

SOMMEIL & GESTION DU STRESS

Germag®

Pot de 173 g

Magnésium/vitamines B

- 1 Équilibre nerveux et psychologiques
- 2 Bénéfice sur la fatigue
- 3 Protection antioxydante
- 4 Entretien des défenses naturelles

Le magnésium est un carburant de l'organisme, il est impliqué dans plus de 400 réactions biochimiques. L'organisme en consomme pour assurer ses fonctions essentielles, mais aussi pour répondre aux sollicitations extérieures : stress (social, environnemental, professionnel ou familial), exercice régulier, inflammation chronique.

Un excès de sollicitations peut entraîner un manque de magnésium.

À qui s'adresse Germag® ?

Germag® s'adresse à toutes les personnes exposées au manque de magnésium. Les conséquences d'un manque de magnésium sont nombreuses : sensibilité accrue, fatigue nerveuse et physique, irritabilité, crampes, tressautement des paupières, fourmillements.

En raison de son apport en nutriments fonctionnels et en magnésium, **Germag®** est recommandé pour se sentir mieux dans sa peau et retrouver l'harmonie avec le monde extérieur.

Actions de Germag®



■ 1 - Contribue au **fonctionnement normal du système nerveux** et aux **fonctions psychologiques normales** grâce au magnésium et aux vitamines B1, B3, B6, B8, B12 et C.



■ 2 - Contribue à **réduire la fatigue** et participent au **métabolisme énergétique normal** à l'aide du magnésium, des vitamines B2, B3, B5, B6, B12 et C.



■ 3 - Contribue à **protéger les cellules contre le stress oxydatif** (radicaux libres) grâce aux manganèse, cuivre, sélénium et zinc ainsi qu'aux vitamines B2, C et E. Contribue au **maintien d'une glycémie normale** à l'aide du chrome et à une **fonction thyroïdienne normale** grâce au sélénium. Participe au **métabolisme glucidique normal** grâce au zinc.



■ 4 - Contribue au **fonctionnement normal du système immunitaire** à l'aide des vitamines A, B6, B9, B12 et C ainsi qu'à l'aide des cuivre, sélénium et zinc.



Conseils d'utilisation

Germag® se prend de préférence au cours des repas du matin, du midi ou avant 18h après dilution dans un verre d'eau ou de lait végétal.

Dose optimale : 5,7 à 11,4 g soit 2 à 4 cuillères à café par jour, en 1 ou 2 prises (10 à 20 mL).

Associations recommandées : **Oméga 3 (34/24)** ; **Huile de Krill**

Précautions d'emploi : Déconseillé aux fumeurs (bêta-carotène).

Ingrédients

- Sirop d'agave
- Bisglycinate de magnésium
- Arôme naturel d'agrumes
- Citrate de magnésium
- Gomme d'acacia
- Glycine
- L-Glutamine
- Citrulline
- Taurine
- Tyrosine
- Méthionine
- Ubiquinone
- Extrait d'acérola (*Malpighia glabra* L.)
- D-α-tocophérol
- Acide L-ascorbique
- Bisglycinate de zinc
- Extrait de jus de melon (*Cucumis melo* L.) riche en SOD (superoxyde dismutase)
- Caroténoïdes d'origine naturelle
- Levure enrichie en sélénium
- Nicotinamide
- Gluconate de manganèse
- Bisglycinate de cuivre
- D-pantothénate de calcium
- Chlorhydrate de pyridoxine
- Cyanocobalamine
- Chlorhydrate de thiamine
- Riboflavine
- Picolinat de chrome
- Acide folique
- Molybdate de sodium
- Biotine

Informations nutritionnelles

	Pour 4 cuillères à café (11,4 g)	%VNR*
Bisglycinate de magnésium	2800 mg	-
Citrate de magnésium	800 mg	-
Glycine	600 mg	-
L-Glutamine	500 mg	-
Citrulline	400 mg	-
Taurine	200 mg	-
Tyrosine	200 mg	-
Méthionine	102 mg	-
Extrait d'acérola dont Vit. C**	96 mg	-
Coenzyme Q10	30 mg	-
Extrait de jus de melon riche en SOD***	20 mg	-
Chrome	16 µg	41
Cuivre	0,4 mg	40
Magnésium	360 mg	96
Manganèse	0,8 mg	40

***SOD : Superoxyde dismutase

	Pour 4 cuillères à café (11,4 g)	%VNR*
Molybdène	20 µg	40
Sélénium	22 µg	40
Zinc	4 mg	40
β-carotène	2,5 mg	-
Soit Vit. A	409 µg	51
Vit. B1	1,1 mg	101
Vit. B2	0,7 mg	51
Vit. B3	8,2 mg	51
Vit. B5	3,1 mg	51
Vit. B6	1,4 mg	102
Vit. B8	27 µg	54
Vit. B9	108 µg	54
Vit. B12	1,3 µg	51
Acide L-ascorbique**	25 mg	-
**Vit. C totale	41 mg	51
Vit. E	12 mg	102

*Valeurs Nutritionnelles de Référence