

20

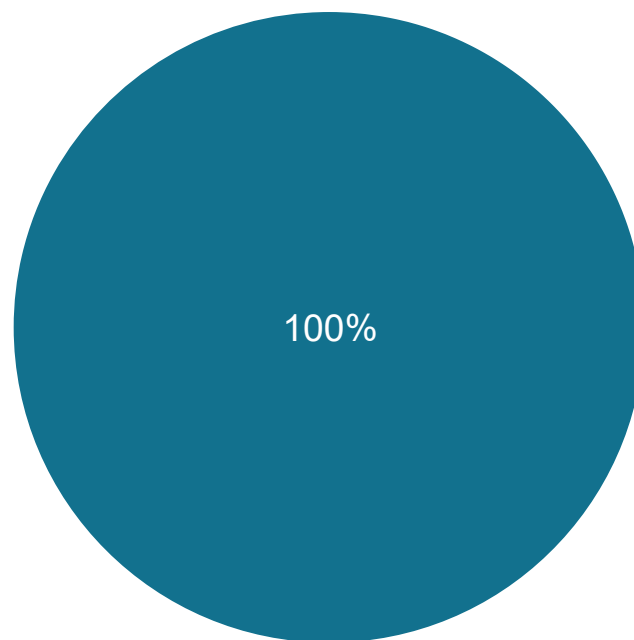


ISPITANIKA



---

1. Osjećate li često (više puta tjedno) da ste pod stresom, da vam nedostaje energije i/ili da imate poteškoća s održavanjem koncentracije?



■ Da.  
■ Ne.

---

2. Kako inače rješavate problem nošenja sa stresom? Molimo ukratko opišite (npr. bavljenjem tjelovježbom, različitim hobijima...).

Nažalost nikako.

Meditacijom, šetnjom u prirodi.

Tjelovježba, šetnja sa psom.

Spavanjem ili treningom.

Igram se sa svojim mačkama, s obitelji i gledam filmove.

Odlazak na trening tri puta tjedno i odlazak na masažu barem dva puta mjesečno.

Bavljenje tjelovježbom (Krav Maga treninzi, hodanje, bicikl).

Hobi - razne rukotvorine.

Yoga, vježbe disanja, šetnja.

Hodanje.

---

Slušanje glazbe, šetnja sa psom.

Šetnja, spavanje, čitanje, slušanje lagane glazbe kao npr. jazz...

Dodacima prehrani.

Provodim vrijeme u prirodi i s dragim ljudima.

Šetnjom sa psom, odmor u smislu posvećivanja sebi (čitanje knjige, tretmani uljepšavanja).

Meditacijom, vježbanjem.

Šetnja u prirodi, slušanje glazbe, ples.

Teško se nosim sa stresom jer radim stresan posao (casino), izlazim na piće s prijateljima, gledam tv, odem u shopping, nekad popijem tabletu za smirenje nažalost.

Sama sjedim i ispijam kavu (u miru), bavim se uzgojem cvijeća i povrća - uređujem vrt, često čistim, razmještam stvari po kući kada sam pod stresom...

Šetnja prirodom, vožnja biciklom.

---

3. Kako inače rješavate problem s manjkom energije i održavanjem koncentracije tijekom dana? Molimo ukratko opišite (npr. pomoću popodnevne kave, energetskih pića...).

Kava i kava.

Ne pijem ništa, puno tekućine (vode), voće i povrće, ništa začinjeno, masno, slatko, prerađeno, sve to umara i gubim energiju.

Popodnevni odmor i unos vitamina B skupine.

Pomoću suplemenata, proteinskih pločica, vode...

Pomoću kave. Jake crne kave, bez šećera.

Popodnevna kava.

Povremeno popijem kavu.

Kava obavezno, ali i popodnevni odmor.

Kava, Coca-cola, kockica čokolade.

Spiralna kava.

Kava, ako stignem odspavam malo.

Jedino kava, eventualno nešto slatko za brzo dizanje energije i to je to. Pijem omegu već duže vrijeme.

Kava, odmor.

Pomoću popodnevne kave ili zelenog čaja.

Kava, čokolada.

Kava, power nap.

Povremeno popijem kavu.

Obožavam kavu, popijem do tri dnevno, izbjegavam energetska pića.

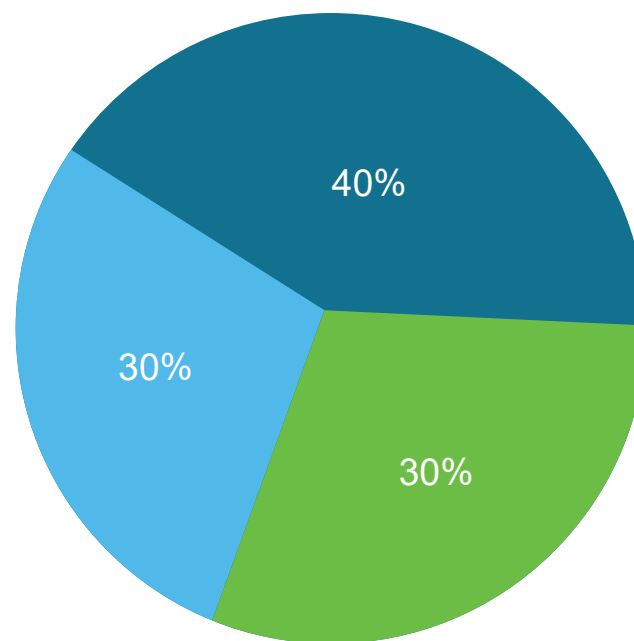
Kava, energetska pića, kapsule guarane.

Pijem puno kave i vode, legnem i zatvorim oči na barem 10 minuta (ako ne zaspim).

Obilnim kavama.

---

#### 4. Jeste li već ranije čuli za Bioandina dodatke prehrani?



- Da, i već sam ih koristila.
- Da, ali ih još nisam koristila.
- Ne.

---

## 5. Koji učinak ste primijetili nakon korištenja Bioandina B-Dynamic kapsula? Molimo ukratko opišite.

Osjećam se bolje, odmornije.

Više snage.

Puno više energije.

Više energije i koncentracije tijekom dana.

Više energije, smirenost.

Dodatna energija u popodnevnim satima.

Više energije, duže sam bila koncentrirana na posao.. na dan kad ne bih uzela kapsule osjetila bih bez razmišljanja da sam ih zaboravila popiti.

Primijetila sam puno životne radosti. Tijekom dana se je konstantno održavao pozitivan pogled na život, ljude i situacije. Ne u smislu euforije, nego izbalansirana, zdrava nada, optimističan i smiren pristup stresnim situacijama i bistar, racionalan um.

Povećanje energije i koncentracije.

Smanjenje umora, lakše odrađivanje treninga, veća razina energije tijekom dana.

Primijetila sam da imam više snage i energije, te mi je potreban puno kraći period popodnevnog odmora.

Malo je reći da sam oduševljena, kad dođem iz bolnice gdje radim ( operacijska sala), iako ne želim, uvijek moram malo odspavati.. onda mi prođe dan i ništa ne stignem... s ovim kapsulama osjećam se bolje, i mam puno energije, volje, ne spavam popodne, lakše se nosim s dnevnim obvezama, manje me bole mišići i leđa, manje me deprimiraju problemi menopauze.



---

Ne mogu reći da sam primijetila ikakvu promjenu. Možda kod mene to ide sporije. Popit ću flašicu do kraja da vidim hoće li biti kakve promjene.

Imala sam više energije i snage za svakodnevne aktivnosti. Trenutno sam na bolovanju zbog leđa već par mjeseci. Trebalo mi je nešto dodatno za snagu jer sam izmorena od bolova i svega zadnjih mjeseci. Ono što mi se ne sviđa kod ovih kapsula kad ih popijem je kad podrignem, javlja se neka jaka gorčina. Nešto jako gorko što je u njima. Po sastavu, ono što mi možda to radi je crna maca, guarana ili camu camu koje do sada nikad nisam pila. Željezo to isto može uraditi, ali nije velika doza pa sumnjam. Godinama pijem željezo. Ali, to je moj želudac, očito osjetljiviji. To ne znači da ne bih preporučila kapsule, naprotiv, rado ću ih spomenuti ako mi se netko požali na umor i bezvoljnost. Mislim da su dobra kombinacija kako za žene, tako i za muškarce.

Više energije, ako popijem popodne tabletu, navečer malo teže zaspim, kao da sam popila kavu, pa treba piti ujutro, svakako osjećam normalniju količinu energije, ne manjak, osjećam se normalno, poletno.

Osjetila sam bolju koncentraciju odnosno fokus kad nešto radim.

Imam više energije na poslu i lakše mi se pokrenuti nego prije. Ne osjećam se toliko "low" kao prije. Pijem manje kave jer mi se ne spava tijekom dana. Jedino negativno mi je što imam osjećaj da teže zaspim i probudim se par puta kroz noć ako ne popijem kapsule odmah dok se probudim nego tijekom dana.

---

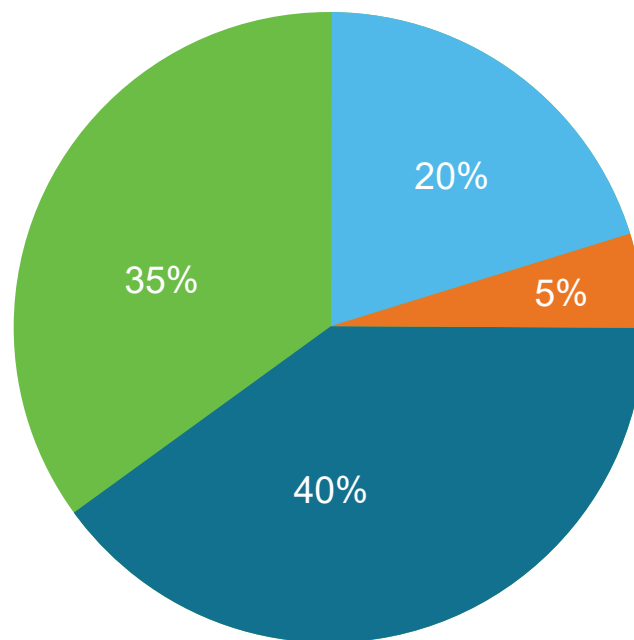
Više energije, smirenost.

Ako sam pila jednu kapsulu dnevno (ujutro tijekom doručka), nisam primijetila neku promjenu, stoga sam pila po dvije kapsule dnevno (ujutro i nakon ručka). Što se tiče stvaranja energije i smanjenje umora, nisam primijetila razliku u odnosu na period prije korištenja kapsula. Nažalost, tijekom korištenja kapsula završila sam na antibioticima i imala sam probavnih smetnji koje su mi otežale svakodnevno bavljenje aktivnostima, ali ne u tolikoj mjeri. Stres je manje prisutan tijekom korištenja kapsula.

Osjećala sam se budnijom.

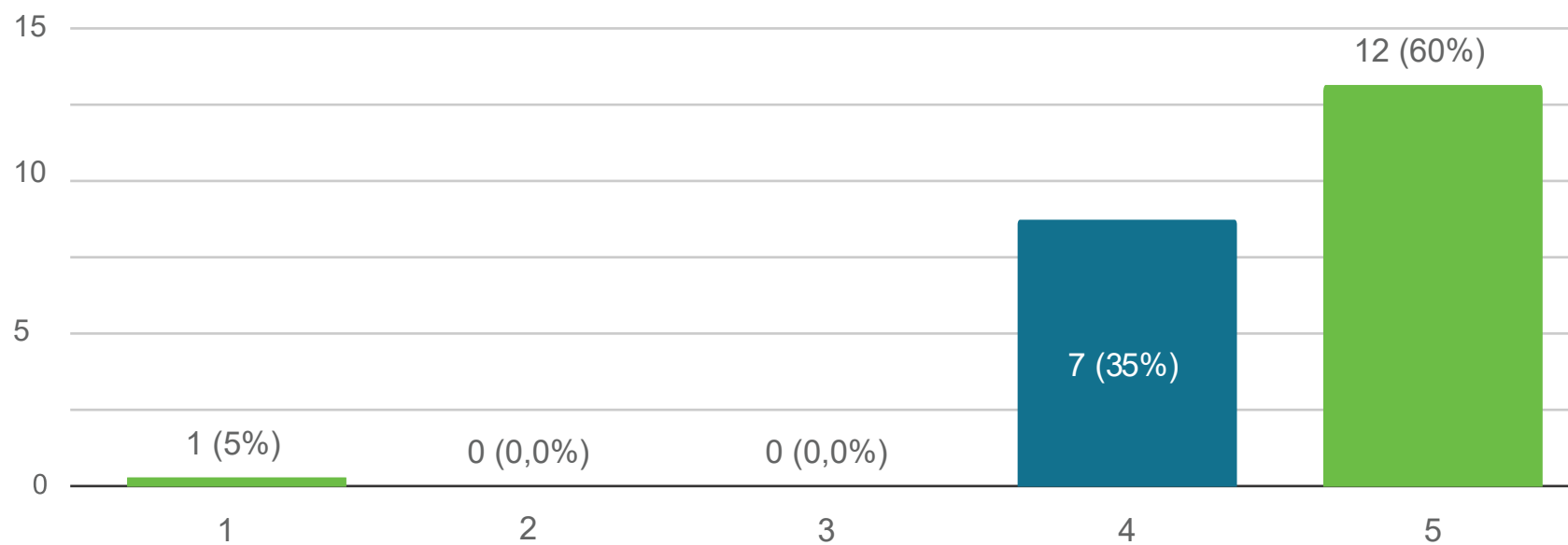
---

## 6. Kada ste primijetili učinak Bioandina B-Dynamic kapsula?

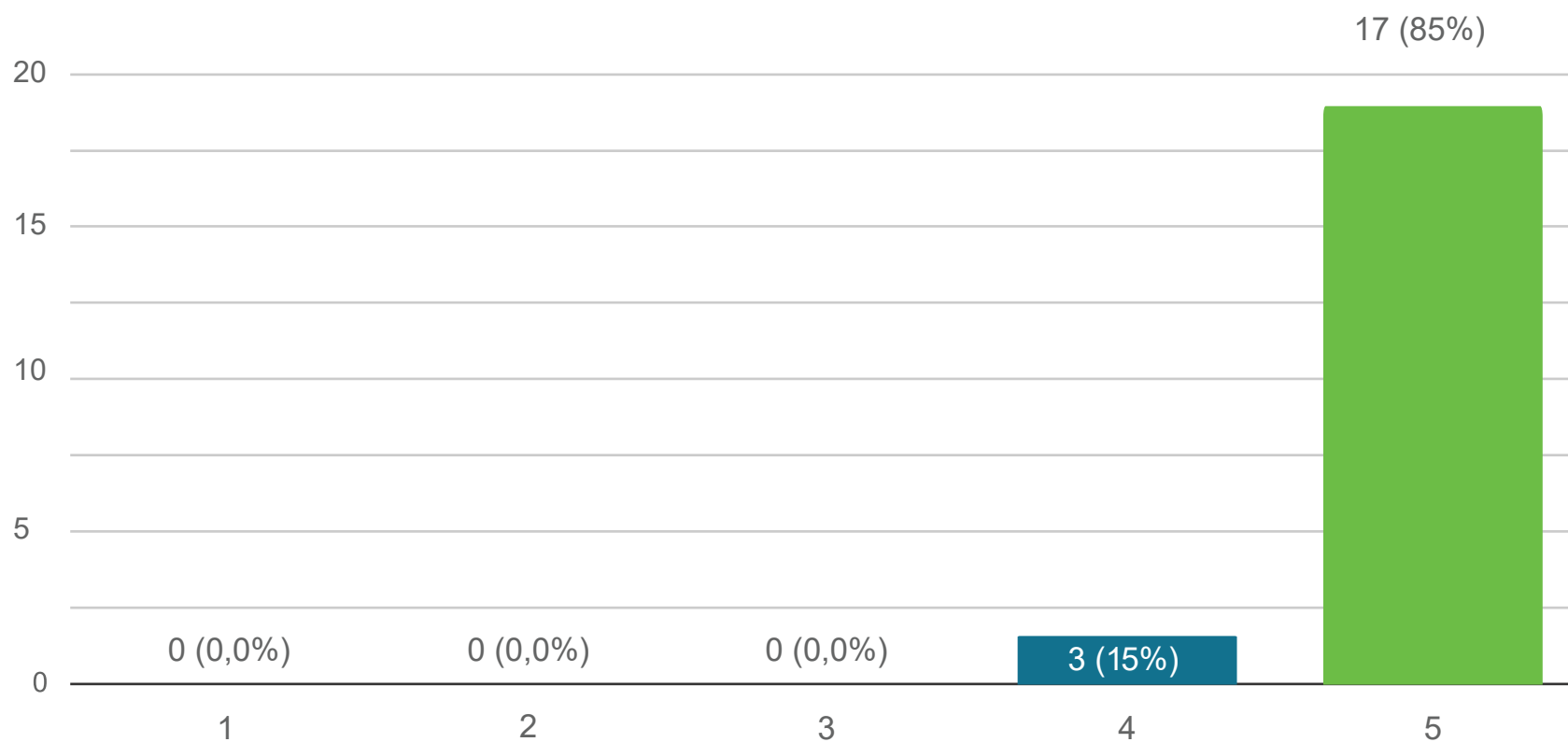


- Nakon nekoliko dana.
- Nakon tjedan dana.
- Nakon dva tjedna.
- Nakon tri tjedna.
- Nisam.

## 7. Koliko ste zadovoljni učinkom Bioandina B-Dynamic kapsula?

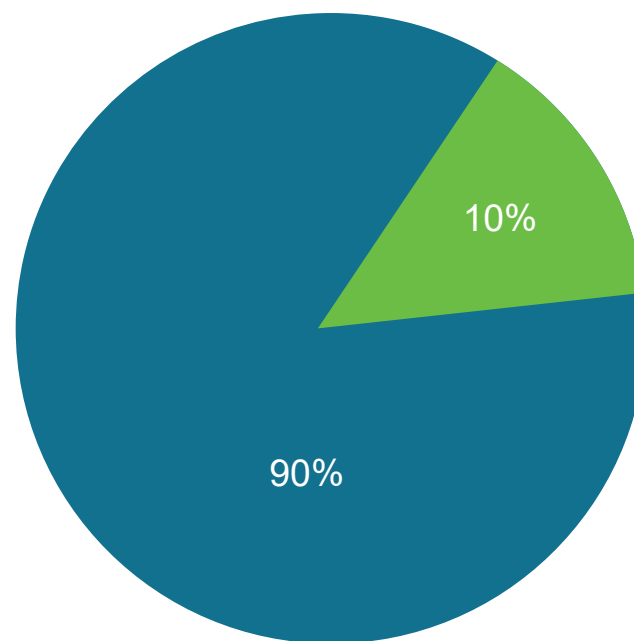


8. Koliko ste zadovoljni sastavom Bionadina B-Dynamic kapsula (ekstrakt korijena crne mace i ploda camu camu, guarana, L-citrulin, dodani vitamini i minerali)?



---

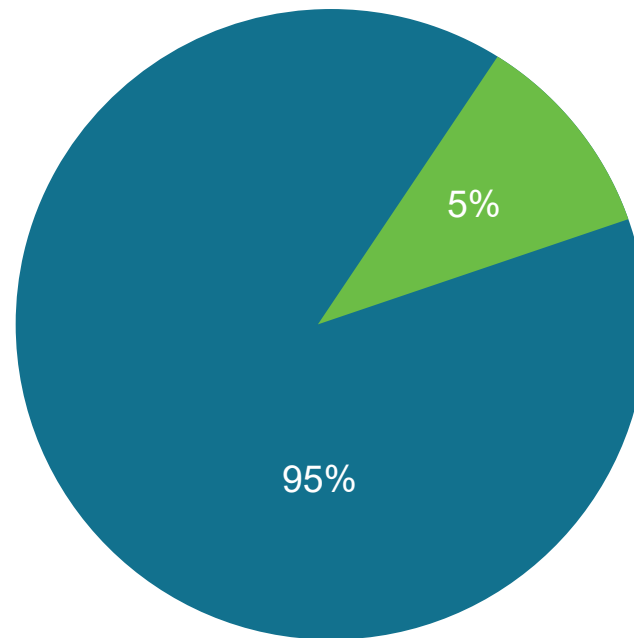
## 9. Planirate li nastaviti koristiti Bioandina B-Dynamic kapsule?



■ Da.  
■ Ne.

---

10. Biste li Bioandina B-Dynamic kapsule preporučili obitelji i prijateljima?



■ Da.  
■ Ne.

---

11. Koja je ukupna ocjena koju biste dali za Bioandina B-Dynamic kapsule?

