



FormVital

FICHES TECHNIQUES

SOMMEIL & DÉTENTE



FR

DOCUMENT



Si vous imprimez ce document, pensez à le trier !

AKEO
vivre autrement

MAGNÉSIUM MARIN

Équilibre nerveux et musculaire

FV0707



Les + produit

- Synergie magnésium marin / taurine / vitamine B6 / vitamine B5.
- Dosage optimal : un seul comprimé par jour suffit.
- Sans sucres, au bon goût citron.

Descriptif

Idéal en cas d'irritabilité, de fatigue ou de contractures musculaires. Le manque de magnésium peut rendre nerveux, anxieux, entraîner des troubles du sommeil ou des crampes.

Le magnésium est un élément essentiel à de nombreuses réactions (plus de 300!) dans l'organisme et localisé principalement dans les cellules (os, muscles, globules rouges, tissus mous...) : il contribue notamment à **réduire la fatigue, au maintien de l'équilibre nerveux, et au fonctionnement normal de la contraction musculaire, au bon métabolisme énergétique, à l'intégrité de l'ossature et de la dentition.**

La **vitamine B6** contribue à **réduire la fatigue** et au **fonctionnement normal du système nerveux.**

La **vitamine B5** contribue également à **réduire la fatigue et à résister au stress.**

La **taurine** est un dérivé d'acide aminé qui aide à «fixer» le magnésium dans les cellules.

Ingrédients actifs

Magnésium marin, taurine, vitamine B6, vitamine B5.

Ingrédients

Agent de charge : sorbitol, oxyde de magnésium d'origine marine, agent de charge: xylitol, taurine, arôme naturel citron, anti-agglomérant : talc, pan-tothénate de calcium (vitamine B5), édulcorant: sucralose, chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6), édulcorant: acésulfame de potassium.

Présentation

2 tubes de 15 comprimés.

Poids net

62,7 g.

Conseils d'utilisation

1 comprimé par jour de préférence le matin.

Durée de la boîte

30 jours.

Information nutritionnelle moyenne par jour (1 comprimé)

Magnésium marin : 300 mg soit 80% des VNR. Taurine : 120 mg. Vitamine B6 : 1,4 mg soit 100% des VNR. Vitamine B5 : 1,8 mg soit 30% des VNR.

Précautions d'emploi

Les compléments alimentaires doivent être utilisés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne doivent pas être utilisés comme substituts d'un régime alimentaire varié et équilibré. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée.

Tenir hors de portée des jeunes enfants. Conserver dans un endroit frais et sec à l'abri de la lumière. Peut entraîner des effets laxatifs chez certaines personnes. Réservé à l'adulte. Grossesse et allaitement : demander conseil à un professionnel de santé.

Législation

Ce produit est conforme au décret 2006-352 et aux règlements allégation 1924/2006 et 432/2012.



Les + produit

- Double action endormissement / relaxation.
- Action rapide sans accoutumance.
- Forme spray liquide.
- Facile à transporter.

Descriptif

NOCTIREV SPRAY contient de la **mélatonine** qui **aide à réduire le temps d'endormissement** (actif en 30 minutes) et contribue également, quand besoin est, à atténuer les effets du décalage horaire.

Egalement appelée « hormone du sommeil », la mélatonine est naturellement fabriquée par le cerveau pendant la nuit. Elle est ici **dosée à 1.9 mg** pour 3 sprays. Sa présentation liquide en spray permet une **absorption optimale** au niveau de la muqueuse buccale.

La formule est renforcée par la **mélisse**, qui contribue à un **bon sommeil** et une **relaxation optimale**.

La **fleur d'oranger** vient compléter cette formule. Goût cassis.

Ingrédients actifs

Mélatonine, mélisse, fleur d'oranger.

Ingrédients

Glycérine, eau, extrait de feuilles de mélisse (*Melissa officinalis* (Origine UE)), eau de fleur d'oranger, arôme cassis, mélatonine, conservateur : sorbate de potassium, acidifiant : acide citrique.

Présentation

Spray.

Volume net

20 ml.

Conseils d'utilisation

Agiter avant emploi. Pour l'endormissement : 3 sprays 30 minutes à 1 heure avant le coucher.

Dans le cas du décalage horaire : 1 spray juste avant le coucher le 1er jour du voyage et les quelques jours suivant

le jour d'arrivée à destination.

Durée du flacon

Jusqu'à 30 nuits pour l'utilisation endormissement (100 sprays par flacon).

Information nutritionnelle moyenne par jour (3 sprays)

Mélatonine : 1,9 mg. Mélisse : 420 mg (équivalent plante).

Précautions d'emploi

Les compléments alimentaires doivent être utilisés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne pas être utilisés comme substituts d'un régime varié et équilibré. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Déconseillé aux personnes sensibles notamment souffrant de maladies inflammatoires ou auto-immunes, aux femmes enceintes ou allaitantes, aux enfants et aux adolescents, aux personnes devant réaliser une activité nécessitant une vigilance soutenue et pouvant poser un problème de sécu-

rité en cas de somnolence. Demandez un avis médical pour les personnes épileptiques, les personnes asthmatiques, les personnes souffrant de troubles de l'humeur, du comportement ou de la personnalité et les personnes sous traitement médicamenteux. Limitez la prise de mélatonine à un usage ponctuel. Réservé à l'adulte.. A conserver dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière, de la chaleur et de l'humidité.

Législation

Ce produit est conforme au décret 2006-352 et aux règlements allégation 1924/2006 et 432/2012.



Les + produit

- Bio.
- Sans accoutumance.
- Sans conservateur, sans arôme artificiel et sans colorant.

Descriptif

SOMMEIL BIO est idéal **en cas de nuits agitées ou de réveils nocturnes.**

- **Action apaisante** de la passiflore pour un **sommeil calme.**
- Action sur la **qualité du sommeil** grâce à la valériane pour des **nuits réparatrices.**

Ingrédients actifs

Passiflore et valériane.

Ingrédients

Gomme d'acacia*, extrait de racine de valériane* (*Valeriana officinalis L.*), enveloppe de la gélule : hydroxypropylméthylcellulose, extrait de partie aérienne de passiflore* (*Passiflore incarnata L.*), antiagglomérant : carbonate de magnésium.

*Ingrédients issus de l'agriculture biologique

Présentation

Etui de 40 gélules végétales.

Poids net

19,4 g.

Conseils d'utilisation

2 gélules par jour avec un verre d'eau, de préférence 30 minutes avant le coucher.

Durée de la boîte

20 jours.

Information nutritionnelle moyenne par jour (2 gélules)

Passiflore : 825 mg (équivalent plante). Valériane : 1000 mg (équivalent plante).

Précautions d'emploi

Les compléments alimentaires doivent être utilisés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne doivent pas être utilisés comme substituts d'un régime alimentaire varié et équilibré. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Conserver dans

un endroit frais et sec à l'abri de la lumière. Déconseillé aux enfants de moins de 12 ans.

Législation

Ce produit est conforme au décret 2006-352 et aux règlements allégation 1924/2006 et 432/2012.



Les + produit

- Extraits de plantes titrés : le dosage en actifs garantit la qualité du produit.

Descriptif

SÉRÉNINE est **idéal en période de stress ou de surmenage, en cas d'inquiétude ou d'agitation.**

La rhodiola aide l'organisme à **résister aux différents stress (physique et psychique)** et améliore l'humeur. Elle est notamment utile pour faire face au surmenage et **optimiser les fonctions cognitives en situation de stress et de fatigue.**

Plante faite pour les "temps modernes", la mélisse favorise, tout comme la passiflore, **la relaxation.**

Ingrédients actifs

Rhodiola, mélisse et passiflore.

Ingrédients

Poudre de parties aériennes de passiflore (*Passiflora incarnata* (Origine UE)), extrait de racines de rhodiola (*Rhodiola rosea* (Origine non UE)) dosé en rosavine et salidroside, agent d'enrobage : hydroxypropylméthylcellulose, extrait de feuilles de mélisse (*Melissa officinalis* (Origine UE)), antiagglomérants : carbonate de magnésium et sels de magnésium d'acides gras.

Présentation

Pilulier de 60 gélules.

Poids net

28,4 g.

Conseils d'utilisation

1 gélule matin et midi, soit 2 gélules par jour, à prendre avec un grand verre d'eau

Durée du pilulier

30 jours.

Information nutritionnelle moyenne par jour (2 gélules)

Rhodiola : 200 mg (extrait sec) dont rosavine : 6 mg, dont salidroside : 2 mg. Mélisse : 600 mg. (équivalent plante). Passiflore : 500 mg (équivalent plante).

Précautions d'emploi

Les compléments alimentaires doivent être utilisés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne doivent pas être utilisés comme substituts d'un régime alimentaire varié et équilibré. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée.

Tenir hors de portée des jeunes enfants. Réservé à l'adulte. Conserver dans un endroit frais et sec à l'abri de la lumière. Déconseillé en cas de grossesse ou allaitement.

Législation

Ce produit est conforme au décret 2006-352 et aux règlements allégation 1924/2006 et 432/2012.



Les + produit

- Safran garanti 100% Sargol (partie noble et rouge).
- Procédé d'extraction breveté.
- Sans accoutumance.

Descriptif

Idéal pour le **bien-être mental**, SAFICALM BIO contient un extrait de safran bio obtenu par un procédé d'extraction breveté.

Le safran aide à garder une **belle humeur** et à se sentir bien. Il favorise l'**équilibre émotionnel**.

Ingrédient actif

Safran bio.

Ingrédients

Agents de charge : sirop de riz*, maltodextrine* ; anti-agglomérants : carbonate de magnésium, citrate de calcium ; extrait de stigmates de safran Sargol* (*Crocus sativus*) ; huile de tournesol*.

**Ingrédients issus de l'agriculture biologique*

Présentation

Etui de 28 comprimés.

Poids net

19 g.

Conseils d'utilisation

2 comprimés par jour avant le petit-déjeuner.

Durée de la boîte

14 jours.

Information nutritionnelle moyenne par jour (2 comprimés)

Extrait de stigmates de safran : 30 mg.

Précautions d'emploi

Les compléments alimentaires doivent être utilisés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne doivent pas être utilisés comme substituts d'un régime alimentaire varié et équilibré. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Conserver dans un endroit frais et sec à l'abri de la lumière. Déconseillé en cas

de grossesse ou d'allaitement. Déconseillé aux personnes sous antidépresseurs. En l'absence d'amélioration, consulter le médecin traitant.

Législation

Ce produit est conforme au décret 2006-352 et aux règlements allégation 1924/2006 et 432/2012.



Les + produit

- Allie plaisir et efficacité pour un endormissement rapide
- Sans sucres
- Sans colorants artificiels
- Sans accoutumance

Descriptif

Sans sucres et au bon goût myrtille, les Gummies Bonne nuit FormVital contiennent de la mélatonine qui contribue à réduire le temps d'endormissement.

Ingrédients actifs

Mélatonine.

Ingrédients

Agents de charge : sirop de maltitol, sorbitol ; agent gélifiant : pectine ; acidifiant : acide citrique ; fibre végétale ; arôme naturel ; concentré de carotte et myrtille ; mélatonine.

Présentation

Pilulier de 60 gummies.

Poids net

180 g.

Conseils d'utilisation

2 gummies par jour 30 minutes avant le coucher pour favoriser l'endormissement.

Durée du pilulier

30 nuits, à usage ponctuel.

Information nutritionnelle moyenne par jour (2 gummies)

Mélatonine : 1,9 mg.

Précautions d'emploi

Les compléments alimentaires doivent être utilisés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne pas être utilisés comme substituts d'une alimentation variée et équilibrée. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Une consommation excessive peut avoir des effets laxatifs. Déconseillé aux personnes sensibles notamment souffrant de maladies inflammatoires ou auto immunes, aux femmes enceintes ou allaitantes, aux enfants et aux adolescents, aux personnes devant réaliser

une activité nécessitant une vigilance soutenue et pouvant poser un problème de sécurité en cas de somnolence. Demandez un avis médical pour les personnes épileptiques, les personnes asthmatiques, les personnes souffrant de troubles de l'humeur, du comportement ou de la personnalité et les personnes sous traitement médicamenteux. Limitez la prise de mélatonine à un usage ponctuel. Réservé à l'adulte. À conserver dans un endroit frais et sec, à l'abri de la chaleur et la lumière.

Législation

Ce produit est conforme au décret 2006-352 et aux règlements allégation 1924/2006 et 432/2012.



Les bourgeons renferment toutes les propriétés en devenir de la plante. Ils sont récoltés au printemps, à la pleine montée de la sève, avant leur éclosion.



FR-BIO-01
Agriculture France

Nos bourgeons sont tous garantis **frais, entiers, bio et d'origine France**. Les macérats de bourgeons Bio FormVital sont préparés suivant le principe du Docteur Pol Henry : la macération se fait pendant minimum 20 jours dans un mélange 1/3 eau, 1/3 alcool bio et 1/3 glycérine bio. On les appelle macérats-mères, ils ne sont pas dilués et sont utilisables en l'état.

Descriptif

*Le tilleul contribue à la relaxation.

Conseils d'utilisation : 15 gouttes par jour à prendre pur ou dilué dans un peu d'eau dans une cuillère à café.

Ingrédients

Glycérine végétale**, eau, alcool**, bourgeon de figuier** (*Ficus carica*), bourgeon de tilleul** (*Tilia tomentosa*), bourgeon d'olivier** (*Olea europaea*).
Alcool : 30% vol.

** ingrédient issu de l'agriculture biologique

Information nutritionnelle moyenne par jour (15 gouttes) :

Macérat de bourgeon de figuier : 150 mg, macérat de bourgeon de tilleul : 150 mg, macérat de bourgeon d'olivier : 150 mg.

Présentation

Flacon avec pipette compte-goutte.

Volume net

30 ml.

Précautions d'emploi

Les compléments alimentaires doivent être utilisés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne pas être utilisés comme substituts d'une alimentation variée et équilibrée. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Réservé à l'adulte. Déconseillé chez la femme enceinte et allaitante ou en période de sevrage alcoolique. Consulter un professionnel de santé en cas de doute ou de prise simultanée de médicaments. Ne pas consommer en cas d'insuffisance cardiaque ou rénale. A conserver dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière.





Les bourgeons renferment toutes les propriétés en devenir de la plante. Ils sont récoltés au printemps, à la pleine montée de la sève, avant leur éclosion.



FR-BIO-01
Agriculture France

Nos bourgeons sont tous garantis **frais, entiers, bio et d'origine France**. Les macérats de bourgeons Bio FormVital sont préparés suivant le principe du Docteur Pol Henry : la macération se fait pendant minimum 20 jours dans un mélange 1/3 eau, 1/3 alcool bio et 1/3 glycérine bio. On les appelle macérats-mères, ils ne sont pas dilués et sont utilisables en l'état.

Descriptif

*L'aubépine aide à trouver un meilleur sommeil.

Conseils d'utilisation : 15 gouttes par jour à prendre pur ou dilué dans un peu d'eau dans une cuillère à café.

Ingrédients

Glycérine végétale**, eau, alcool**, bourgeon d'aubépine** (*Crataegus laevigata*), bourgeon de tilleul** (*Tilia tomentosa*), bourgeon de noisetier** (*Corylus avellana*). Alcool : 30% vol.

** ingrédient issu de l'agriculture biologique

Information nutritionnelle moyenne par jour (15 gouttes) :

Macérat de bourgeon d'aubépine : 150 mg, macérat de bourgeon de tilleul : 150 mg, macérat de bourgeon de noisetier : 150 mg.

Présentation

Flacon avec pipette compte-goutte.

Volume net

30 ml.

Précautions d'emploi

Les compléments alimentaires doivent être utilisés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne pas être utilisés comme substituts d'une alimentation variée et équilibrée. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Réservé à l'adulte. Déconseillé chez la femme enceinte et allaitante ou en période de sevrage alcoolique. Consulter un professionnel de santé en cas de doute ou de prise simultanée de médicaments. A conserver dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière.

