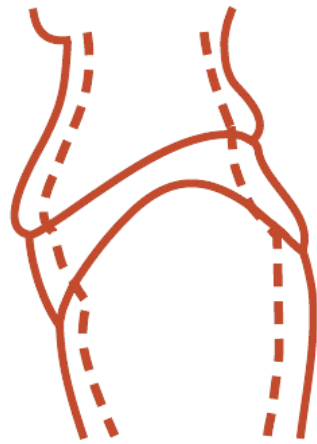


Media Articles

30
days™



Media Articles

LOSE
1-2 SIZES
IN 30 DAYS

2 blader i ett
Gratis

Nr. 14
15. - 19. feb. 2008, uke 7
Pris kr. 35,-

WEEKEND

Ny skandale



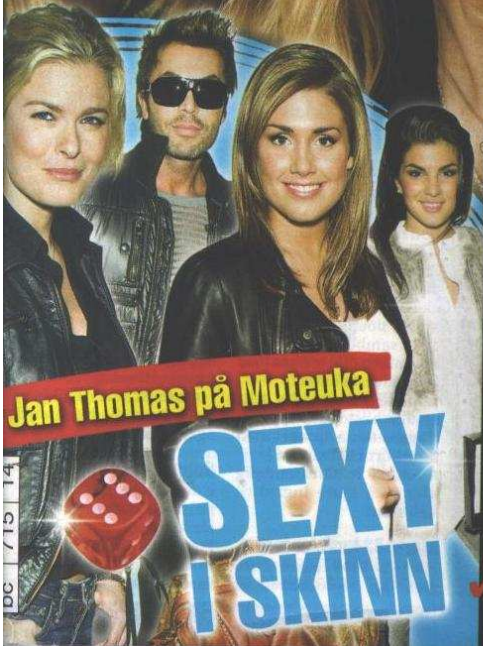
Catharina til sykehus

SLÅTT NED ETTER FARMEN-FEST



Venninnen tapte kampen mot kreften

MIAS GRIPENDE FARVEL

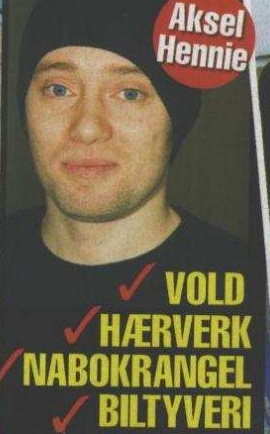


Jan Thomas på Moteuka

SEXY I SKINN

Filmstjernens dramatiske fortid

Aksel Hennie



✓ VOLD
✓ HÆRVERK
✓ NABOKRANGEL
✓ BILTYVERI



Nå!

Før

Nytt liv med ny kropp

Brit Elisabeth Haagensli:

SLIK BLE JEG KVITT FETTET

**Brit Elisabeth Haagensli
avslører hemmeligheten:**



Før

NOVEMBER 2007:
Brit Elisabeth har alltid vært aktiv og trent mye. Men hun var likevel ikke fornøyd med sin egen vekt.

PRIVAT



Nå

SLIK FJERNET JEG FETTET

Brit Elisabeth kuttet ut ost, poteter og sukker, og tok et kosttilskudd. Nå – to måneder senere – passer de gamle klærne igjen.

► PÅ TV: Brit Elisabeth Haagensli er kjent også fra «Hotel Cæsar» på TV 2. Her med kollega Lasse Lindtner.



**Minus 5 kilo
– på to måneder**

NY GARDEROBE: Brit Elisabeth Haagensli gleder seg over at klærne hun hadde hengt fra seg innerst i skapet, passer igjen.

Fornøyd forsøkskanin! Skuespiller Brit Elisabeth Haagensli er et eneste stort smil om dagen. I to måneder har hun prøvd ut et nytt norsk kosttilskudd, og resultatet er oppsiktsvekkende.

– Ikke lenge etter at jeg startet med kosttilskuddet, prøvde jeg klær som hang innerst i klesskapet. Det var en veldig ålreit følelse å kjenne at de passet igjen, sier Brit Elisabeth.

Målinger viser at omkretsen rundt hoftene hennes er redusert fra 103,8 til 95,5 cm, og at midjemålet er redusert fra 103,8 til 98 cm. Det tilsvarer nesten tre størrelser.

– Jeg har levd av kroppen min hele livet, og er avhengig av å være i god fysisk form. Men det er irriterende å bære med seg for mange kilo, uansett hvor mye jeg trener.

Før skuespilleren i 50-årene startet med det nye kosttilskuddet, følte hun seg også utilpass på grunn av smerter i mageregionen. Hun fryktet magekatarr, og at det skyldtes stress.

– Alt dette er historie, sier skuespilleren, som mer enn gjerne snakker om den positive virkningen kuren «30 days» har hatt på henne.

Lever som vanlig

– Jeg sammenligner meg selv med en som har kjørt rundt i en gammel bil, for så å bytte den inn i en nyere modell. Nå føler jeg mye mer «på plass», sier Brit Elisabeth.

Hun er ingen systemtiker med interesse for slankekurer som går ut på å veie mat og telle kalorier.

Skuespilleren føler selv at hun har levd som vanlig, og at denne slankekuren ikke har kostet henne noe spesielt.

– Jeg har riktignok kuttet ut ost, poteter og sukker. Dessuten bruker jeg minst mulig melkeprodukter. Men ellers lever jeg akkurat som før, sier Brit Elisabeth, som mener det uni-

ke med dette produktet er at det gir en «flying start».

– Man får umiddelbar respons og dermed blod på tann, sier hun.

Bakterier

Kosttilskuddet «30 days» er utviklet av Audrey Wong Morten-

MINDRE MAGEMÅL BLA OM!

JANUAR 2008: Brit Elisabeth er blitt fem kilo lettere på to måneder, og kiloene har først og fremst forsvunnet fra hofte og midje.



Litt mindre Brit – bit for bit

sen (50) fra Tønsberg, og selges gjennom firmaet Med-Eq, som ledes av hennes mann Nils Mortensen (67).

I disse dager vil produktet være å finne i helsekostbutikker.

Audrey fikk ideen etter å ha lest om forskere som fant ut at overvektige mennesker og mus hadde langt flere «firmicutes»-bakterier i kroppen enn slanke.

– Filosofien min er at folk må kvitte seg med noen av disse bakteriene for å gå ned i vekt. Løsningen var å bruke allerede godkjente urter som var tilgjengelig gjennom helsekostforretninger og kombinere disse med en dose Gluco Polysakkarider,

sier Audrey, som har en bachelorgrad i ernæring fra USA.

Firmaet Med-Eq gjennomførte en studie der 28 av 30 personer som var med på forsøket gikk ned i gjennomsnitt to klesstørrelser på 30 dager.

TEKST:
SVEND AAGE MADSEN
FOTO: MORTEN EIK

► **MINDRE OMKRETS:** Audrey Wong Mortensen og ektemannen Nils Mortensen er fornøyd med målene til Brit Elisabeth Haagensli etter at hun har brukt kosttilskuddet «30 days» i to måneder.



Before/After

A New Life with a New Body

Brit Elisabeth Haagensli:
This is how got rid of the fat.

Brit Elisabeth Haagensli reveals her secret:

November 2007: Although Brit Elisabeth has always been active and worked out on a regular basis, she was not happy with her own weight.

This is how I lost the excess weight

Brit Elisabeth stopped eating cheese, potatoes and sugar and started taking a food supplement. Only two months later her old wardrobe fit her again.

Lost 5 kilos in only two months.

On TV: Brit Elisabeth Haagensli is also known from her role in the Norwegian soap "Hotel Caesar" on TV2. Brit Elisabeth to the left and her colleague Lasse Lindtner to the right.

A new wardrobe: Brit Elisabeth Haagensli is thrilled that the clothes tucked at the back of her wardrobe fit her again.

Pleased "guinea pig"! Actress Brit Elisabeth Haagensli is really happy these days. During the last two months she has been testing a new Norwegian food supplement with sensational results.

- Not long after I started taking the food supplement. I tried on some old clothes which were hanging at the back of my closet. It felt really nice to see that they fitted me again, Brit Elisabeth says.

Measurements show that the circumference around her hips has been reduced from 103,8 cm to 95,5 cm and that her waistline has been reduced from 103,8 cm to 98 cm, something that corresponds to almost three sizes.

- My body has been my livelihood all my life and has to be in good shape, but it is annoying to keep on carrying around excess weight no matter how much I work out.

Before the fifty-something actress started taking the new food supplement she felt unwell because of abdominal pains. She feared that it was stomach inflammation and that it was caused by stress.

- This is ancient history, the actress says. She is more than happy to talk about the positive effect the "30days" cure has had on her.

Living as usual

- I compare myself to someone who has been driving around in an old car and then traded it in for a newer model. I feel more "at home", Brit Elisabeth says.

She is no systematist with interest for diets where one should weigh food and count calories.

The actress feels that she has lived on as usual and that she did not have to sacrifice much to follow this diet.

- I have stopped eating cheese, potatoes and sugar. In addition I have cut back on dairy products. But otherwise my life is just the way it has always been, Brit Elisabeth says. In her opinion, the unique thing about this product is that it gives you a “flying start”.

- The response is immediate and that gives you an extra boost, she says.

January 2008: Brit Elisabeth has lost five kilos in two months, most of them around her hips and waist.

A little less Brit –bit by bit

Bacteria

The food supplement “30days” is developed by Audrey Wong Mortensen (50) from Tønsberg and is distributed by Med-Eq AS, a company led by her husband Nils Mortensen (67). The product may now be found in health food stores.

Audrey got the idea for this product after reading about the scientists who had discovered that overweight people and mice had far more Firmicutes bacteria in the body than slimmer people.

- My philosophy is that people have to get rid of some of these bacteria in order to lose weight. The solution was to use herbs available in health food stores and combine them with a dose of Gluco Polysaccharides, Audrey says. She has a Bachelor’s Degree in Nutrition from the USA.

The company distributing the food supplement, Med-Eq AS, carried out a study where 28 of 30 test subjects lost an average of two sizes in 30days.

Reduced waistline: Audrey Wong Mortensen and her husband Nils Mortensen are pleased with Brit Elisabeth Haagensenli’s measurements after she has used the “30days” food supplement for two months.

Ute og hjemme

Mest for pengene!

Kun **19,-**



Unik historie:
**SONJAS
UKJENTE
FORTID**

**BORT med
magefettet:**

SLANK i siste liten!

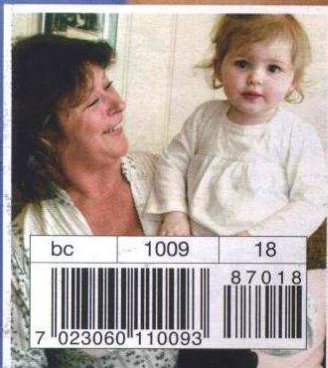
✓ Nytt kosttilskudd ✓ Enkle bytt-ut-tips

Prey noe
nytt på

GRILLEN



KOS
DEG MED
Ute og
hjemme



Datteren Marianne
forsvant for 27 år siden

Barnebarnet ER MIN GLEDE

Jørgen er 107 år:
**MØT NORGES
ELDSTE KOMIKER**

**La det blomstre
på balkongen!**

Leser forteller: **KRISEN
BLE TIL EN NY START**



bc 1009 18

87018

7 023060 110093

Hurra, jeg har midje

Elin Thorstensen er blitt 10 centimeter smalere rundt livet. I år blir det en fest å fornye sommergarderoben!

TEKST: SIW CH. TEIGLAND FOTO: WERNER JUVIK

Bytt ut!	
Nei	Ja
Høy GI	Lav GI
Hvit ris	Brun ris
Poteter	Yamrot
Sukker	Fruktose eller Splenda (søtstoff av sukralose)
Kumelk	Rismelk eller soyamelk
Hvetemel	Bygg, rug og havre

Kilde: Audrey Wong Mortensen, ernæringsfysiolog



EN SMAL SAK: – Det er fantastisk deilig å bli kvitt magefettet, sier Elin Thorstensen som har gått ned 10 centimeter rundt livet ved hjelp av kosttilskudd og omlegging av kostholdet.

Elin Thorstensen (48) fra Tønsberg lever som de fleste andre kvinner på hennes alder. Hun spiser sunt, går turer og er aktiv. Likevel har kiloene sakte, men sikkert, sneket seg på og lagt seg der hun absolutt ikke ville ha dem – på magen og hoftene.

– Jeg har forsøkt å slanke meg med forskjellige dietter. Jeg kuttet ut sukker og fett. Resultatet ble mindre rumpe, og den er liten nok som den er. Fettet på overkroppen ble alltid igjen, av en eller annen merkelig grunn, forteller Elin.

Nysgjerrigheten ble vekket da hun så en annonse der et firma søkte etter «forsøkskaniner» for å teste ut et kosttilskudd som skal redusere buk fett. Fett rundt magen er også farlig fordi det øker risikoen for hjerte- og karsykdommer og diabetes.

Elin tenkte at hun ikke hadde noe å tape – unntatt fett.

Dermed var hun en av 28 personer som prøvde ut kosttilskuddet 30 Days. De lover at du på 30 dager kan gå ned en til to klesstørrelser, målt i tomme. En tomme tilsvarer 2,54 centimeter.

Rask endring

Elin brukte kosttilskuddet i to måneder sammenhengende før hun tok en måneds pause. Nå er hun i gang med en ny runde med kosttilskuddet.

– Allerede etter to uker merket jeg at fett forsvant. Først «polsene» bak på ryggen under bh-stroppen, så nedover sidene og der midjen har vært. Til slutt begynte magefettet å forsvinne, det trakk seg liksom sammen på magen, forteller hun og stryker hendene langs livet.

Resultatet så langt er at Elin er seks kilo

lettere, fire tommestørrelser mindre og ti centimeter smalere.

– Filosofien bak produktet er at fedme er en betennelse i kroppen forårsaket av bakterier, sier markedssjef Nils Mortensen i Med-Eq.

Det er kona hans, Audrey Wong Mortensen, som har utviklet kosttilskuddet. Hun er ernæringsfysiolog, utdannet i USA.

Sjekk at brødet du kjøper ikke inneholder hvetemel.

Audrey Wong Mortensen

Hovedproblemet skal være at overvektige mennesker har en del tarmbakterier, såkalte firmicutes, som gjør dem fete. Det er gjort flere studier på mus som viser at dyrene med firmicutesbakterier i tarmen ble overvektige, i motsetning til dem som ikke hadde bakteriene. 30 Days inneholder urter som skal bekjempe disse bakteriene.

– Ved lavkaloridietter, som fører til jo-jo-slanking, taper man mye av muskelmassen i stedet for fett, sier Mortensen.

Det innebærer at kvinner går ned i ansiktet, på hofter, rumpe, lår og bryster, heller enn rundt midjen.

Forsøkspersonene til Med-Eq skal følges opp i totalt 12 måneder. De veies og måles jevnlig, Body Mass Index, fettprosent og muskelmasse sjekkes.

– Studien har så langt vist at muskelmassen er stabil mens fettprosenten synker, sier Mortensen.

Kosttilskuddet består av to hovedprodukter:

Slank med kosttilskudd

Elin kvitter seg med magesfettet

igjen!

en urteblending som bekjemper bakteriene, og betaglukaner som motvirker betennelser i kroppen og styrker immunforsvaret.

Tarmene er også viet stor plass i fedme-problemet.

– Slanking medfører ekstra avfallsstoffer, sier Audrey Wong Mortensen, som har utviklet kosttilskuddet.

Derfor skal man i tillegg til kosttilskuddet ta produktet Oxy Tarm for å rense tarmen, nyrene og leveren for avfallsstoffer og for å unngå forstoppelse.

Bytt til lav GI

Audry Wong Mortensen anbefaler også å bytte ut enkelte matvarer med alternative, i tråd med teorien om lav glykemisk indeks.

– Unngå matvarer som poteter, ris, hvitemel og melk. Denne maten hindrer en god fordøyelse. Og gå turer, det hjelper på fordøyelsen, sier hun.

Kosttilskuddet skal brukes i maks fem måneder av gangen før man tar en måneds pause. For langvarig effekt må man også legge om kostholdet og tankemønsteret for å holde seg slank.

Elin syntes det var uvant ikke å spise poteter. Men hun har lagt om kostholdet i tillegg til å ta kosttilskuddet og tarmrensingen. Resultatet er minus seks kilo, som kanskje ikke er så imponerende i seg selv. Det spesielle er at kiloene rundt magen er betydelig redusert.

– Det er jo gøy å merke at fettene forsvinner så fort fra problemområdene! Og jeg føler at jeg har mer overskudd nå som mange av de ekstra kiloene er borte. Jeg har litt igjen foran på magen, men det skal vekk, sier Elin, som gleder seg til å bruke sommerkjoler med innsvingt liv igjen.



KJØPT I VINTER: – Uff, denne buksa skal jeg ikke bruke mer, sier Elin, som har krympet 10 centimeter rundt livet, 8 rundt magen og fem over hoftene. Hun har gått ned fire størrelser målt i tommer.

Get rid of belly fat: SLIM in the nick of time!

**A new food supplement
Simple tips on alternatives to everyday foodstuffs**

**Hurray,
I have regained my waistline!**

**Got slim by using a food supplement
Elin got rid of the belly fat**

Switch!

No

High GI

White rice

Potatoes

Sugar

Cow's milk

Wheat flour

Yes

Low GI

Brown rice

Yams

Fructose or Splenda

(Sweeteners made from Sucralose)

Rice milk or Soymilk

Barley, Rye or Oat

Source: Audrey Wong Mortensen, Nutritionist

Easy peasy: - It is wonderful to get rid of the belly fat, Elin Thorstensen says. She has lost 10 cm around her waist by using a food supplement and changing her diet.

Elin Thorstensen has lost 10 cm around the waist. This year is going to be a treat for her to renew the summer wardrobe!

Elin Thorstensen (48) from Tønsberg, a city situated just south of the Norwegian capital Oslo, leads a quite normal life compared with most women her age. Although she has a healthy diet, exercises and leads an active life, excess kilos have slowly but surely snuck up on her and settled where she least wanted them– on the hips and around the waistline.

- I have tried to lose weight by going on different diets and by cutting down on sugar and fat. My efforts only resulted in a smaller behind and I think that mine is small enough as it is. For some strange reason, the fat on the upper body was never affected, Elin says.

Her sense of curiosity was aroused when she saw an advertisement in the local newspaper where a company searched for “guinea pigs” to test a food supplement designed to reduce the belly fat. The fat on the stomach is dangerous since it increases the risk of developing cardiovascular diseases and diabetes.

Elin remember thinking that she did not have anything to lose by testing this product – except fat, of course.

She became a part of a group of 28 persons testing the food supplement 30Days. They promise that you will lose one to two sizes in 30 days measured in inches (one inch equals 2,54 cm).

In a blink of an eye

Elin used the food supplement for two consecutive months before she stopped taking it for one month. She has just started on a new round with the food supplement.

- After two weeks I noticed that the fat was disappearing. The “love handles” on my back were the first to go followed by the fat on the sides and around the waist. Then the fat on the stomach started to disappear, the belly sort of “contracted”, she says and runs her hands along her waist.

The results thus far is that Elin is six kilos lighter, four inch-sizes smaller and ten cm slimmer.

- The philosophy behind this product is that excess weight is an inflammation in the body caused by bacteria, Marketing Manager of Med-Eq Nils Mortensen, says. His wife Audrey Wong Mortensen, who studied nutrition in USA, developed the food supplement.

“Make sure that the bread you buy in the store does not contain flour made from wheat”

Audrey Wong Mortensen

The main problem is said to be that overweight people have a lot of so-called Firmicutes, a type of intestinal bacteria, in their intestines and that makes them fat. Several studies performed on mice show that animals with a high content of Firmicutes in their intestines became overweight while the animals with no or low content of the bacteria remained slim. 30Days contains herbs that are said to fight these bacteria.

- When doing low-calorie diets, which often lead to yoyo dieting, one loses a lot of the muscular masses instead of the fat, Mortensen says.

This means that women “lose weight” in the face and on their behinds, hips, thighs and breasts rather than around the waist.

Med-Eq’s test subjects will be supervised for a total of 12 months. They are measured and weighed regularly and the body mass index, body fat percentage and muscular mass is checked and recorded.

- At this point, the study shows that the muscular masses are stable while the body fat percentage is decreasing, Mortensen says.

The food supplement consists of two main products: a blend of herbs that fights the bacteria and Betaglucans that prevents inflammations in the body and strengthens the immune system.

The intestines are also given attention when the excess weight problem is discussed.

- Dieting also means an increase in the production of waste products, Audrey Wong Mortensen, the developer of 30Days, says.

That is why one should take the food supplement OxyTarm with 30Days. OxyTarm cleanses the colon, kidneys and liver and rids them of waste products. This product also prevents constipation.

Switch to low GI

Audrey Wong Mortensen recommends switching certain foodstuffs with alternative products to keep the glycemic index at a low level.

- Avoid food like potatoes, rice, wheat flour and milk as these foods obstruct a good digestion. Walking also promotes the digestion, she says.

The food supplement should only be used for five consecutive months before taking a break for about a month. For a lasting result one has to also change one's diet in addition to taking the food supplement and changing how one thinks.

For Elin it was quite unusual not eating potatoes, but she did change her diet and in addition to taking the food supplement and the colon cleanser.

The result is a loss of six kilos, which may not be that impressive itself. One special thing is that the kilos around the belly is significantly reduced.

- I must admit that it is fun to notice that the fat disappears that quickly from the difficult areas! I also feel that I gain more energy after losing many of the excess kilos. I still have some fat left at my tummy, but soon that will be gone too, Elin says. She is really looking forward to wearing summer dresses with tight-fitting waistline again.

BOUGHT DURING THE WINTER: I am definitely not going to wear these trousers again, Elin says. She has lost 10 cm around the waist, 8 around the stomach and 5 around the hips, something that equals 4 sizes measured in inches.



G A I A
Medeq Gaiapharma