

Une synergie de :
Vitamines
Minéraux
Antioxydants
Protéines
Fibres



Clémence BLUTEAU
RCN : 608507949

#soutien nutritionnel #énergie #immunité #prévention #fatigue #stress
#maladies diverses #inflammations chroniques #grossesse #SPM
#endométriose #SOPK #infertilité #ménopause

Enrichi en lunasine - Arôme naturel de vanille - 30 mesures dans le pot

- Vitamine A**
- Présente sous forme de pro vitamine A, extraite des caroténoïdes naturels.
 - Action antioxydante
 - Indispensable à la qualité de la vision
 - Participe au bon fonctionnement immunitaire et au maintien d'une peau saine
 - Contribue à lutter contre le vieillissement
 - Protège contre certains cancers
 - Bénéfique pour le cœur
- Vitamines B**
- **B1** intervient dans le processus de conversion des glucides en énergie et aide au bon fonctionnement du système nerveux et musculaire.
 - **B2** joue un rôle dans le métabolisme énergétique et l'état des cellules buccales, oculaires et capillaires
 - **B3** aide principalement l'organisme à bien assimiler les nutriments, veille au bon état de l'ADN et participe à la production d'énergie.
 - **B5** joue un rôle dans le métabolisme énergétique, la cicatrisation, les fonctions d'apprentissage et de mémorisation et la synthèse des hormones.
 - **B6** influe sur le système nerveux et immunitaire, aide à assimiler le magnésium et à synthétiser des protéines.
 - **B8** joue un rôle dans la synthèse des acides gras, acides aminés et glucides, et participe au bon fonctionnement des systèmes nerveux et immunitaire.
 - **B9** joue un rôle dans la synthèse des acides aminés, purines et pyrimidines, dans le bon fonctionnement des systèmes nerveux et immunitaire et dans le renouvellement cellulaire
 - **B12** joue un rôle dans le métabolisme énergétique, la synthèse de l'ADN et le bon fonctionnement du système immunitaire.
- Vitamine C**
- Protège contre le vieillissement cellulaire
 - Soutient l'immunité
 - Permet la synthèse du collagène et donc l'entretien de la peau, des gencives, des cartilages, ...
 - Anti-fatigue, contribue aussi à la synthèse d'adrénaline et de noradrénaline et améliore l'assimilation du fer.
 - Alliée contre le surpoids, permet la combustion des graisses et la régulation de la glycémie.

- Vitamine D**
 - Favorise la concentration dans le sang de phosphore et de calcium.
 - Renforce le système immunitaire
- Vitamine E**
 - Antioxydante, contribue principalement à la prévention des maladies liées à l'âge : arthrose, cataracte, DMLA
- Vitamine K**
 - Joue un rôle dans la fixation du calcium sur les os
 - Favorise une bonne coagulation sanguine.
- Fructooligo-saccharides**
 - Fibres qui permettent la restauration du microbiote et la croissance des bonnes bactéries
- Calcium**
 - Joue sur la formation et la solidité des os
 - Responsable de la contraction musculaire, de la transmission nerveuse, de la coagulation sanguine et joue également un rôle dans la libération d'hormones.
- Zinc**
 - Stimulation des défenses immunitaires
 - Amélioration de la cicatrisation
 - Rôle essentiel dans le métabolisme cellulaire en permettant le fonctionnement de très nombreuses enzymes
 - Rôle dans la croissance et le développement de l'enfant et du fœtus durant la grossesse
 - Maintien une fonction cognitive normale
 - Maintien de la peau, des cheveux et des ongles en bon état
 - Rôle dans la vue, le goût et l'odorat
 - Activité anti-oxydante essentielle
- Chrome**
 - Prévention du diabète
 - Régule les pulsions sucrées et les fringales, régule la formation des graisses (très utile dans la gestion du poids)
 - Besoin accru chez les seniors et les femmes enceintes
- Potassium**
 - Joue sur la contraction musculaire
 - Nécessaire au bon fonctionnement des cellules, des nerfs, des artères et du système nerveux
- Phosphore**
 - Constituant des membranes cellulaires
 - Assure la solidité des os et des dents en synergie avec le calcium
 - Joue un rôle dans le métabolisme énergétique
 - Maintien de l'équilibre acidobasique dans le sang
- Magnésium**
 - Lié au métabolisme du calcium
 - Nécessaire à la formation des os et des dents
 - Contribue au métabolisme énergétique normal
 - Participe au bon fonctionnement des nerfs, des muscles et du psychologique
 - Permet le bon fonctionnement de nombreuses enzymes et une synthèse protéique normale
- Fer**
 - Nécessaire au transport et à l'utilisation de l'oxygène par les globules rouges
 - Permet le bon fonctionnement du système immunitaire et cognitif
 - Contribue au métabolisme énergétique normal

- Cuivre
 - Permet le bon fonctionnement du système nerveux
 - Renforce le système immunitaire
 - Maintien des tissus conjonctifs normaux
 - Effet antioxydant
 - Intervient dans la formation des tendons, des cartilages, dans la minéralisation des os, dans la production des globules rouges, et dans la synthèse de la mélanine
 - Contribue au métabolisme énergétique normal
 - Participe au transport du fer dans le sang
- Manganèse
 - Contribue à un métabolisme énergétique normal
 - Protège les cellules contre le stress oxydatif
 - Participe à la production d'insuline
 - Favorise la formation osseuse
- Sélénium
 - Aide à lutter contre les radicaux libres
 - Protège les cellules contre le stress oxydatif
 - Favorise un bon fonctionnement du système immunitaire
 - Impliqué dans le métabolisme des hormones thyroïdiennes
 - Participe au maintien de cheveux et d'ongles normaux
 - Contribue à une spermatogenèse normale
- Molybdène
 - A besoin d'être en synergie avec le fer, le zinc et le cuivre
 - Participe à la formation des acides aminés et à la création des purines qui sont des constituants de l'ADN.
- Iode
 - Indispensable à la synthèse des hormones thyroïdiennes
 - Contribue au métabolisme énergétique normal
 - Aide à la régulation de la température corporelle
 - Favorise une bonne croissance
 - Permet un bon fonctionnement du système nerveux
- Protéines de soja (sans OGM)
 - Protéine végétale très complète qui apporte entre autre les 8 acides aminés essentiels et le tryptophane
 - Soutient la masse musculaire
 - Contribue à renforcer la densité osseuse
- Sels minéraux
 - Assure un meilleur équilibre hydrique et hydroélectrique
- Ail
 - Antioxydant
 - Propriétés protectrices vis-à-vis du cancer
- Racine de Réglisse
 - Impacte sur les troubles digestifs et l'immunité
 - Protège des aphtes et des maladies de la peau
- Varech
 - Aide à équilibrer l'acidité gastrique,
 - Renforce les ongles, la peau, les cheveux
 - A un effet coupe faim
- Racine de piment
 - Aide à réguler la tension artérielle
 - A un effet coupe faim
- Lunasine
 - Voir fiche produit LunarichC



core nutrition
nutrition de base

Nutritional Information:	Average values	per/par	per 20.5 g (1 scoop)		
	Valeurs moyennes	100 g	par 20.5 g (1 cuillère)		
This container supplies 30 one scoop (20.5 g) servings.	Energy/Energie kJ	1220	251		
	kcal	288	59		
Information nutritionnelle : Cette boîte contient l'équivalent de 30 portions 1 cuillère (20.5 g) = 1 portion	Fat/Graisses (g)	2.9	0.6		
	of which saturates/dont acides gras saturés (g)	0.5	0.1		
	Carbohydrate/Glucides (g)	30.7	6.3		
	of which sugar/dont sucres (g)	22.4	4.6		
	Fiber/Fibres alimentaires (g)	3.9	0.8		
	Protein/Protéines (g)	34	7.0		
	Salt/Sel (g)	0.55	0.11		
		per/par 100 g	%RI per/par 100g	per/par 20.5 g	%RI per/par 20.5 g
	Vitamin/Vitamine A (µg)	3902	488	800	100
	Vitamin/Vitamine D (µg)	24	480	5	100
	Vitamin/Vitamine E (mg)	146	1217	30	250
	Vitamin/Vitamine K (µg)	243	324	50	66
	Vitamin/Vitamine C (mg)	976	1220	200	250
	Vitamin/Vitamine B1 (mg)	9.7	882	2	182
	Vitamin/Vitamine B2 (mg)	19.5	1393	4	286
	Niacin/Niacine (mg)	97.6	610	20	125
	Vitamin/Vitamine B6 (mg)	19.5	1393	4	286
	Folic Acid/Acide folique (µg)	1951	975	400	200
	Vitamin/Vitamine B12 (µg)	14.6	584	3	120
	Biotin/Biotine (µg)	1463	2926	300	600
	Pantothenic Acid/Acide panthothénique (mg)	88	1467	18	300
Reliv Now® is a product of Reliv International, Inc. Chesterfield, MO 63006-0405 Made in U.S.A.	Potassium (mg)	1707	85	350	17.5
	Calcium (mg)	3414	427	700	87.5
	Phosphorus/Phosphore (mg)	3415	488	700	100
	Magnesium/Magnésium (mg)	1463	390	300	80
Reliv Now® est un produit de Reliv International, Inc. Chesterfield, MO, USA 63006-0405 Fabriqué aux États-Unis	Iron/Fer (mg)	29	207	6	43
	Zinc (mg)	24	240	5	50
	Copper/Cuivre (mg)	10.3	1030	2.12	212
	Manganese/Manganèse (mg)	9.7	485	2.0	100
	Selenium/Sélénium (µg)	122	222	25	45
	Chromium/Chrome (µg)	122	305	25	62
	Molybdenum/Molybdène (µg)	122	244	25	50
	Iodine/Iode (µg)	732	488	150	100
	% RI is percentage of Reference Intake				
	% RI est le pourcentage d'apport nutritionnel de référence				



glutenfree
sans gluten

ingredients: Soya protein isolate (29.76%), fructose, soya powder (18.35%)*, magnesium phosphate, dicalcium phosphate, calcium carbonate, potassium chloride, flavouring, ascorbic acid, soya lecithin, vitamin E preparation (d-alpha tocopherol acetate, maize starch), flavour enhancer preparation (potato maltodextrin, sugar, flavouring), fructooligosaccharide preparation (oligofructose, fructose, vegetable protein isolate, flavouring), beta carotene preparation (modified maize starch, soyabean oil, antioxidants: ascorbyl palmitate, mixed tocopherols; beta carotene), kelp, calcium pantothenate, niacinamide, acacia gum, ferrous fumarate, copper gluconate, vitamin A preparation (modified maize starch, vitamin A palmitate, coconut oil, antioxidants: butylated hydroxytoluene, tocopherols; anti-caking agent: silicon dioxide), manganese sulphate, zinc oxide, pyridoxine hydrochloride, vitamin K preparation (dextrose, acacia gum, coconut oil, vitamin K1), riboflavin, thiamin hydrochloride, vitamin D2 preparation (ergocalciferol, maltodextrin, polysorbate 80, antioxidant: butylated hydroxytoluene), liquorice root powder, capsicum root powder, folic acid, biotin, garlic powder, potassium iodide, sodium molybdate, chromium chloride, sodium selenite, vitamin B12.

ingrédients : isolat de protéines de soja (29.76%), fructose, poudre de soja (18.35 %)*, phosphate de magnésium, phosphate bicalcique, carbonate de calcium, chlorure de potassium, arôme, acide ascorbique, lécithine de soja, préparation de vitamine E (Acétate d'Alpha Tocophérol, amidon de maïs), exhausteurs de goût (maltodextrine de pomme de terre, sucre, arôme), préparation à base de fructo oligosaccharides (oligofructose, fructose, isolat de protéine végétale, arôme), préparation à base de bêta-carotène (amidon de maïs modifié, huile de soja, anti-oxydants : palmitate d'ascorbyle, tocophérols mélangés, bêta-carotène), poudre de varech, panthoténate de calcium, niacinamide, gomme d'acacia, fumarate de fer, gluconate de cuivre, préparation à base de vitamine A (amidon de maïs modifié, palmitate de vitamine A, huile de coco, anti-oxydants : hydroxytoluène butylé, tocophérols; anti-agglomérant : dioxyde de silicium), sulfate de manganèse, oxyde de zinc, chlorhydrate de pyridoxine, préparation à base de vitamine K (dextrose, gomme d'acacia, huile de coco, vitamine K1), riboflavine, chlorhydrate de thiamine, préparation à base de vitamine D2 (ergocalciférol, maltodextrine, polysorbate 80, anti-oxydants : hydroxytoluène butylé), poudre de racine de réglisse, poudre de racine de piment sec, acide folique, biotine, poudre d'ail, iode de potassium, molybdate de sodium, chlorure de chrome, sélénite de sodium, vitamine B12 (cyanocobalamine).