

Nutri Veggies

Mix VM

Les vitamines et les minéraux jouent un rôle essentiel en aidant le corps à maintenir la fonction normale au quotidien, quel que soit notre âge et notre mode de vie. Ce sont des micronutriments essentiels à la vie. « Micro » parce que nous en avons besoins en quantités infimes.

LES VITAMINES

Les vitamines sont des substances organiques, sans valeur énergétique propre qui sont nécessaires à l'organisme et que l'homme ne peut pas synthétiser, ou qu'il fabrique en quantité insuffisante (vitamines K, D et B3). Elles doivent donc être fournies pour tout ou partie par l'alimentation.

Cependant elles peuvent être facilement abîmées (par exemple par cuisson) et les teneurs dans les aliments sont de plus en plus réduites.

LES MINÉRAUX

Dans le contexte de la nutrition, les minéraux sont des éléments chimiques nécessaires au bon fonctionnement de l'organisme. Ils sont utilisés dans une grande variété de processus physiologiques essentiels au développement d'activités quotidiennes.

Représentant près de 4% du poids du corps humain, les minéraux alimentaires ont des fonctions aussi vitales que multiples au sein de l'organisme.

Contrairement aux graisses, aux glucides ou aux protéines, on ne les considère pas comme des nutriments qui apportent de l'énergie. Ils exercent cependant une action régulatrice vitale pour le développement normal des activités quotidiennes.



NutriVeggies

Mon Cycle Zen

Le complément alimentaire NutriVeggies Mon Cycle Zen est spécialement conçu pour accompagner les femmes tout au long de leur cycle menstruel. Grâce à une formulation unique associant des ingrédients naturels, des plantes, des vitamines et des minéraux, NutriVeggies Mon Cycle Zen vise à soutenir le bien-être menstruel.

C'est le complice au quotidien pour vivre un cycle menstruel plus zen, apportant soutien et équilibre à chaque étape du cycle.



Le cycle féminin

CAUSES PRINCIPALES DES CYCLES COMPLIQUÉS

Le syndrome prémenstruel est un trouble qui touche la santé physique et émotionnelle des femmes, avant l'arrivée des règles. Il concernerait 20 à 40 % des femmes en âge de procréer, avec des manifestations d'intensité variable. La cause du SPM est principalement liée aux changements cycliques des hormones ovariennes stéroïdiennes. La sérotonine qui agit sur l'humeur et le sommeil est particulièrement touchée. Cette sensibilité hormonale varie selon les femmes et les périodes de leur vie, ce qui rend ce syndrome difficile à étudier.

Ces règles inconfortables, appelées dysménorrhées, affectent entre 50 et 80% des femmes, et sont très fréquentes à l'adolescence. Les tensions ressenties lors des règles sont liées aux contractions de l'utérus. En l'absence de grossesse, l'ovule n'ayant donc pas été fécondé, les ovaires cessent subitement de produire des œstrogènes et de la progestérone, une hormone anti-inflammatoire clé. Plusieurs molécules sont alors sécrétées, dont principalement des substances inflammatoires comme les prostaglandines, afin de déclencher les contractions utérines grâce auxquelles l'endomètre et le sang sont expulsés chez certaines femmes, l'utérus se contracte plus intensément. Il faut agir sur le terrain inflammatoire pour réduire ces désagréments menstruels.

SIGNES DES DYSMÉNORRHÉES

Chez de nombreuses femmes, les règles s'annoncent par un léger malaise ou des tensions dans le bas-ventre. Pour certaines, des troubles notables peuvent survenir avant et pendant les règles, rendant celles-ci très pénibles et constituant un handicap sérieux au quotidien. La plupart du temps, ces tensions surviennent dès le début des règles et peuvent irradier dans les reins et les cuisses. Certaines femmes peuvent avoir des désagréments plus violents et plus prononcés.

Les manifestations les plus courantes du SPM seront : inconfort des règles (bas ventre, seins), tête lourde, nausées, ballonnements, inconforts digestifs, manque d'énergie, anxiété, irritabilité et difficulté de concentration.

Ces manifestations surviennent quelques jours avant le début des règles et persistent jusqu'au début des menstruations.

FRÉQUENCE DES DYSMÉNORRHÉES

Les dysménorrhées peuvent toucher près de 15 à 80 % des femmes de moins de 30 ans. Elles invalident 15 % des femmes et sont la cause d'absentéisme scolaire et professionnel.



NutriVeggies Mon Cycle Zen

Apporte un soulagement efficace avant et pendant les menstruations, grâce à une combinaison d'ingrédients aux vertus à la fois traditionnelles et scientifiquement prouvées.

COMPOSITION

Cette formule complète associe les bienfaits d'ingrédients reconnus tels que la Cimicifuga, le Gingembre, le Magnésium et la Vitamine B6, ciblant ainsi l'inconfort physique et psychique associé au cycle menstruel.

Le Cimicifuga est aussi appelée « Racine de la femme » par les Amérindiennes. Dans l'usage traditionnel, cette plante était considérée comme une aide naturelle pour le confort féminin.

- Gingembre : Contribue au bien-être physique, combat la fatigue, soutient la digestion et favorise le transit intestinal.
- Magnésium : Favorise des fonctions psychologiques normales et un bon fonctionnement du système nerveux.
- Vitamine B6 : Aide à réguler l'activité hormonale.
- Cimicifuga : agit en synergie avec les autres composants.

UTILISATION

- Dosage : prendre une gélule de Mon Cycle Zen par jour avec un grand verre d'eau.
- Moment de la prise : Prendre Mon Cycle Zen le matin au petit déjeuner.
- Durée de la cure : Commencer 8 jours avant le début des règles et poursuivre pendant 7 jours à partir du 1er jour des règles, soit une cure de 15 jours.

Recommandation : Pour des effets optimaux, il est conseillé de suivre cette cure au moins 3 mois de suite. Plusieurs cures dans l'année sont possibles avec une pause d'un mois entre deux cures.

NutriVeggies Points forts



TECHNOLOGIE INNOVANTE POUR UNE MEILLEURE EFFICACITÉ : LA MICROGRANULE

- Simplicité de consommation
- Démarche de formulation respectueuse des écosystèmes, pour garantir la meilleure assimilation et des résultats optimaux.
- Libération graduelle de la microgranule.
- Technologie qui a prouvé ses avantages dans certains médicaments.
- Possibilité d'ouvrir la gélule pour la prendre en sublingual ou dans un aliment type compote ou yaourt.

FORMULE SÛRE ET CERTIFIÉE

- Certification EVE végétal (Certification la plus rigoureuse végétal)

QUALITÉ PRODUIT POUR LES CONSOMMATEURS

- Extraits standardisés de plantes.
- Stabilité des dosages.
- Pureté des produits du fait de la qualité des extraits.
- Produits élaborés et fabriqués intégralement en France.
- Traçabilité complète, de la récolte des plantes à la livraison.

UNE GAMME NATURELLE EN RÉPONSE AUX ATTENTES ACTUELLES

- Végétal et Bio.
- Formule naturelle, sans substances d'origine animale et sans tests effectués sur animaux.
- Partenariats éthiques et responsables.
- Exigences environnementales strictes, flacons recyclables et réutilisables.





NutriVeggies Mix VM

Nous pouvons tous avoir des déficits en vitamines à certaines périodes de notre vie pour de multiples raisons et notamment :

- Régime alimentaire spécifique (végane, végétarien, fléxitarien)
- Alimentation déséquilibrée
- Carence en Vitamine D
- Fatigue

Malgré une alimentation équilibrée, il n'est pas toujours facile de couvrir ses besoins. Mix VM s'adresse donc à tous. Il offre une assurance nutritionnelle aux végans, végétariens, fléxitariens ou omnivores dans un monde où manger «correctement» devient de plus en plus complexe.

Mix VM convient particulièrement aux personnes soucieuses de compléter leur alimentation (végane, végétariens), aux personnes qui souhaitent lutter contre une baisse de forme, aux personnes en période de régime pour éviter d'éventuels déficits nutritionnels.

COMPOSITION

- Fer (100% VNR)
- Zinc (100% VNR)
- Camu camu (Myrciaria dubia) (dont vitamine C 18,5% VNR)
- Champignon du soleil BIO (agaricus blazei)
- Vitamine B9 (100% VNR)
- Iode (100% VNR)
- Sélénium (100% VNR)
- Vitamine K2 (100% VNR)
- Vitamine D3 (400% VNR)

Grâce à sa composition, Mix VM permet d'accompagner l'individu sur ses fonctions basiques essentielles.

Il renforce l'immunité, lutte contre le stress oxydatif et la fatigue, travaille l'ossature, le sang, le système nerveux, la vision, et la production d'hormones thyroïdiennes.

Il apporte des nutriments importants (vitamines ou minéraux) afin de suppléer les besoins en Vitamine D, zinc, fer, iode ou sélénium. *

- La Vitamine D contribue à une calcémie normale et au maintien d'une ossature normale
- La Vitamine K contribue à une coagulation sanguine normale & à une ossature normale
- La Vitamine B9 et le Fer contribuent à la formation normale du sang et réduisent la fatigue
- L'Iode contribue au fonctionnement normal du système nerveux et à la production d'hormones thyroïdiennes
- Le Sélénium contribue à renforcer les défenses naturelles et lutte contre le stress oxydatif
- Le Zinc contribue à renforcer le système immunitaire, la vision, l'ossature & une peau normale
- Le Champignon du soleil contribue à renforcer les défenses immunitaires

UTILISATION

- Dosage : prendre une gélule de MIX VM par jour avec un grand verre d'eau.
- Moment de la prise : le matin au petit déjeuner ou juste après.

Mix VM est le fruit d'une démarche scientifique rigoureuse, visant à offrir une solution complète pour combler les lacunes nutritionnelles, sans distinction de régime alimentaire. La technologie innovante de microgranule choisie pour ce produit garantit une absorption optimale des nutriments, faisant de ce produit une réponse universelle aux besoins de santé de chacun.

NutriVeggies Points forts



TECHNOLOGIE INNOVANTE POUR UNE MEILLEURE EFFICACITÉ : LA MICROGRANULE

- Simplicité de consommation
- Démarche de formulation respectueuse des écosystèmes, pour garantir la meilleure assimilation et des résultats optimaux.
- Libération graduelle de la microgranule.
- Technologie qui a prouvé ses avantages dans certains médicaments.
- Possibilité d'ouvrir la gélule pour la prendre en sublingual ou dans un aliment type compote ou yaourt.

FORMULE SÛRE ET CERTIFIÉE

- Certification EVE végétan (Certification la plus rigoureuse végétan)

QUALITÉ PRODUIT POUR LES CONSOMMATEURS

- Extraits standardisés de plantes.
- Stabilité des dosages.
- Pureté des produits du fait de la qualité des extraits.
- Produits élaborés et fabriqués intégralement en France.
- Traçabilité complète, de la récolte des plantes à la livraison.

UNE GAMME NATURELLE EN RÉPONSE AUX ATTENTES ACTUELLES

- Végan et Bio.
- Formule naturelle, sans substances d'origine animale et sans tests effectués sur animaux.
- Partenariats éthiques et responsables.
- Exigences environnementales strictes, flacons recyclables et réutilisables.



Nutri Veggies

Ashwagandha

L'Ashwagandha, *Withania somnifera*, est un arbuste originaire d'Inde. Il est connu sous le nom de «Ginseng indien» ou «cerise d'hiver». Son extrait de racine est un «tonique» utilisé depuis des siècles et très réputé dans la médecine ayurvédique. En sanskrit (langue ancienne indienne), «Ashwagandha» serait associé aux termes «fort comme un cheval», en référence aux propriétés revitalisantes et fortifiantes de cette plante. Son nom botanique «somnifera» fait, quant à lui, référence à sa capacité à favoriser le sommeil.

Cette plante est dite, adaptogène. Cela signifie qu'elle va s'adapter aux besoins de l'organisme et accroître de manière générale la résistance de l'organisme aux diverses manifestations du stress.



HISTOIRE

L'Ashwagandha, *Withania somnifera*, est une plante endémique de l'Inde. On la retrouve également dans certains pays d'Asie et en Afrique du Sud et peut se retrouver à l'état sauvage dans les régions arides du bassin méditerranéen. Elle aime les sols sableux et les climats des zones subtropicales.

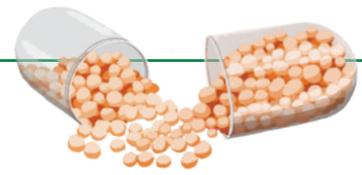
L'Ashwagandha est traditionnellement utilisée en médecine Ayurvédique depuis plus de 3000 ans. Elle est dite « rasayana », autrement dit « qui régénère et rajeunit ». Classée comme plante adaptogène, elle est citée comme herbe majeure dans le « charaka samhita », un texte indien datant de plus de 1000 ans avant JC. Elle est traditionnellement utilisée comme un tonique général, apportant vitalité et longévité mais également comme aide pour retrouver un sommeil réparateur.

Son utilisation dans la phytothérapie européenne se fera bien plus tard

DESCRIPTION

L'Ashwagandha, *Withania somnifera*, est un arbuste n'excédant pas 80 cm de haut faisant partie de la famille des Solanacées. Ses grandes feuilles ovales sont recouvertes de poils cotonneux. De petites fleurs blanches regroupées par 4 ou 6 laisseront apparaître des baies rouge-orangé. Elles sont enveloppées d'un calice, d'où leur surnom de « lanterne chinoise ». L'Ashwagandha possède de longues racines tubéreuses (20 à 30 cm de long).

A maturité, les racines, riches en actifs, sont utilisées à des fins médicinales. Elles contiennent des antioxydants, du fer, du potassium, des acides gras et du glucose mais aussi de nombreux composés biologiquement actifs qui donnent à la plante ses vertus spécifiques tels que l'ashwagandhine, la withanolide, la withanine, la withaférine, la somniférine, la somnine, ou l'anaférine.



NutriVeggies Ashwagandha

L'ashwagandha est un allié idéal auquel sont associées de nombreuses vertus :

- Contribue à une relaxation optimale
- Aide l'organisme à résister au stress et contribue au bien-être.
- Favorise l'apparition du sommeil :
- Agit sur le sommeil grâce à sa teneur en somniférine et en L-tryptophane.
- Favorise l'endormissement en évitant les réveils en pleine nuit.
- Aide à retrouver un sommeil naturel car elle n'agit pas comme un sédatif.
- Aide l'organisme à gérer le stress :
- Aide à s'adapter plus facilement aux situations stressantes (vie quotidienne, pollution...).
- Améliore la résistance de l'organisme face aux baisses d'énergie.

Cette plante adaptogène va permettre à l'organisme de faire face aux stress et ainsi d'agir sur la concentration et les performances. Elle s'adapte aux besoins réels de l'organisme.

L'ashwagandha agit sur l'ensemble des systèmes du corps humain, en aidant à réguler les processus biologiques. Les composés actifs les plus connus sont les withanolides qui vont favoriser le bon équilibre de l'organisme.

L'Ashwagandha est également connu pour ses puissantes propriétés antioxydantes grâce à sa forte teneur en tanins et flavonoïdes. De ce fait, il contribue à lutter contre l'accumulation des radicaux libres et à protéger les cellules nerveuses du stress oxydant.

Enfin, de par ses nombreuses propriétés, cette plante trouvera sa place auprès des sportifs amateurs ou professionnels.

UTILISATION

2 gélules par jour, à prendre avec un verre d'eau au cours du repas (2 heures avant le coucher).

Programme sur 20 jours, renouvelable après un arrêt de 7 jours. Cet extrait est titré à 5% de withanolides.

Déconseillé chez les femmes enceintes et allaitantes et chez les enfants de moins de 12 ans.

NutriVeggies Points forts



TECHNOLOGIE INNOVANTE POUR UNE MEILLEURE EFFICACITÉ : LA MICROGRANULE

- Simplicité de consommation
- Démarche de formulation respectueuse des écosystèmes, pour garantir la meilleure assimilation et des résultats optimaux.
- Libération graduelle de la microgranule.
- Technologie qui a prouvé ses avantages dans certains médicaments.
- Possibilité d'ouvrir la gélule pour la prendre en sublingual ou dans un aliment type compote ou yaourt.

FORMULE SÛRE ET CERTIFIÉE

- Certification EVE végétan (Certification la plus rigoureuse végétan)

QUALITÉ PRODUIT POUR LES CONSOMMATEURS

- Stabilité des dosages.
- Pureté des produits du fait de la qualité des extraits.
- Produits élaborés et fabriqués intégralement en France.
- Traçabilité complète, de la récolte des plantes à la livraison.

UNE GAMME NATURELLE EN RÉPONSE AUX ATTENTES ACTUELLES

- Végétan et Bio.
- Formule naturelle, sans substances d'origine animale et sans tests effectués sur animaux.
- Partenariats éthiques et responsables.
- Exigences environnementales strictes, flacons recyclables et réutilisables.

