

pure SOMNIA vegecaps

Voor een gezonde slaap en rustgevend effect overdag* Bij spanningen overdag en tijdelijke stress

Voedingssupplement

Slaap vormt naast een gezond eetpatroon en voldoende beweging 1 van de drie pijlers voor een goede gezondheid (WGO). Wie slecht slaapt, kan lichamelijk en mentaal gevolgen kennen met een minder goed functioneren overdag tot gevolg. Je zin voor initiatief vermindert en je voelt een mentale druk. Slaaphygiëne, slaapvoorzichting en voedingssupplementen kunnen helpen om uit een vicieuze cirkel te geraken.

*Valeriaan en passiflora ondersteunen een goede nachtrust en brengen rust in periodes van tijdelijke stress

EIGENSCHAPPEN:

pure SOMNIA bevat een complete formule van gestandaardiseerde plantenextracten (valeriaan en passiebloem) met magnesiumtauraat, gamma-aminoboterzuur (GABA) en de actieve vorm van vitamine B6 (pyridoxal-5'-fosfaat). Er treedt geen gewenning, afhankelijkheid of slaperigheid overdag op bij gebruik van deze ingrediënten.

- Valeriaan helpt bij het inslapen, is goed om een natuurlijke nachtrust in stand te houden, en gebruik je om 's ochtends uitgerust wakker te worden.
- Passiebloem helpt om optimaal te ontspannen en de kwaliteit van de natuurlijke nachtrust te bevorderen.
- Vitamine B6 en magnesium dragen bij tot een normale werking van het zenuwstelsel en de vermindering van vermoeidheid.
- Magnesium draagt bij tot normale spiercontracties.
- Passiflora en valeriaan brengen rust in periodes van tijdelijke stress overdag (bijv. bij geestelijke druk, examenspanning, plannenkoorts, stoppen met roken).

pure SOMNIA SPECIFIEK:

In pure SOMNIA worden gestandaardiseerde en hooggedoseerde plantextracten gebruikt. valeriaanextract is een geconcentreerd extract gestandaardiseerd op het actieve bestanddeel valereenzuur (0,8%). Passiebloemextract is een geconcentreerd extract gestandaardiseerd op het actieve bestanddeel vitexine (4%). Dit resulteert in een constante optimale hoeveelheid actieve bestanddelen voor een betrouwbare fysiologische werkzaamheid. Vitamine B6 is aanwezig in de actieve vorm zodat deze onmiddellijk beschikbaar is voor het lichaam. Magnesium is gebonden aan taurine, een aminozuurachtige stof. GABA is een lichaamseigen stof en van nature aanwezig in vlees, gevogelte, vis en zuivelproducten.

pure SOMNIA IS AANBEVOLEN BIJ:

pure SOMNIA steunt op een doordachte synergie van ingrediënten voor een optimaal affect. Dit past bovendien in het totaalplaatje van ontspanningstips (mindfulness, relativeren, gedoseerd sporten, de natuur induiken, slaaphygiëne) om uiteindelijk een gezonde nachtrust te ondersteunen.* Bepaalde situaties of stressperiodes kan je niet veranderen, maar je kan wel ondersteuning* inroepen om je kijk op de situatie te wijzigen.

*zie eigenschappen

AANBEVOLEN DAGELIJKSE DOSIS:

ter ondersteuning van een gezonde slaap: de startdosis is 2 capsules per dag 's avonds. Als onderhoudsdosis wordt 1 capsule per dag aanbevolen, een half uur voor het slapen gaan. Als rustbrenger overdag: bij voorkeur 1 à 2 capsules per dag.

Voor stressperiodes bestaat er eveneens pure MAGNE-B-RELAX

Niet aangewezen voor kinderen onder 12 jaar.

De aanbevelen dagdosering mag niet overschreden worden en dit supplement mag niet ingenomen worden bij zwangerschap.

VERPAKKINGSGROOTTE:

pure SOMNIA bestaat in dozen van 20 en 60 capsules (blisters).

VOORZORGSMAATREGELEN:

Buiten het bereik en zicht van kinderen bewaren. De opgegeven aanbevelen dagelijkse hoeveelheid mag niet overschreden worden. Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt.

Tegen vochtigheid en warmte beschermen. Bewaren bij kamertemperatuur in zijn originele verpakking. Niet meer gebruiken na de datum vermeld op de verpakking na 'ten minste houdbaar tot'.

Nettogewicht: 16,4 g voor 20 capsules en 49,2 g voor 60 capsules

Lotnummer: zie verpakking

INGREDIENTEN:

Per 2 vegetarische capsules: 500 mg magnesiumtauraat (met 100 mg magnesium, 27% RI*), 360 mg valeriaanwortelextract (Valeriana officinalis, gestandaardiseerd op 0,8% valereenzuur), 300 mg gamma-aminoboterzuur (GABA), vegetarische capsule: hydroxypropylmethylcellulose, 200 mg passiebloem kruidenextract (Passiflora incarnata, gestandaardiseerd op 4% vitexine), stabilisator: acaciagum, 4 mg actieve vitamine B6 (286% RI*, pyridoxal-5'-fosfaat).

*RI: Referentie-inname

pure SOMNIA is een product van de hoogste kwaliteit, geproduceerd in de EU onder GMP en HACCP normen.

VERDELER:

Solidpharma BV, Heistraat 16, 9052 Zwijnaarde (België)

Notificatienummer: NUT/PL/AS 1707/29

pure. SOMNIA vegecaps

Pour un sommeil sain et un effet apaisant pendant la journée*
En cas de tension pendant la journée et de stress passager

Complément alimentaire

Le sommeil est l'un des trois piliers d'une bonne santé, aux côtés d'une alimentation saine et d'un exercice physique adéquat (OMS). Les personnes qui ont un mauvais sommeil peuvent en éprouver les conséquences physiques et mentales, qui se traduisent par un fonctionnement réduit pendant la journée. Votre sens de l'initiative diminue et vous ressentez une pression mentale. L'hygiène du sommeil, l'éducation au sommeil et les compléments alimentaires peuvent aider à sortir d'un cercle vicieux.

*La valériane et la passiflore favorisent un sommeil de bonne qualité et apportent le calme dans les périodes de stress passager

PROPRIÉTÉS :

pure SOMNIA contient une formule complète d'extraits végétaux standardisés (valériane et passiflore) avec du taurate de magnésium, de l'acide gamma-aminobutyrique (GABA) et la forme active de la vitamine B6 (pyridoxal-5'-phosphate). L'utilisation de ces ingrédients n'entraîne pas d'accoutumance, de dépendance ou de somnolence pendant la journée.

- La valériane aide à s'endormir, est bonne pour maintenir un sommeil naturel, et permet de se réveiller reposé le matin.
- La passiflore contribue à une relaxation optimale et favorise un sommeil naturel de qualité.
- La vitamine B6 et le magnésium contribuent au fonctionnement normal du système nerveux et à la réduction de la fatigue.
- Le magnésium contribue à des contractions musculaires normales.
- La passiflore et la valériane apportent le calme pendant les périodes de stress passager de la journée (par exemple, pression mentale, tension aux examens, trac, arrêt du tabac).

SPÉCIFIQUE À pure SOMNIA:

Dans pure SOMNIA, des extraits de plantes standardisés et hautement dosés sont utilisés. L'extrait de valériane est un extrait concentré standardisé sur le principe actif acide valérique (0,8%). L'extrait de passiflore est un extrait concentré standardisé sur le constituant actif, la vitexine (4%). Il en résulte une quantité optimale constante de principes actifs pour une efficacité physiologique fiable. La vitamine B6 est présente sous sa forme active, de sorte qu'elle est immédiatement disponible pour l'organisme. Le magnésium est lié à la taurine, une substance semblable à un acide aminé. Le GABA est une substance endogène à l'organisme et naturellement présente dans la viande, la volaille, le poisson et les produits laitiers.

pure SOMNIA EST RECOMMANDÉ POUR :

pure SOMNIA est basé sur une synergie réfléchie d'ingrédients qui s'intègrent dans un schéma global avec des conseils de relaxation (mindfulness, relativiser les choses, faire de l'exercice dosé, sortir dans la nature, hygiène du sommeil) pour favoriser au final un sommeil sain.* Vous ne pouvez pas changer certaines situations ou périodes de stress, mais vous pouvez faire appel au soutien* pour changer votre regard sur la situation.

*voir propriétés

APPORT JOURNALIÈRE RECOMMANDÉ :

pour favoriser un sommeil réparateur : la dose initiale est de 2 capsules par jour, le soir. En tant que dose d'entretien 1 capsule par jour, une demi-heure avant le coucher est recommandée. Comme tranquillisant pendant la journée : de préférence 1 à 2 capsules par jour.

Pour les périodes de stress, le pure MAGNE-B-RELAX est également disponible.

Ne convient pas aux enfants de moins de 12 ans.

Ne pas dépasser la dose journalière recommandée et ce complément ne doit pas être pris pendant la grossesse.

EMBALLAGES :

pure SOMNIA existe en boîtes de 20 et 60 capsules (blister).

PRÉCAUTIONS :

Garder hors de la portée et la vue des enfants. La quantité quotidienne recommandée ne peut être dépassée. Un complément alimentaire ne peut pas se substituer à une alimentation variée et équilibrée et à un style de vie sain.

Protéger contre l'humidité, luminosité et la chaleur. A conserver dans son emballage d'origine. Ne pas utiliser au-delà de la date mentionnée sur l'emballage après: 'A consommer de préférence avant fin:'.

Nettogewicht: 16,4 g voor 20 capsules en 49,2 g voor 60 capsules

Numéro de lot: voir emballage

INGRÉDIENTS :

Par 2 capsules végétales: 500 mg taurate de magnésium (contenant 100 mg magnésium, 27% AR*), 360 mg extrait de racine de valériane (*Valeriana officinalis*, standardisé à 0,8% d'acide valérique), 300 mg acide gamma-aminobutyrique (GABA), capsule végétale: hydroxypropylméthylcellulose, 200 mg extrait herbacé de passiflore (*Passiflora incarnata*, standardisé à 4% de vitexine), stabilisant: gomme d'acacia, 4 mg vitamine B6 active (286% AR*, pyridoxal-5'-phosphate).

*AR: Apport de référence

pure SOMNIA est un produit de la plus haute qualité, produit dans l'UE sous les normes GMP et HACCP.

DISTRIBUTEUR :

Solidpharma BV, Heistraat 16, 9052 Zwijnaarde (Belgique)

Numéro de notification : NUT/PL/AS 1707/29

pure SOMNIA Vegetarische Kapseln

**Für einen gesunden Schlaf und eine beruhigende Wirkung während des Tages*.
Bei Anspannung während des Tages und vorübergehendem Stress**

Nahrungsergänzungsmittel

Schlaf ist neben einer gesunden Ernährung und angemessener körperlicher Betätigung eine der drei Säulen einer guten Gesundheit (WHO). Wer schlecht schläft, kann die körperlichen und geistigen Folgen spüren, die sich in einer verminderten Funktionsfähigkeit während des Tages äußern. Ihre Eigeninitiative nimmt ab und Sie fühlen sich mental unter Druck gesetzt. Schlafhygiene, Schlaferziehung und Nahrungsergänzungsmittel können helfen, aus diesem Teufelskreis auszubrechen.

*Baldrian und Passionsblume fördern eine gute Schlafqualität und sorgen für Ruhe in Zeiten vorübergehenden Stresses.

EIGENSCHAFTEN:

pure SOMNIA enthält eine komplette Formel aus standardisierten Pflanzenextrakten (Baldrian und Passionsblume) mit Magnesiumtaurat, Gamma-Aminobuttersäure (GABA) und der aktiven Form von Vitamin B6 (Pyridoxal-5'-Phosphat). Die Verwendung dieser Inhaltsstoffe führt nicht zu einer Gewöhnung, Abhängigkeit oder Schläfrigkeit während des Tages.

- Baldrian hilft beim Einschlafen, ist gut für die Aufrechterhaltung eines natürlichen Schlafs und sorgt dafür, dass man am Morgen ausgeruht aufwacht.
- Passionsblume trägt zu einer optimalen Entspannung bei und fördert einen natürlichen, qualitativ hochwertigen Schlaf.
- Vitamin B6 und Magnesium tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zur Verringerung von Müdigkeit bei.
- Magnesium trägt zu normalen Muskelkontraktionen bei.
- Passionsblume und Baldrian sorgen für Ruhe in Zeiten, in denen der Tag vorübergehend stressig ist (z. B. mentaler Druck, Prüfungsanstrengung, Lampenfieber, Raucherentwöhnung).

SPEZIFISCH FÜR pure SOMNIA:

In pure SOMNIA werden standardisierte und hochdosierte Pflanzenextrakte verwendet. Der Baldrianextrakt ist ein konzentrierter Extrakt, der auf den Wirkstoff Valerensäure (0,8%) standardisiert ist. Der Passionsblumenextrakt ist ein konzentrierter Extrakt, der auf den aktiven Bestandteil Vitexin (4%) standardisiert ist. Daraus ergibt sich eine konstante optimale Menge an Wirkstoffen für eine zuverlässige physiologische Wirksamkeit. Vitamin B6 liegt in seiner aktiven Form vor, so dass es dem Körper sofort zur Verfügung steht. Magnesium ist an Taurin, eine aminosäureähnliche Substanz, gebunden. GABA ist eine körpereigene Substanz, die natürlicherweise in Fleisch, Geflügel, Fisch und Milchprodukten vorkommt.

pure SOMNIA WIRD EMPFOHLEN FÜR:

pure SOMNIA basiert auf einer durchdachten Synergie von Inhaltsstoffen, die sich in ein Gesamtschema mit Entspannungstipps (Achtsamkeit, Relativierung der Dinge, in Maßen Sport treiben, raus in die Natur, Schlafhygiene) einfügen, um letztendlich einen gesunden Schlaf zu fördern.* Sie können bestimmte Situationen oder Stressphasen nicht ändern, aber Sie können Unterstützung* in Anspruch nehmen, um Ihre Sichtweise auf die Situation zu ändern. *siehe Eigenschaften

EMPFOHLENE TÄGLICHE DOSIS:

zur Förderung eines erholsamen Schlafs: Die Anfangsdosis beträgt 2 Kapseln pro Tag am Abend. Als Erhaltungsdosis wird 1 Kapsel pro Tag eine halbe Stunde vor dem Schlafengehen empfohlen. Als Beruhigungsmittel während des Tages: am besten 1-2 Kapseln pro Tag.

Für stressige Zeiten steht auch pure MAGNE-B-RELAX zur Verfügung.

Nicht geeignet für Kinder unter 12 Jahren.

Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden, und dieses Nahrungsergänzungsmittel darf nicht während der Schwangerschaft eingenommen werden.

PACKUNGSGRÖSSE:

pure SOMNIA gibt es in Packungen mit 20 und 60 Kapseln (Blister).

VORSICHTSMASSNAHMEN:

Außerhalb der Reichweite und Sichtweite von Kindern aufbewahren. Die empfohlene tägliche Menge darf nicht überschritten werden. Ein Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil. Vor Feuchtigkeit und Hitze schützen. In der Originalverpackung bei Zimmertemperatur aufbewahren. Nicht nach dem auf der Verpackung angegebenen Mindesthaltbarkeitsdatum verwenden.

Nettogewicht: 16,4 g für 20 Kapseln und 49,2 g für 60 Kapseln - Chargennr.: siehe Verpackung

ZUTATEN:

Pro 2 pflanzliche Zellulosekapseln: 500 mg Magnesiumtaurat (enthält 100 mg Magnesium, 27% RM*), 360 mg Baldrianwurzelextrakt (Valeriana officinalis, standardisiert auf 0,8% Valerensäure), 300 mg Gamma-Aminobuttersäure (GABA), pflanzliche Zellulosekapsel: Hydroxypropylmethylcellulose, 200 mg Passionsblumenkrautextrakt (Passiflora incarnata, standardisiert an 4% Vitexin), Stabilisator: Akazienkugummi, 4 mg aktives Vitamin B6 (286% RM*, Pyridoxal-5'-Phosphat).

*RM: Referenzmenge

pure SOMNIA ist ein Produkt von höchster Qualität, das in der EU gemäß GMP- und HACCP-Standards hergestellt wird.

ANBIETER:

Solidpharma BV, Heistraat 16, 9052 Zwijnaarde (Belgien)

Not.N°: : NUT/PL/AS 1707/29

pure. SOMNIA vegecaps

**For healthy sleep and daytime restfulness*.
For daytime tension and temporary stress**

Food supplement

Along with a healthy diet and sufficient exercise, sleep is 1 of the three pillars for good health (WHO). Those who sleep badly can suffer physical and mental consequences resulting in reduced daytime functioning. Your sense of initiative diminishes and you feel a mental strain. Sleep hygiene, sleep education and nutritional supplements can help break out of a vicious cycle.

*Valerian and passiflora support a good night's sleep and bring calm in periods of temporary stress

FEATURES:

pure SOMNIA contains a complete formula of standardized plant extracts (valerian and passionflower) with magnesium taurate, gamma-aminobutyric acid (GABA) and the active form of vitamin B6 (pyridoxal-5'-phosphate). No habituation, dependence or daytime sleepiness occurs when using these ingredients.

- Valerian helps with falling asleep, is good for maintaining a natural night's sleep, and use to wake up rested in the morning.
- Passionflower helps to maximize relaxation and promote quality natural sleep.
- Vitamin B6 and magnesium contribute to normal nervous system function and fatigue reduction.
- Magnesium contributes to normal muscle contractions.
- Passiflora and valerian bring calmness during periods of temporary daytime stress (e.g., mental pressure, exam tension, stage fright, smoking cessation).

pure SPECIFICALLY:

Standardized and highly dosed plant extracts are used in pure SOMNIA. Valerian extract is a concentrated extract standardized to the active ingredient valerenic acid (0.8%). Passion flower extract is a concentrated extract standardized on the active constituent vitexin (4%). This results in a constant optimal amount of active ingredients for reliable physiological efficacy. Vitamin B6 is present in the active form so that it is immediately available to the body. Magnesium is bound to taurine, an amino acid-like substance. GABA is a substance naturally occurring in the body and naturally present in meat, poultry, fish and dairy products.

pure SOMNIA IS RECOMMENDED AT:

pure SOMNIA is based on a thoughtful synergy of ingredients that fit into an overall picture with relaxation tips (mindfulness, putting things into perspective, dosed exercise, getting out into nature, sleep hygiene) to ultimately support a healthy night's sleep.* Certain situations or stress periods you can't change, but you can seek support* to change your outlook on the situation.
*see properties

RECOMMENDED DAILY DOSE:

to support healthy sleep: the starting dose is 2 capsules per day in the evening. As a maintenance dose, 1 capsule per day is recommended half an hour before bedtime. As a daytime tranquilliser: preferably 1 to 2 capsules a day.

For periods of stress, pure. MAGNE-B-RELAX is also available.

Not indicated for children under 12 years of age.

Do not exceed the recommended daily dose and this supplement should not be taken during pregnancy.

PACKAGE SIZE:

pure SOMNIA exists in boxes of 20 and 60 capsules (blister).

PRECAUTIONS:

Keep out of the reach and sight of children. Do not exceed the stated recommended daily allowance. A dietary supplement should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

Protect from humidity and heat. Store at room temperature in its original packaging. Do not use after the date indicated on the package after 'best before'.

Net weight: 16.4 g for 20 capsules and 49.2 g for 60 capsules

Lot number: see packaging

INGREDIENTS:

Per 2 vegetarian capsules: 500 mg magnesium taurate (containing 100 mg magnesium, 27% RI*), 360 mg valerian root extract (Valeriana officinalis, standardized at 0.8% valerenic acid), 300 mg gamma-aminobutyric acid (GABA), vegetarian capsule: hydroxypropylmethylcellulose, 200 mg passion flower herbal extract (Passiflora incarnata, standardized at 4% vitexin), stabilizer: acacia gum, 4 mg active vitamin B6 (286% RI*, pyridoxal-5'-phosphate).

*RI: Reference Intake

pure. SOMNIA is a product of the highest quality, produced in the EU under GMP and HACCP standards.

DISTRIBUTOR:

Distributapharma BV, Heistraat 16, 9052 Zwijnaarde (Belgium)

Notification N° : NUT/PL/AS 1707/29