

PHARMALP BOOST

LA FORMULE SUISSE POUR BOOSTER L'ORGANISME



Périodes de stress, examens

Matins, réveils difficiles

Manque de vitalité et d'énergie

Fatigue passagère

RHODIOLA ROSEA

+

MAGNESIUM

+

VIT. B1 (THIAMINE)

- 300 mg
- Plante adaptogène : augmente la vitalité et améliore la capacité de résistance au stress
- Plante BIO cultivée en CH

- 15% VNR*
- Citrate de magnésium biodisponible et bien assimilé par l'organisme
- Contribue au métabolisme énergétique normal et à la réduction de la fatigue

- 85% VNR*
- Contribue au fonctionnement normal du système nerveux et de l'humeur

✓ Sans gluten ni lactose ✓ Convient aux végans

*Valeur Nutritive Recommandée quotidiennement

RECOMMANDATIONS & POSOLOGIES

- ➔ **Idéal en périodes de stress aigu** : examens, charge de travail
- ➔ **En cas de matins et réveils difficiles** : fatigue durant la journée, épuisement
- ➔ **En cas de changement de saison** : fatigue printanière, automnale
- ➔ **En cas de perte de motivation** : aide à la concentration
- ➔ **En période de préparation physique et sportive** : favorise la récupération
- ➔ **En période de convalescence** : en récupération après une grippe, virus,...
- ➔ **En alternative de certains excitants** (guarana, maca, café,...)

Approche pratique

- ✓ **Evaluer le stress** : symptômes, causes, durée,...
- ✓ En cas de problèmes digestifs et intestinaux : conseiller PHARMALP MICROBIOTA pour l'équilibre du microbiote et le confort digestif

Le matin :

1 comprimé / jour pendant 20 jours.
A renouveler si besoin.

⊗ **Déconseillé aux enfants et aux femmes enceintes ou allaitant**



Troubles du sommeil et
difficultés d'endormissement

Soirées et nuits agitées

Besoin de se détendre et de repos

PLANTES ALPINES CH

- Mélisse : 300 mg
- Eschscholtzia : 200 mg
- Aspérule odorante : 10 mg

➤ Plantes reconnues pour leurs propriétés calmantes et relaxantes

MAGNESIUM

- 15% VNR*
- Citrate de Mg, biodisponible et bien assimilé par l'organisme
- Contribue au fonctionnement normal du système nerveux

VITAMINE B6

- 85% VNR*
- Contribue au maintien de l'équilibre psychique et à la réduction de la fatigue

✓ Sans gluten ni lactose ✓ Convient aux végétariens

*Valeur Nutritive Recommandée quotidiennement

RECOMMANDATIONS & POSOLOGIES

- En cas de troubles légers du sommeil : sommeil de mauvaise qualité, difficultés d'endormissement, réveils nocturnes,...
- En cas de manque de repos : pour la détente et la récupération le soir
- En cas d'agitation le soir

Approche pratique

- ✓ Evaluer le stress : symptômes, causes, durée,...
- ✓ Identifier les problématiques du sommeil du patient

Le soir :

1 comprimé / jour pendant 20 jours.
1h avant le coucher
A renouveler si besoin.

⊘ Déconseillé aux enfants < 12 ans
et aux femmes enceintes ou allaitant

Le conseil additionnel Pharmalp pour le rééquilibrage jour/nuit de l'organisme

- Cure de 10 jours
- Idéal aussi en cas de jetlag



PHARMALP RELAXKIT

- Plantes alpines CH + Mg + Vit. B
- 10 comp. BOOST + 10 comp. SLEEP
- 1 comp. le matin, 1 comp. le soir