de leeftijd. Daarom kan aanvulling met **Alka® Spermidine Forte** zinvol zijn.

In elke capsule zit 1,3 mg spermidine uit ecologisch gekweekte chlorella dat ook goed opneembare B-vitamines bevat. De toegevoegde zink maakt de formule compleet!

- ✓ Draagt bij aan een gezond zuur-base evenwicht<sup>1</sup>
- ✓ Celbeschermend<sup>1</sup>
- ✓ Helpt het immuunsysteem<sup>1</sup>
- ✓ Goed voor het geheugen<sup>1</sup>
- ✓ Draagt bij tot vermindering van vermoeidheid<sup>2</sup>
- ✓ 1,3 mg spermidine per capsule

<sup>1</sup>zink <sup>2</sup>vitamine B12

# Alka® Crème



Inhoud: 50 of 150 ml

## Een diep verzorgende en multifunctionele basische crème voor alle huidtypes

Alka® Crème is een basische crème, verrijkt met verzorgende ingrediënten zoals shea butter, vitamine E, jojobaolie en Q10.

Het neutraliseert zure afvalstoffen en zorgt voor diepe, intensieve verzorging van de huid.

Zure afvalstoffen worden via de huid afgevoerd, waardoor deze te zuur kan worden. Dit verstopt de poriën, kan leiden tot probleemzones en versnelt celafbraak.

Met een **pH-waarde van 8,2** helpt Alka® Crème de natuurlijke huidbalans herstellen en behouden. Het resultaat is een stralende en gezonde huid!

- ✓ Een van de meest veelzijdige, zachte en voedende crèmes met pH 8,2
- ✓ Voor alle huidtypes, zowel gezicht en lichaam
- ✓ Geschikt als dag- en nachtcrème
- ✓ Verlicht jeuk van insectensteken en ongemak door de processierups
- ✓ Kalmeert de huid na een dagje zonnen
- ✓ Bevat shea boter, jojoba-, amandel- en kokosolie, Q10 en vitamine E en meer

# Alka® Scrub



Inhoud: 250 gram

## Een traktatie voor de huid, 3 functies in 1 en puur natuur

Dagelijks scheidt onze huid zure afvalstoffen uit. Onze voedingskeuzes en stress kunnen deze belasting vergroten. Een te zure huid leidt tot vroegtijdige celafbraak en andere probleemzones.

Alka® Scrub (pH 7,6) biedt een unieke oplossing. Deze scrub, op basis van Himalayazout en natriumbicarbonaat, neutraliseert zure afvalstoffen effectief (functie 1). Tegelijkertijd voedt het de huid rijkelijk met mineralen en oliën (functie 2). En de natuurlijke scrub helpt bij het verwijderen van dode huidcellen (functie 3).

**Voorkom probleemzones en geniet van een stralende, zachte huid met Alka® Scrub.**

- ✓ Puur natuur
- ✓ Helpt dode huidcellen te verwijderen
- ✓ Voedt intensief door saffloer-, argan-, jojoba-, zonnebloem- en amandelolie
- ✓ Bevat Himalayazout
- ✓ Voor een zuivere, stralende en soepele huid
- ✓ Ondersteunt de pH-balans van de huid, met pH 7.6

# Alka® Bad



Inhoud: 250, 600, 1200 of 2400 gram

## Ontdek de talloze voordelen van dit 100% natuurlijke, basische badzout

Stress, verzurende voeding en omgevingsfactoren zorgen voor een verhoogde uitscheiding van zuren via de huid.

Hoewel je het niet altijd direct merkt, heeft een te zure huid wel degelijk effect: het kan huidcellen sneller laten verouderen en op de lange termijn leiden tot probleemzones.

Om dit te voorkomen, kun je de zuur-base balans van de huid ondersteunen met Alka® Bad. Met een pH-waarde van 8,5 verandert het gewoon water in een heilzaam basisch bad – ideaal voor ontspannende lig-, hand- of voetbaden en een stralende huid.

- ✓ Voert zure afvalstoffen af dankzij natriumbicarbonaat
- ✓ Ontspant de spieren door calcium en magnesium
- ✓ Optimale vochtregulering door kalium en natrium
- ✓ Diepe huidzuivering door bitterzout
- ✓ Voor lig-, hand- of voetbaden
- ✓ Bevat 84 mineralen en sporenelementen
- ✓ Bevat edelstenen die de huid voeden
- ✓ Geeft badwater een pH-waarde van rond de 8,5



Agaat



Amazoniet



Barnsteen



Bergkristal



Carneool



Chalcedoon



Chiastoliet



Chrysopraas



Citrien



Roze kwarts



Turkoois



Smaragd

### WERKING

Alka® Bad werkt op meerdere niveaus. **Het voert zure afvalstoffen af en neutraliseert zure afzettingen op de huid. Tegelijkertijd stimuleert het de aanmaak van nieuwe huidcellen en biedt het een rijke mineralisatie en voeding.**

Het resultaat? Een diep gereinigde, gebalanceerde huid die zijdezacht en soepel aanvoelt.

### MEER DAN HUIDVERZORGING

Naast het herstellen van de huidbalans, is Alka® Bad ideaal om te ontspannen na een stressvolle dag of intensieve sportsessie. Dat komt door de magnesium en calcium die de spieren helpen ontspannen.

### INGREDIËNTEN IN ALKA® BAD

Maris Sal, Himalayazout, Natriumbicarbonaat, Natriumcarbonaat, Kaliumcarbonaat, Calciumcarbonaat, Magnesiumsulfaat, Agaat, Amazoniet, Barnsteen, Bergkristal, Carneool, Chalcedoon, Chiastoliet, Citrien, Chrysopraas, Roze kwarts, Turkoois en Smaragd.

### BIJZONDERE INGREDIËNTEN

#### 12 soorten edelstenen

Edelstenen, voor extra voeding van de huid.

#### Himalayazout

Bevat 84 oorspronkelijke mineralen en sporenelementen, die de cellen voeden en beschermen tegen verzuring.

#### Magnesium en calcium

Dragen bij aan spierontspanning, ideaal na stress of sport.

# Alka<sup>®</sup> Deo



Inhoud: 30 of 75 ml

## Een natuurlijke deo die echt werkt, troepvrij en verzorgend

Alka<sup>®</sup> Deo werkt effectief dankzij de basische pH-waarde van 8,2. Het neutraliseert zure geuren van bacteriën onder je oksels voor langdurige frisheid.

Anders dan reguliere deo's werkt de natuurlijke formule in harmonie met je lichaam, zonder de huid te verstikken.

De deo is geschikt voor alle huidtypen, inclusief de gevoelige huid. Dat komt door de milde en verzorgende ingrediënten. Verder is het vrij van mogelijk schadelijke stoffen zoals aluminium, parabenen, microplastics en drijfgassen. Niet getest op dieren.

- ✓ **Natuurlijke geurneutralisatie door basische pH-waarde 8,2**
- ✓ **Op basis van natuurlijke ingrediënten**
- ✓ **Met toegevoegde verzorging van de boters en oliën uit Alka<sup>®</sup> Crème**
- ✓ **Aluminium- en parabenenvrij**
- ✓ **Vegan**
- ✓ **Uniseks**
- ✓ **Zuinig in gebruik**

# Alka<sup>®</sup> Shampoo



Inhoud: 200 ml

## Basische mineralen voor sterk haar - van wortel tot punt

Onze haarwortels bevatten van nature basische mineralen, essentieel voor gezonde haargroei. Factoren zoals stress, verzuring, stylingsproducten kunnen deze mineralen aantasten. Dit kan leiden tot een gevoelige hoofdhuid, haaruitval, dof haar en vroegtijdige vergrijzing.

Alka<sup>®</sup> Shampoo is verrijkt met **belangrijke basische mineralen die de hoofdhuid voeden en haarwortels ondersteunen**. De 100% natuurlijke en hypoallergene formule reinigt diep, verzorgt intensief en brengt de hoofdhuid in balans. **Het resultaat: sterker, glanzend en gezond haar - van wortel tot punt.**

- ✓ **100% natuurlijk**
- ✓ **Hypoallergeen**
- ✓ **Verrijkt met zink, magnesium, koper en biologische jojoba-olie**
- ✓ **Geschikt voor dagelijks gebruik**
- ✓ **Voor alle huidtypes, zelfs de meest gevoelige**
- ✓ **Grondig reinigend zonder uit te drogen**
- ✓ **Zorgt voor soepel en makkelijk doorkambaar haar**



# Basische Voedingstips

Zure voeding veroorzaakt zure afvalstoffen in het lichaam. Met de jaren wordt het lastiger om die stoffen kwijt te raken. Zo kunnen allerlei problemen ontstaan. Door je dieet aan te passen verminder je de opbouw van zure afvalstoffen in het lichaam. Minder zuur, meer basisch. Ontdek hieronder 5 eenvoudige tips!

**Let op:** Als je geen basische supplementen gebruikt zou je 80% basisch moeten eten. Het probleem is alleen dat je dan voedingsstoffen tekortkomt. Het is noodzakelijk om ook verzurende voedingsmiddelen te eten, zoals vetten en eiwitten. Gebruik je wel basische supplementen, dan volstaat het om 60% basische voedingsmiddelen te eten. Zo krijg je alle benodigde voedingsstoffen binnen.

## Tip 1: Beperk vruchtensappen en frisdrank

Frisdranken en vruchtensappen zijn sterk verzurend. Zelfs die zonder suiker en met kunstmatige zoetstoffen. Ook koolzuur is belastend, omdat het lichaam bij elke slok, het koolzuur op de juiste manier moet afvoeren. Wil je graag vruchtensap drinken? Kies dan voor vers en geniet met mate.

## Tip 2: Vul je bord met groenten

Laat groenten de hoofdrol spelen. Liefst bij alle maaltijden. Groenten zitten boordevol vitamines en basische mineralen. Stoom ze beetgaar voor het behoud van voedingsstoffen en vermijd de magnetron. Eet je graag brood? Voeg dan wat avocado of komkommer en tomaat toe. Zo maak je de broodmaaltijd, eenvoudig een tikje basischer.

## Tip 3: Matig met fruit

Fruit bevat veel gezonde voedingsstoffen zoals vitamines, mineralen en vezels. Echter, het bevat ook fructose en die creëren zure afvalstoffen in het lichaam. Het is gezond om de richtlijnen te volgen en 2 stuks fruit per dag te eten.

## Tip 4: Minimaliseer suikers

Suikers zijn sterk verzurend. Met name geraffineerde witte suikers. Wanneer je er veel van neemt, vergroot je de kans op chronische verzuring. Wil je graag zoet? Vervang dan de witte suiker door een klein beetje ongeraffineerde rietsuiker, kokosbloesemsuiker of het plantaardige Stevia.

## Tip 5: Matig met vlees en vis

Vlees bevat veel purine. En dan met name rood vlees. Purine is een stof waaruit urinezuren vrijkomen, die klachten kunnen veroorzaken. Ook vis bevat relatief veel purine en heeft een verzurende werking. Toch bevat vis ook veel goede essentiële vetzuren, die onmisbaar zijn. Wil je de opstapeling van zure afvalstoffen door vis of vlees voorkomen? Geniet dan met mate! Combineer vlees of vis altijd met een grote portie groenten en basisch water of basische thee.

## BASISCH

<b>Groente / Grassen</b>	IJsbergsla	Rucola	Witte kool	Bes, rood / zwart	Limoen	Hennepzaad	Himalayazout
Aardappel	Kamutgras	Savooiekool	Wortelen	Bosbes	Mandarijn	Lijnzaad	Munt
Aardappel, zoete	Kelp	Selderij	Zeewier	Cantaloupe	Mango	Karwijzaad	Oregano
Alfalfa	Kiemen	Sjalotten	Peulvruchten	Citroen	Papaya	Komijnzaad	Tijm
Andijvie, verse	Knoflook	Sla	Sojabonen, verse	Cranberry	Pruimen	Quinoazaad	Zeezout
Artisjokken	Koolraap	Sperziebonen	Sojalecithine, pure	Dadel	Watermeloen	Sesamzaad	<b>Dranken</b>
Aubergine	Koolrabi	Spinazie	Sojameel	Druif	<b>Gedroogd fruit</b>	Speltzaad	Kraanwater
Bieslook	Komkommer	Spirulina	Sojascheuten	Framboos	Appel	Venkelzaad	Kruidenthee
Bloemkool	Kropsla	Spruiten	Tofu	Granaatappel	Cranberry	<b>Onberwerkte granen</b>	Mineraalwater zonder
Boerenkool	Mierikswortel	Tarwegras	<b>Fruit</b>	Grapefruit	Dadels	Boekweit	koolzuur
Broccoli	Paprika	Taugé	Aalbessen	Guave	Pruimen	<b>Kruiden &amp; smaakmakers</b>	
Courgette	Pompoen	Tomaat	Aardbei	Honingmeloen	Rozijnen	Basillicum	
Franse snijbonen	Prei	Ui	Abrikoos	Kaki	Vijgen	Cayennepeper	
Gerstegras	Rapen	Veldsla	Ananas	Kers	<b>Zaden</b>	Citroengras	
Graswortel	Radijs r/w/z	Venkel	Appel	Kiwi	Chiazaad	Citroenmelisse	
Groene kool	Rode biet	Waterkers	Avocado	Kokos, verse	Fenegriekzaad	Curcuma	
Heermoes	Rode kool	Witlof	Bes, blauwe	Kruisbes	Hazelnoot	Gember, vers	

## LICHT BASISCH

<b>Groente / Grassen</b>	<b>Noten</b>	<b>Azijn, kruiden &amp; smaakmakers</b>	Knoflook	Verse wei	Olijfolie, extra- vierge	<b>Zoetstoffen</b>	<b>Dranken</b>
Agar agar	Paranoten		Wijnazijn	<b>Oliën en vetten</b>	Sesamololie	Kokosbloesem suiker	Rooibosthee
Asperge	Kastanjes		Zilveruitjes	Avocado-olie	Visolie	Koudgeslingerde	Thee, wit en groen
Champignons	<b>Onberwerkte granen</b>		<b>Zuivel</b>	Kokosolie	Vlaszaadolie	honing	
	Quinoa		Moedermelk	Lijnzaadolie		Stevia	

## LICHT VERZUREND

<b>Groente / Grassen</b>	Kikkererwten	<b>Onbewerkte granen &amp; rijst</b>	zonder gist	<b>Zuivel, vetten &amp; eieren</b>	Kwark	<b>Dranken</b>	Wijn, rood
Rabarber	Limabonen		Volkorenbrood, tarwe	Boter	Melk	Amandelmelk,	
<b>Peulvruchten</b>	Linzen		zonder gist	Cottage cheese	Room	ongezoet	
Bruine bonen	Witte bonen		Zuurdesembrood,	Eiwit	Yoghurt	Mineraalwater met	
Erwten	<b>Zaden</b>	<b>Brood &amp; graanproducten</b>	tarwe	Ghee boter	<b>Oliën &amp; vetten</b>	koolzuur	
Hummus	Pijnboompitten			Karnemelk	Walnootolie	Rijstmelk, ongezoet	
Kidneybonen						Sojamelk, ongezoet	

## VERZUREND

<b>Vlees, gevogelte &amp; vis</b>	Makreel	Macadamia	Rijst, wit	<b>Zuivel, vetten &amp; eieren</b>	<b>Sauzen &amp; smaakmakers</b>	zoetstoffen	<b>Dranken</b>
Oesters	Oesters	Pecannoten	Rogge	Chocolademelk	Curry	Melksuiker	Bier
Baars	Orgaanvlees	Pinda's	Spelt	Eigeel	Ketchup	Melasse	Cola (ook light en zero)
Bot	Pangafilet	Pistachenoten	Tarwe	Halvarine	Mayonaise	Suiker	Energie drankjes
Dorade	Poon	Pompoenpitten	<b>Brood &amp; graanproducten</b>	Harde kaas	Melasse	<b>Diversen</b>	Frisdranken
Forel	Rivierkreeft	Walnoten	Bruinbrood met gist	Kaas (smeltkaas)	Mosterd	Bewerkte voedings-	Koffie
Haring	Rundvlees	Zonnebloempitten	Griesmeel	Pudding / toetjes	<b>Zoetstoffen</b>	middelen	Likeur
Kabeljauw	Sliptong	<b>Onbewerkte granen &amp; rijst</b>	Pasta	Strooikaas	Bietsuiker	Chips	Sterke drank
Kalfsvlees	Tilapia		Roggebrood	Yoghurt, gezoet	Bruinerijststroop	Chocolade	Thee, zwart
Karper	Varkensvlees	Amarant	Speltbrood	Yoghurt drank	Fructose	Kant en klaar	Vruchtensap, gezoet
Kip	Vleeswaren	Bulgur	Tarwebrood	<b>Oliën &amp; vetten</b>	Gedroogd suikerriet	producten	Wijn, rosé
Koolvis	Zalm	Gerst	Volkoren brood	Geharde vetten	Honing	Koekjes	Wijn, wit
Kreeft	<b>Noten</b>	Gierst	met gist	Maisolie		Pizza	
Lamsvlees	Amandelen	Haver	Wit brood	Vloeibare boters		Snoep	
Lever	Cashewnoten	Maïs		Zonnebloemolie			

# Alka<sup>®</sup> Specialist

## Professioneel & persoonlijk advies

Heb je vragen over één van de Alka<sup>®</sup> producten?  
Ontvang je graag persoonlijk advies voor jouw gezondheid?

Onze Alka<sup>®</sup> Specialisten zijn telefonisch bereikbaar op:

NL: 040 30 400 17

BE: 03 808 15 98



## Leuk als je ons wilt volgen!

[Instagram.com/alka.nl](https://www.instagram.com/alka.nl)

[Facebook.com/AlkaVitaae](https://www.facebook.com/AlkaVitaae)

Mis niets en meld je aan voor  
de digitale nieuwsbrief:

[www.alka.nl/nieuwsbrief](http://www.alka.nl/nieuwsbrief)

[www.alka.be/nl/nieuwsbrief](http://www.alka.be/nl/nieuwsbrief)

# Alka<sup>®</sup>

Zuur-base specialist voor iedereen

**AlkaVita<sup>®</sup> International B.V.**

Esp 246, 5633 AC Eindhoven  
Nederland

[www.alka.nl](http://www.alka.nl) | [www.alka.be](http://www.alka.be)