



Alpinamed

# Safran d'Or Capsules

Végan

## Informations sur le produit

Complément alimentaire

✓ **Pour un équilibre du psychisme et du système nerveux**®

Pour réduire la fatigue et la lassitude®

## Ingrédients

- 🌿 Extrait de safran
- 🌿 Extrait de curcuma
- ⊕ B6, B12, acide folique, magnésium

- 🌿 Végan
- 🌿 Sans gluten
- 🌿 Sans lactose
- 🌿 Sans agents conservateurs

# Alpinamed® Safran d'Or Capsules

Pour un équilibre du psychisme et du système nerveux. Pour réduire la fatigue et la lassitude.

Nous vous remercions d'avoir acheté les capsules Safran d'Or Alpinamed.

### Alpinamed Safran d'Or, c'est quoi?

Alpinamed Safran d'Or est un complément alimentaire sous forme de capsules. Chaque capsule contient 30 mg d'extrait de safran issu des stigmates frais de safran iranien, ainsi qu'un extrait de racine de curcuma particulier assimilable par l'organisme contenant 30 mg de curcumine, complété par du magnésium et des vitamines B pour le psychisme et les nerfs, et pour réduire la fatigue et la lassitude.

### Pourquoi les capsules Alpinamed Safran d'Or contiennent-elles du magnésium et des vitamines?

Conformément à l'Ordonnance du DFI (Département fédéral de l'intérieur) concernant l'information sur les denrées alimentaires (OIDA), les substances vitales contenues dans Safran d'Or (magnésium, vitamines B) contribuent à une fonction psychique normale, au fonctionnement normal du système nerveux ainsi qu'à la réduction de la fatigue et de la lassitude.

### Comment prendre les capsules Alpinamed Safran d'Or?

Les adultes prennent 1 capsule par jour, sans la mâcher, avec un peu de liquide.

### Pendant combien de temps peut-on prendre les capsules Alpinamed Safran d'Or?

En tant que complément alimentaire, Safran d'Or fait partie des produits alimentaires. Les compléments alimentaires doivent être pris tant que subsiste un besoin concernant les nutriments qu'ils contiennent.

### Pourquoi les capsules Alpinamed Safran d'Or contiennent-elles des excipients?

Pour des raisons techniques, du phosphate de calcium et du stéarate de magnésium végétal sont nécessaires, en tant qu'excipients, pour la fabrication des capsules Alpinamed Safran d'Or. Tous les excipients utilisés sont autorisés par les autorités suisses et sont conformes à l'ordonnance du DFI sur les additifs admis dans les denrées alimentaires.

### Alpinamed Safran d'Or contient-il des allergènes connus?

Alpinamed Safran d'Or est végétan et ne contient aucun allergène contenu dans le lait, les œufs et le poisson. Safran d'Or ne contient ni composants de noix, ni composants de céréales, ni soja. Alpinamed Safran d'Or ne contient ni gluten, ni lactose, ni conservateurs.

### Comment conserver Alpinamed Safran d'Or?

Alpinamed Safran Gold doit être conservé hors de portée des enfants, dans un endroit sec et à l'abri de la lumière, dans son emballage d'origine.

### Alpinamed Safran d'Or est-il contrôlé?

Les compléments alimentaires sont une question de confiance. Des analyses réalisées en laboratoire portent sur la teneur de l'extrait de safran en substances qui lui confèrent sa valeur, telles que le safranal et la crocine. Le produit est également soumis à un examen de recherche de polluants environnementaux tels que le cadmium, le plomb, le mercure, l'arsenic, les benzopyrènes et l'arsenic, ainsi que de contaminations microbiologiques.

### Alpinamed, des produits de qualité

La sélection des matières premières et la fabrication des capsules Alpinamed Safran d'Or sont soumises à une procédure de vérification et d'assurance qualité exigeante. Les matières premières de haute qualité sont soumises à des analyses biologiques complexes. Avant toute commer-



✓ Qualité contrôlée

cialisation du produit prêt à l'emploi, il doit passer par une procédure d'assurance qualité à plusieurs niveaux.

### Remarques

Les capsules Alpinamed Safran d'Or sont véganes, ne contiennent ni gluten, ni lactose, ni conservateurs, ni colorants artificiels. Les capsules peuvent présenter un niveau de remplissage différent ou n'être en partie pas entièrement remplies. Cela n'a aucune influence sur la qualité. Les compléments alimentaires ne doivent pas remplacer une alimentation variée.

### Les conseils suivants peuvent être utiles pour un fonctionnement normal du psychisme et des nerfs, ainsi que pour réduire la fatigue et la lassitude:

#### Lumière du soleil

Sortez tous les jours et profitez de la lumière du soleil. Les promenades en plein jour ont un effet positif sur l'humeur et sur l'état d'esprit.

#### Activité physique

Les activités physiques libèrent la tête et aident à penser à autre chose.

#### Contacts sociaux

Entretenez des relations personnelles et des contacts sociaux. Participez le plus souvent possible à des rencontres conviviales, à des activités associatives et à des manifestations culturelles.

#### Techniques de relaxation

Suivez des cours de techniques de relaxation et appliquez ce que vous avez appris. Cela aide à réduire le stress et met de l'ordre dans vos pensées.

#### Alimentation équilibrée

Optez pour une alimentation équilibrée avec beaucoup de fruits et de légumes, et buvez régulièrement de l'eau ou des tisanes pour que les cellules nerveuses soient alimentées de manière optimale.

#### Musique

Détendez-vous en écoutant votre musique préférée. La musique a un effet positif sur l'humeur et sur l'état d'esprit, et donne un nouvel élan.

#### Sommeil

Dormir suffisamment est extrêmement important pour le fonctionnement normal du psychisme et des nerfs. Dormez dans un environnement calme et supprimez les éventuels facteurs de perturbation. Les rayonnements et la lumière émis par la télévision, l'ordinateur et le téléphone mobile, peuvent avoir un impact négatif sur le comportement du sommeil. Détendez-vous avant d'aller vous coucher (thé, promenade, musique légère) et renoncez à toute consommation médiatique.

#### Animaux domestiques

Les animaux domestiques peuvent avoir un effet positif sur la satisfaction et l'humeur générales.

#### Évacuer le stress

Évitez d'en faire trop et accordez-vous, de temps en temps, une pause détente. Des journées bien réglées avec des pauses suffisantes sont importantes pour le bien-être. Essayez parfois aussi de dire «non» et n'oubliez pas de temps à autre de penser à vous.

Fabriqué en Suisse.

Fabrication et distribution: Alpinamed AG, CH-9306 Freidorf