

# *testimonianze di benessere*

## *Caterina Calasso*

Dal tempo della preparazione della mia tesi di laurea ho incominciato a soffrire di colite spastica (forse di natura nervosa a causa del mio carattere ansioso) che mi costringeva a stare attenta a tutto ciò che ingerivo, a mangiare in bianco e ad evitare soprattutto frutta e verdura. Oltretutto era fastidiosa e dolorosa e nonostante le cure mediche e la dieta, non riuscivo a liberarmene. Da quando ha aperto la Forever in Italia nel '99 ho cominciato a bere tutti i giorni circa 70 cc di Aloe Vera Gel alla mattina prima di fare colazione. Nell'arco di qualche mese mi sono accorta di stare meglio, il gonfiore e i dolori sono diminuiti fino a sparire. Allora ho ricominciato a mangiare, oltre alla mela consigliatami, anche altri frutti di cui sentivo tanto la mancanza! E le verdure crude e anche cotte. Da allora ho fatto rientrare l'assunzione della nostra Aloe nella mia alimentazione giornaliera e a tutt'oggi non ho ancora smesso, anzi sono passata anche alle altre bevande, aggiungendo ulteriori benefici per la mia salute.