



TA RÉINITIALISATION DU BIEN-ÊTRE

2025
GUIDE DE
RÉINITIALISATION
DU BIEN-ÊTRE



LIS NOTRE
GUIDE EN :

QR
NEDERLANDS

QR
ENGLISH

QR
DEUTSCH

QR
ITALIANO

QR
PORTUGUES

QR
ESPAÑOL

CONTENTS

DE VRAIES PERSONNES, DE VRAIS RÉSULTATS

Rencontre deux gagnants de Kickstart 90 qui ont obtenu des résultats incroyables

73

SYSTÈMES CLINIQUEMENT ÉTUDIÉS ET VALIDÉS

Découvre la science qui se cache derrière nos systèmes de perte de poids cliniquement prouvés.

75

RENCONTRE TES HÉROS ISAGENIX

Fais connaissance avec les produits essentiels qui te soutiendront dans ton parcours.

76

JOURS DE SHAKE

Apprends à maîtriser les Shake Days pour obtenir des résultats maximums et réussir sans effort.

78

TROISIÈME REPAS 101

Conseils pour créer un repas équilibré et satisfaisant.

80

JOURS DE NETTOYAGE

Tout ce que tu dois savoir pour optimiser tes journées de nettoyage.

82

ISAGENIX

ISAGENIX

JOURS DE NETTOYAGE, À TA FAÇON

Trouve une approche des journées de nettoyage qui correspond à ton mode de vie.

84

LE BIEN-ÊTRE À LA HAUTEUR

Découvre d'autres produits pour améliorer ta routine de bien-être.

86

RECOMMANDER UN AMI

Gagne des récompenses en partageant ton succès avec d'autres personnes.

90

ISABODY CHALLENGE 90 KICK-START

Rejoins le défi de transformation ultime & atteins tes objectifs.

92



1ST PRIX GAGNANT

"J'ai essayé beaucoup de choses mais je n'ai jamais vu de résultats comme ça avant!"

PIETER STEVENS

Perte de poids totale: 15kg

2ND PRIX GAGNANT

"Je n'ai pas l'impression d'être au régime! Je me sens tout de suite inscrit au prochain défi."

ANYA GELLIER

Perte de poids totale: 14kg



KICKSTART 90 DE VRAIES PERSONNES, RÉSULTATS

LORSQUE TU DONNES LA PRIORITÉ À UNE BONNE ALIMENTATION ET À DES HABITUDES SAINES, LES RÉSULTATS PARLENT D'EUX-MÊMES. Rejoins les centaines de milliers de personnes dans le monde qui ont vécu des transformations incroyables.

APPRENDRE PLUS sur notre défi de transformation de 90 jours à la page 92.



ISABODY

73

Réinitialisation pour la perte de poids

Réinitialisation pour la confiance en soi

Réinitialisation pour des muscles maigres

Réinitialisation pour la santé

Réinitialisation pour la routine

Réinitialisation pour la nutrition

Réinitialisation pour le soldé

Réinitialisation pour les réinitialisations

TU AS FAIT LE PREMIER PAS VERS LA PRIORISATION D'UN TOI PLUS SAINT PLUS HEUREUX ET NOUS NE POURRONS PAS ÊTRE PLUS FIERS. Au cours de ce voyage, tu découvriras les bienfaits transformateurs des journées frappées et des journées de purification, tu obtiendras de précieux conseils et astuces pour maximiser ton pack, et tu recevras des conseils d'experts de la part de nos scientifiques internes.

Avec les packs de perte de poids Isagenix®, tu ne te contentes pas d'un changement à court terme - tu adoptes un mode de vie aussi agréable à vivre qu'à regarder. Bienvenue dans une communauté qui est là pour t'encourager et célébrer ta réussite. **C'est parti !**

Combien de programmes de perte de poids t'ont donné à la fois des résultats rapides et des bénéfices durables pour la santé ?

Rejoins-nous pour comparer le système Isagenix à d'autres régimes, y compris le régime sain pour le cœur souvent considéré comme l'étalon-or.

ÉTUDIÉ ET VALIDÉ CLINIQUEMENT

PRINCIPALES CONSTATATIONS APRÈS 8 SEMAINES* d'utilisation du système

Isagenix® par rapport à un régime alimentaire saignant pour le cœur:

64% DE Perte de poids EN PLUS

2X FOIS LA Perte de graisse viscérale DE LAISSEILLE (ABDOMINALE)

71% DE Perte de graisse EN PLUS

MEILLEURES AMÉLIORATIONS DES MARQUEURS DE LA SANTÉ CARDIOVASCULAIRE

PRINCIPAUX RÉSULTATS APRÈS 12 SEMAINES* de suivi du système

Isagenix :

20% DE DIMINUTION DE LA MASSE GRASSE

9% D'AUGMENTATION DE LA MASSE MUSCULAIRE

33% AUGMENTATION DE 33 % DU TOTAL DES TOXINES LIBÉRÉES

25% DECREASE IN OXIDATIVE STRESS

AMÉLIORATION SIGNIFICATIVE DES MARQUEURS DE LA SANTÉ CARDIOVASCULAIRE

*La perte de poids ne doit pas être considérée comme synonyme. Une étude a montré une perte de poids moyenne de 1 kilogramme par semaine.

Pour plus d'informations sur cette étude, consulte le site IsagenixHealthLine.

La perte de poids a toujours été au cœur de nos activités, et c'est un objectif important pour beaucoup de nos clients. Cependant, ce qui reste, c'est des nombreux et puissants avantages dont tu voudras respirer avec notre programme. Tu peux aussi espérer un meilleur sommeil, une peau plus claire, une énergie accrue, une concentration plus vive et un bien-être général amélioré. Notre approche est conçue pour t'aider à obtenir une perte de poids significative tout en stimulant ta santé d'innumérables autres façons.



Rencontre Tes Héros

CHOISIS
TON
TIR

E-SHOT®

Pour un regain d'énergie



COLLAGEN ELIXIR

Pour une peau saine et hydratée



NOOTROPIC ELIXIR

Pour une concentration à la demande

CHOISIS
TA
SÉLECTIONNER

ENERGY BITES

Bandes aux pépites de chocolat et au beurre d'arachide avec caféine naturelle ajoutée



ISALEAN® PROTEIN BAR

Saveur de brownie au fudge ou chocolat avec 15,9 g de protéines

HARVEST THINS

Croustillantes protéinées savoureuses et épicées

SNACK BITES

Boules protéinées douces et moelleuses à la cannelle

SNACKS

Compléments pour les journées de jeûne, les collations, Isagenix favorisent le métabolisme et une glycémie saine*

Suppléments de Confiance

Renforce ta routine quotidienne avec Thermo GX pour brûler les graisses et IsMove® pour soutenir en douceur la régularité de la digestion.



Collations Intelligentes

Reste énergique et satisfait avec les collations riches en protéines et en fibres conçues pour freiner les fringales et te donner de l'énergie entre les repas.



Repas Nutritifs

Profite d'un repas parfaitement équilibré avec des protéines, des graisses saines, des glucides, des vitamines et des minéraux, prêt en quelques secondes et seulement 240 calories.



Adaptogènes Équilibrants

Atteint ton corps à gérer le stress grâce aux adaptogènes apaisants contenus dans Ionix® Supreme.

*Les produits Isagenix ne sont pas destinés à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie. Les produits peuvent varier en fonction de la sélection des packs.

Jours de Shake

Les Shake Days offrent un cadre simple pour une alimentation saine et un bolide équilibré.

Remplace deux de tes trois repas quotidiens par nos Isalean® Shake délicieuses et pratiques, parfaites pour nourrir et alimenter ton corps. Prends un repas de ton choix (détails à la page 80) et de nombreuses collations approuvées par Isagenix pour te sentir satisfait et plein d'énergie tout au long de la journée !

LES BIENFAITS EN UN COUP D'OEIL : ISALEAN® SHAKE

- ✓ 24G DE PROTEINES dans chaque shake pour se sentir rassasié plus longtemps et construire des muscles maigres.
- ✓ SEULEMENT 240 CALORIES de pure bonté nutritive
- ✓ 23 VITAMINES ET MINÉRAUX par portion
- ✓ PAS D'ARÔMES, DE COLORANTS OU D'ÉDULCORANTS ARTIFICIELS

TU VEUX PASSER À LA BASE
DE PLANTES ?
NOUS AVONS CE QU'IL TE FAUT !

SAVEURS DISPONIBLES
Chocolat
Vanille
Fraise

SAVEURS DISPONIBLES
Chocolat
Vanille Chai

SAVEURS DISPONIBLES
SANS LAIT
SANS SOJA
SANS GÉLÉINE
SANS GLUTEN

Repas de 400 à 600
calories

Isalean®
Shake
(1 Capsule)

DÉJEUNER

Isalean®
Shake
+
Thermo GX
(1 Capsule)

MILIEU D'APRÈS-MIDI

Isalean®
Thermo GX
(1 Capsule)
+
Collation facultative
approuvée par Isagenix

TARD DANS LA MATINÉE

ROUTINE DE LA JOURNÉE DE SHAKE

LE MATIN

Isalean®
Shake
+
Thermo GX
(1 Capsule)

NOON

Isalean®
Thermo GX
(1 Capsule)
+
Collation facultative
approuvée par Isagenix

SOIRÉE

Isalean®
Thermo GX
(1 Capsule)
+
Collation facultative
approuvée par Isagenix

VOR DEM SCHLAFENGEHEN

Isalean®
Thermo GX
(1 Capsule)
+
Collation facultative
approuvée par Isagenix

Q: J'AI PEUR D'AVOIR ENCORE FAM - QUE
DOIS-JE FAIRE ?

Rebecca Taylor,
BSC ANUTR

A: Il est normal de se sentir nerveux, mais rassure-toi ! Isalean® Shake est conçue pour te garder rassasié. Pleins de protéines et de fibres, c'est tout ce dont tu as besoin pour rester énergique jusqu'au déjeuner. Rappelle-toi que tu n'as pas besoin d'avoir faim pour perdre du poids. Oui, le shake est moins calorique qu'un repas typique, mais il t'est chargé des nutriments dont ton corps a besoin pour te rassasier et alimenter ta journée. Et n'oublie pas... les collations sont permises ! Des collations intelligentes, axées sur les protéines et les fibres tout en gardant les calories sous contrôle, peuvent être un élément clé d'un programme de perte de poids réussi. Assure-toi que ton troisième repas est équilibré (il n'est pas nécessaire de supprimer des groupes d'aliments) et que tu restes hydraté. Tu as réussi !

Demande à la
Nutritionniste



Troisième repas 101

Construis une Assiette

Équilibrée

CHOISIS UNE PROTÉINE MAIGRE

Inclus une protéine maigre comme le poulet, le poisson, les œufs, le bœuf, les lentilles, les haricots ou le tofu pour favoriser la croissance musculaire et te rassasier. Vise à ce que les protéines couvrent un quart de ton assiette.

Reste sur la Bonne Voie

PRÉPARE TES REPAS POUR RÉUSSIR

Planifie et prépare tes repas à l'avance pour éviter le stress des décisions de dernière minute et freiner les tentations de plats à emporter. Une liste de courses hebdomadaire peut te permettre de rester organisé.

SUIS LA ROUTINE DU JOUR DES

MILK-SHAKES

Reste cohérent avec tes repas, les shakes, les suppléments et les collations. Une bonne alimentation est essentielle pour atteindre tes objectifs.

FAIS LE PLEIN DE LÉGUMES

REMPLIS la moitié de ton assiette de légumes verts feuillus (par exemple, chou frisé, épinards) et de légumes riches en fibres (par exemple, brocolis, carottes, oignons). Ajoute des graisses saines pour le cœur comme l'avocat ou l'huile d'olive pour plus de saveur et de nutriments.

N'OUBLIE PAS LES GLUCIDES

Choisis des glucides complexes, comme le riz brun, les patates douces ou les pâtes à grains entiers pour une énergie soutenue. Garde les glucides à environ un quart de ton assiette pour un meilleur suivi.



TOUT SUR LES PROTÉINES

TE LÉCHARGE L'APPLI
ISALIFE

Suis tes objectifs tout en dégustant tes aliments préférés, en allant au restaurant et en partageant tes repas en famille. Reste équilibré et sur la bonne voie tout au long de la semaine, le tout en un seul endroit!

Les protéines jouent un rôle crucial en alimentant notre métabolisme qui contrôle presque tout ce qui se passe dans notre corps. Alors que de nombreux régimes font perdre à la fois de la graisse et des muscles, un apport adéquat en protéines permet de préserver la masse musculaire maigre. Cela permet de mieux équilibrer la perte de graisse et d'optimiser la composition corporelle, en gardant le corps fort et en bonne santé.

CONTROLE DES PORTIONS

Utilise ta paume pour ta portion de protéines (environ 20 à 40 g)

Utilise tes deux poings pour ta portion de légumes (1 tasse)

Utilise ton poing pour ta portion de glucides (1/2 tasse)

Utilise ton pouce pour les graisses ajoutées



DR. PAUL ARCIERO
Directeur scientifique
disalife et auteur à succès
de The PPSE life

LE POUVOIR DES PROTÉINES POUR LA Perte DE POIDS

Les protéines jouent un rôle crucial en alimentant notre métabolisme qui contrôle presque tout ce qui se passe dans notre corps. Alors que de nombreux régimes font perdre à la fois de la graisse et des muscles, un apport adéquat en protéines permet de préserver la masse musculaire maigre. Cela permet de mieux équilibrer la perte de graisse et d'optimiser la composition corporelle, en gardant le corps fort et en bonne santé.

Tu as peut-être entendu parler du « protein pacing » qui, en termes simples, consiste à consommer des protéines de haute qualité, dans les bonnes quantités, aux bons moments de la journée. La Isalife® Shake te permet de répondre facilement à tes besoins en matière de pacing protéique, avec 24 g dans chaque portion.

Cette approche est un outil puissant pour favoriser le bien-être général et constitue un élément clé chez Isalife.

disalife et auteur à succès
de The PPSE life

Journées de nettoyage, à ta façon

Chaque système de perte de poids Isagenix® comprend au moins une journée de nettoyage par semaine, conçue pour nourrir ton corps plutôt que de le restreindre. Avec trois approches différentes des Cleanses Days, il y a une méthode qui te convient :

- ✓ **JOURNÉE DE NETTOYAGE UNIQUE** : jeûne pendant une journée entière avec quatre portions de Nourish for Life®, tes suppléments quotidiens et tes collations. Utilise 10 crédits de collation et le Cleanse Day Tracker pour rester sur la bonne voie et gérer ton apport calorique.
- ✓ **DOUBLE CLEANSE DAY** : Effectue deux journées de nettoyage consécutives, en suivant la même routine qu'une journée de nettoyage simple, répétée deux fois..
- ✓ **NETTOYAGE QUOTIDIEN** : Sauté un jeûne d'une journée entière et profite plutôt d'une plus petite portion de Nourish for Life chaque jour, soit le matin, soit avant de te coucher.

PERSONNALISE — TA — ROUTINE	UN JOUR DE NETTOYAGE							DEUX JOURS DE NETTOYAGE						
	PAR SEMAINE			PAR SEMAINE				PAR SEMAINE			PAR SEMAINE			
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28
	29	30						29	30					

**L'ULTIME ASTUCE
POUR LES JOURNÉES
DE NETTOYAGE...**

ENERGY BITES

À seulement 3 crédits chacune, tu peux en déguster jusqu'à trois par jour.

Packs de CognatiQ®, un extrait de fruit de café breveté, ils sont conçus pour améliorer la vigilance, réduire la fatigue mentale et soutenir les performances cognitives.

Écoute ton corps pour décider ce qui te convient le mieux.



Il est essentiel de boire beaucoup d'eau tout au long de la journée. Une réinitialisation permet d'évacuer les toxines de ton corps. L'eau est le véhicule qui permet de les évacuer.

RESTE HYDRATÉ

Si tu as besoin d'un coup de pouce supplémentaire, du café noir ou une tisane peuvent parfaitement être consommés pendant ta réinitialisation.

GARDE TON ÉNERGIE

Nous te recommandons de marcher, de faire des exercices ou du yoga si tu veux rester actif sans te surmenier.

FAIS DE L'EXERCICE EN DOUCEUR

Le sommeil est toujours essentiel, mais encore plus après un jeûne pour soutenir les processus naturels de ton corps.

DORS TÔT

FAIS TON JEÛNE AVEC UN AMI

Motivez-vous mutuellement !

**SUIVI DES
JOURS DE
NETTOYAGE**



Bien-être, élévation...

ÇA NE SARRÈTE PAS LÀ.

Découvre d'autres produits incroyables pour niveler par le haut ta santé et ton bien-être, quelle que soit ta préoccupation. Ajoute-les à ta routine quotidienne et sens-toi bien à l'intérieur comme à l'extérieur.

Super Mix

Nourris ton corps avec des nutriments de moringa de première qualité, qui soutiennent le bien-être général, la santé digestive et les niveaux d'énergie.

AU PROGRAMME
VOGUE

Greens

Booste ton énergie et ta vitalité avec un puissant mélange de légumes verts conçu pour alimenter ta journée et ajouter plus de légumes nourrissants à ta routine.

Xango Reserve

Profite d'une explosion de mangoustan riche en antioxydants pour soutenir un système immunitaire sain, une peau radieuse et un bien-être général.

Core Moringa Triotic

Soutiens ta santé de tes intestins avec un puissant mélange probiotique pour une digestion et un poids optimal.

PRÉSENTÉ DANS 

Nootropic Elixir

Améliore la concentration, la mémoire et la clarté mentale grâce au pouvoir naturel des adaptogènes et des plantes médicinales.



Briller de l'intérieur

POURQUOI AVONS-NOUS BESOIN DE COLLAGÈNE ?

Le collagène est la protéine la plus abondante de ton corps, il fournit la structure, la force et l'élasticité à ta peau, à tes cheveux, à tes ongles et à tes articulations. Cependant, après 25 ans, la production de collagène diminue naturellement, ce qui entraîne l'apparition de ridules, de rides, de sécheresse et d'autres signes de vieillissement.

SOUTIENS TA BEAUTÉ NATURELLE

Collagen Elixir est ta dose quotidienne de beauté, formulée pour reconstituer le collagène de ton corps et t'aider à retrouver ton éclat. **Packs de peptides de collagène marin et d'ingrédients superfood, ce délicieux supplément facile à boire est la solution parfaite à tout âge pour :**

- ✓ Lisser les ridules et les ridules
- ✓ Renforcer l'hydratation et les ongles
- ✓ Favoriser un teint radieux et l'élasticité de la peau
- ✓ Favoriser un teint radieux et d'apparence saine

PRÉSENTÉ DANS



RÉSULTATS EN SEULEMENT 30 JOURS*

93% D'AMÉLIORATION DE L'HYDRATATION
92% DE PEAU PLUS SAINE
90% DE PEAU PLUS ÉCLATANTE
91% DE TEINT PLUS JEUNE



*Les résultats individuels peuvent varier. Les statistiques sont basées sur une enquête menée auprès de 133 participants qui ont utilisé le sérum Collagen Elixir de façon consécutive pendant au moins 30 jours sans intervention cosmétique ou autres changements connus à leurs produits de soins de la peau habituels. Les participants au sondage comprenaient des Associes Indépendants, qui peuvent toucher une commission pour les ventes de produits Isagenix.

Les résultats décrits sont ceux de clients Isagenix qui ont utilisé Collagen Elixir en même temps que leur routine de soins de la peau et de suppléments recommandés. Dans une étude préliminaire, les participants ont constaté une réduction de 9,5 % de l'apparence des ridules sur 30 jours.

Le saviez-vous ? Tu peux gagner de l'argent en parrainant tes amis !

Ce n'est qu'une question de temps pour que tes amis et ta famille commencent à remarquer tes résultats - et ils se demandent probablement quel est ton secret !

C'est vrai, tu peux être payé pour aimer (et partager) nos produits ! C'est aussi simple que cela. Une fois que tu auras rejoint Isagenix et commencé à utiliser nos produits, partage tes résultats avec ton entourage en recommandant un pack ou un produit et sois récompensé !

- 1 DEVENIR ASSOCIÉ**
Mets ton compte à niveau en te connectant à ton « Verso office » et en cliquant sur le bouton « Devenir associé ». Si tu as acheté le pack Premium ou U Ultimate, tes frais d'adhésion sont gratuits pour la première année et tu es prêt à commencer à gagner de l'argent !

- 2 PARTAGE ET COMMENCE À GAGNER DE L'ARGENT**

Par exemple, tu pourras recommander notre Pack Premium et recevoir

62 £ / 73 € en retour après leur achat.

1 Le Bonus de présentation produit (BPP) indiqué correspond au Pack Premium. Les Associés sont éligibles pour gagner un Bonus de présentation produit (BPP) unique de 20 % chaque fois qu'un nouveau Membre directement parrainé achète chez Isagenix directement au moment où il s'inscrit dans les marchés participants. Le BPP de 20 % exclut les taxes, les rabais applicables, les coupons, les crédits et les frais d'expédition applicables à la commande initiale. Pour plus de détails, voir EUisagenixBusiness.com. Les résultats ne sont pas nombreux. À des fins d'illustration uniquement, les montants décrits ici reflètent les gains disponibles en supposant que toutes les conditions soient remplies et ne constituent pas des projections ou des garanties. Isagenix ne garantit aucun niveau de réussite ni aucun montant de gains. En 2023, les gains moyens de tous les Associés américains disagentix, actifs et inactifs, s'élèvent à 787 \$US devant les dépenses. Voir IsagenixEarnings.com pour plus d'informations.

TU	
AMI #1	AMI #2
PACK PREMIUM BPP* £62 / €73	PACK PREMIUM BPP* £62 / €73
+ BONUS CONSULTANT £37 / €44	
GRAND TOTAL £161 / €190	

BPP = BONUS DE PRÉSENTATION PRODUIT



92

ISABODY
KICKSTART 90

Rejoins le Défi Ultime de Perte de Poids

Une Chance de
GAGNER DES SUPERBES PRIX

DÉCOUVERRE UNE PERSONNE PLUS
SAINE ET PLUS HEUREUSE

REJOINS UNE COMMUNAUTÉ
QUI A LES MÊMES IDÉES
que toi pour te soutenir
et te motiver!

Expérience de
RÉSULTATS QUI
CHANGENT LA VIE

DATES DU DÉFI MONDIAL

1er janvier - 31 mars
Inscription : 18 - 31 décembre

1er avril - 30 juin
Inscription : 18 - 31 mars

1er juillet - 30 septembre
Inscription : 17 - 30 juin

1er octobre - 31 décembre
Inscription : 17 - 30 septembre

CONSEILS ET PLUS

Prix à Gagner

1
4100 € / 5000 €
en espèces
pour un gagnant du 1er prix

2
1650 € / 2000 €
en espèces
pour les deux gagnants
du 2ème prix

3
Format d'emballage
exclusif
pour les cinq gagnants
du 3ème prix

**90 € / 100 € de
bons d'achat**
pour tous ceux qui participent
pour la première fois

PREND UN MOMENT POUR RÉFLÉCHIR À TES OBJECTIFS
Pourquoi sont-ils importants pour toi ? Comment leur réalisation aura-t-elle un impact sur ta vie, ta santé et ton bien-être général ?

JE FAIS CELA PARCE QUE ...

JE VEUX ME SENTIR ...

MES 3 OBJECTIFS SONT ...

Rappelle-toi *ton* POURQUOI

PREND UN MOMENT POUR RÉFLÉCHIR À TES OBJECTIFS
Pourquoi sont-ils importants pour toi ? Comment leur réalisation aura-t-elle un impact sur ta vie, ta santé et ton bien-être général ?

JE FAIS CELA PARCE QUE ...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

