



Alpinamed

## Safran d'Or Capsules

Végan

### Informations sur le produit

Complément alimentaire

✓ **Pour un équilibre du psychisme et du système nerveux<sup>Ⓞ</sup>**

Pour réduire la fatigue et la lassitude<sup>Ⓞ</sup>

### Ingrédients

- Extrait de safran
- Extrait de curcuma
- B6, B12, acide folique, magnésium

- Végan
- Sans gluten
- Sans lactose
- Sans agents conservateurs

## Alpinamed® Zafferano Oro Capsule

Per equilibrio psichico e armonizzazione del sistema nervoso. Per ridurre stanchezza e affaticamento.

Grazie per aver scelto di acquistare Zafferano Oro capsule di Alpinamed.

### Cos'è Zafferano Oro di Alpinamed?

Zafferano Oro di Alpinamed è un integratore alimentare in forma di capsule. Ogni capsula contiene 30 mg di estratto di zafferano dagli stimmi freschi dello zafferano iraniano, nonché uno speciale estratto di radice di curcuma facilmente assimilabile con 30 mg di curcumina, integrato con magnesio e vitamine del gruppo B per la mente e i nervi, nonché per ridurre la stanchezza e l'affaticamento.

### Perché Zafferano Oro di Alpinamed contiene magnesio e vitamine?

Secondo l'ordinanza del DFI (Dipartimento federale dell'interno) concernente le informazioni sulle derrate alimentari (OID), le sostanze vitali (magnesio e vitamine del gruppo B) contenute in Zafferano Oro contribuiscono alla normale funzione mentale, al normale funzionamento del sistema nervoso e alla riduzione di stanchezza e affaticamento.

### Come viene dosato Zafferano Oro di Alpinamed?

Gli adulti assumono 1 capsula al giorno, senza masticarla, con un po' di liquidi.

### Per quanto tempo può essere assunto Zafferano Oro di Alpinamed?

Zafferano Oro è un integratore alimentare e, come tale, fa parte degli alimenti. Gli integratori alimentari devono essere assunti per tutto il tempo in cui è presente un bisogno delle sostanze nutritive in essi contenute.

### Perché Zafferano Oro di Alpinamed contiene sostanze ausiliarie?

Per motivi tecnici, nella preparazione delle capsule di Zafferano Oro di Alpinamed sono necessari, come sostanze ausiliarie, il fosfato di calcio e il magnesio stearato vegetale. Le sostanze ausiliarie utilizzate sono omologate dalle autorità svizzere e soddisfano l'ordinanza del DFI sugli additivi ammessi nelle derrate alimentari.

### Zafferano Oro di Alpinamed contiene allergeni noti?

Zafferano Oro di Alpinamed è vegano e non contiene allergeni di latte, uova e pesce. Zafferano Oro non contiene parti di frutta a guscio né di cereali o soia. Zafferano Oro di Alpinamed è senza glutine e senza lattosio e non contiene conservanti.

### Come deve essere conservato Zafferano Oro di Alpinamed?

Zafferano Oro di Alpinamed deve essere conservato nella confezione originale, fuori dalla portata dei bambini e in un luogo asciutto e al riparo dalla luce.

### Zafferano Oro di Alpinamed viene analizzato?

Gli integratori alimentari sono una questione di fiducia. L'estratto di zafferano viene sottoposto ad analisi di laboratorio per verificare il contenuto di ingredienti determinanti per il valore, quali il safranale e la crocina. Vengono analizzati anche gli inquinanti ambientali quali cadmio, piombo, mercurio, arsenico, benzopireni e pesticidi, nonché i contaminanti microbiologici.

### Prodotto di qualità Alpinamed

La scelta delle materie prime e la produzione delle capsule di Zafferano Oro di Alpinamed sono soggette a processi di controllo e garanzia della qualità molto esigenti. Le materie prime di alta qualità sono sottoposte ad analisi di laboratorio complesse. Prima che il prodotto finito arrivi in commercio viene sottoposto a un processo di garanzia della qualità in più fasi.



✓ Qualità controllata

### Note

Le capsule di Zafferano Oro di Alpinamed sono vegane, senza glutine, senza lattosio e non contengono né conservanti né coloranti artificiali. Le capsule possono avere un diverso livello di riempimento o, talvolta, non essere completamente piene. Questo non ha alcun influsso sulla qualità. Gli integratori alimentari non sostituiscono una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano.

### I seguenti consigli possono essere utili per la normale funzione di mente e nervi, nonché per ridurre stanchezza e affaticamento:

#### Luce solare

Uscite all'aperto tutti i giorni, esponendovi alla luce del sole. Le passeggiate alla luce del giorno hanno un effetto positivo sull'umore e sullo stato d'animo.

#### Movimento

Le attività sportive liberano la testa e portano ad avere pensieri positivi.

#### Contatti sociali

Coltivate relazioni personali e contatti sociali. Partecipate quanto più possibile a incontri sociali, eventi associativi e manifestazioni culturali.

#### Tecniche di rilassamento

Partecipate a corsi per l'apprendimento di tecniche di rilassamento e applicate ciò che imparate. Questo aiuta ad abbattere lo stress e porta ordine nei propri pensieri.

#### Alimentazione equilibrata

Alimentatevi in maniera equilibrata, con molta frutta e verdura, e bevete regolarmente acqua o tisane alle erbe per idratare in modo ottimale le cellule nervose.

#### Musica

Rilassatevi con la vostra musica preferita. La musica esercita un effetto positivo sull'umore e conferisce nuovo slancio.

#### Sonno

Dormire a sufficienza è estremamente importante per una normale funzione della mente e dei nervi. Prestate attenzione a un ambiente tranquillo ed escludete eventuali fattori di disturbo. Le radiazioni e la luce della TV, del computer e del telefono cellulare possono avere un effetto negativo sul comportamento del sonno. Rilassatevi prima di andare a letto (tisane, passeggiate, musica leggera) ed evitate il consumo di media.

#### Animali domestici

Gli animali domestici possono avere un effetto positivo sulla soddisfazione generale e sull'umore.

#### Ridurre lo stress

Non pretendete troppo da voi stessi e concedetevi più spesso una pausa rilassante. Una routine quotidiana regolare con pause sufficienti è importante per il benessere personale. A volte provate a rispondere con un «no» e non dimenticate di pensare di tanto in tanto anche a voi stessi.

Fabbricato in Svizzera.  
Produzione e distribuzione: **Alpinamed AG, CH-9306 Freidorf**

107927-04/24



Alpinamed

## Safran Gold Kapseln

Végan

### Produktinformation

Nahrungsergänzungsmittel

✓ **Für psychische Balance und ein ausgeglichenes Nervensystem<sup>Ⓞ</sup>**

Zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung<sup>Ⓞ</sup>

### Inhaltsstoffe

- Safranextrakt
- Kurkumaextrakt
- B6, B12, Folsäure, Magnesium

- Vegan
- Glutenfrei
- Lactosefrei
- Ohne Konservierungsmittel

# Alpinamed® Safran Gold Kapseln

Für psychische Balance und ein ausgeglichenes Nervensystem. Zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung.

Vielen Dank, dass Sie sich für den Kauf von Alpinamed Safran Gold Kapseln entschieden haben.



✓ kontrollierte Qualität

## Hinweise

Alpinamed Safran Gold Kapseln sind vegan, glutenfrei, lactosefrei und enthalten weder Konservierungsmittel noch künstliche Farbstoffe. Die Kapseln können einen unterschiedlichen Füllstand aufweisen oder teilweise nicht ganz gefüllt sein. Dies hat keinen Einfluss auf die Qualität. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

**Für eine normale Funktion von Psyche und Nerven sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung können folgende Ratschläge hilfreich sein:**

### Sonnenlicht

Halten Sie sich täglich im Freien auf und geniessen Sie das Sonnenlicht. Spaziergänge bei Tageslicht wirken sich positiv auf Stimmung und Gemütslage aus.

### Bewegung

Sportliche Aktivitäten befreien den Kopf und bewirken andere Gedanken.

### Soziale Kontakte

Pflegen Sie persönliche Beziehungen und soziale Kontakte. Nehmen Sie so oft wie möglich an geselligen Treffen, Vereinsnähen und kulturellen Veranstaltungen teil.

### Entspannungstechniken

Besuchen Sie Kurse für Entspannungstechniken und wenden Sie das Gelernte an. Dies hilft Stress abzubauen und bringt Ordnung in die Gedanken.

### Ausgewogene Ernährung

Ernähren Sie sich ausgewogen mit viel Früchten und Gemüse und trinken Sie regelmässig Wasser oder Kräutertee, damit die Nervenzellen optimal versorgt werden.

### Musik

Entspannen Sie sich mit Ihrer Lieblingsmusik. Musik wirkt sich positiv auf Stimmung und Gemüt aus und verleiht neuen Schwung.

### Schlaf

Ausreichend Schlaf ist für eine normale Funktion von Psyche und Nerven ausgesprochen wichtig. Achten Sie auf eine ruhige Umgebung und entfernen Sie mögliche Störfaktoren. Strahlung und Licht von TV, Computer und Handy können sich negativ auf das Schlafverhalten auswirken. Entspannen Sie sich vor dem Zubettgehen (Tee, Spaziergang, leichte Musik) und verzichten Sie auf Medienkonsum.

### Haustiere

Haustiere können sich positiv auf die allgemeine Zufriedenheit und Stimmung auswirken.

### Stress abbauen

Muten Sie sich nicht zu viel zu und gönnen Sie sich öfters eine Entspannungspause. Ein geregelter Tagesablauf mit ausreichend Pausen ist wichtig für das Wohlbefinden. Versuchen Sie auch einmal «Nein» zu sagen und vergessen Sie nicht, zwischendurch auch an sich selbst zu denken.

Hergestellt in der Schweiz.

Herstellung und Vertrieb: **Alpinamed AG, CH-9306 Freidorf**

# Alpinamed® Safran d'Or Capsules

Pour un équilibre du psychisme et du système nerveux. Pour réduire la fatigue et la lassitude.



✓ Qualité contrôlée

Nous vous remercions d'avoir acheté les capsules Safran d'Or Alpinamed.

## Alpinamed Safran d'Or, c'est quoi?

Alpinamed Safran d'Or est un complément alimentaire sous forme de capsules. Chaque capsule contient 30 mg d'extrait de safran issu des stigmates frais de safran iranien, ainsi qu'un extrait de racine de curcuma particulier assimilable par l'organisme contenant 30 mg de curcumine, complété par du magnésium et des vitamines B pour le psychisme et les nerfs, et pour réduire la fatigue et la lassitude.

**Pourquoi les capsules Alpinamed Safran d'Or contiennent-elles du magnésium et des vitamines?**

Conformément à l'Ordonnance du DFI (Département fédéral de l'intérieur) concernant l'information sur les denrées alimentaires (OIDAI), les substances vitales contenues dans Safran d'Or (magnésium, vitamines B) contribuent à une fonction psychique normale, au fonctionnement normal du système nerveux ainsi qu'à la réduction de la fatigue et de la lassitude.

**Comment prendre les capsules Alpinamed Safran d'Or?** Les adultes prennent 1 capsule par jour, sans la mâcher, avec un peu de liquide.

**Pendant combien de temps peut-on prendre les capsules Alpinamed Safran d'Or?**

En tant que complément alimentaire, Safran d'Or fait partie des produits alimentaires. Les compléments alimentaires doivent être pris tant que subsiste un besoin concernant les nutriments qu'ils contiennent.

**Pourquoi les capsules Alpinamed Safran d'Or contiennent-elles des excipients?**

Pour des raisons techniques, du phosphate de calcium et du stéarate de magnésium végétal sont nécessaires, en tant qu'excipients, pour la fabrication des capsules Alpinamed Safran d'Or. Tous les excipients utilisés sont autorisés par les autorités suisses et sont conformes à l'ordonnance du DFI sur les additifs admis dans les denrées alimentaires.

**Alpinamed Safran d'Or contient-il des allergènes connus?**

Alpinamed Safran d'Or est végétal et ne contient aucun allergène contenu dans le lait, les œufs et le poisson. Safran d'Or ne contient ni composants de noix, ni composants de céréales, ni soja. Alpinamed Safran d'Or ne contient ni gluten, ni lactose, ni conservateurs.

**Comment conserver Alpinamed Safran d'Or?**

Alpinamed Safran Gold doit être conservé hors de portée des enfants, dans un endroit sec et à l'abri de la lumière, dans son emballage d'origine.

**Alpinamed Safran d'Or est-il contrôlé?**

Les compléments alimentaires sont une question de confiance. Des analyses réalisées en laboratoire portent sur la teneur de l'extrait de safran en substances qui lui confèrent sa valeur, telles que le safranal et la crocine. Le produit est également soumis à un examen de recherche de polluants environnementaux tels que le cadmium, le plomb, le mercure, l'arsenic, les benzopyrènes et l'arsenic, ainsi que de contaminations microbiologiques.

**Alpinamed, des produits de qualité**

La sélection des matières premières et la fabrication des capsules Alpinamed Safran d'Or sont soumises à une procédure de vérification et d'assurance qualité exigeante. Les matières premières de haute qualité sont soumises à des analyses biologiques complexes. Avant toute commer-

cialisation du produit prêt à l'emploi, il doit passer par une procédure d'assurance qualité à plusieurs niveaux.

## Remarques

Les capsules Alpinamed Safran d'Or sont véganes, ne contiennent ni gluten, ni lactose, ni conservateurs, ni colorants artificiels. Les capsules peuvent présenter un niveau de remplissage différent ou n'être en partie pas entièrement remplies. Cela n'a aucune influence sur la qualité. Les compléments alimentaires ne remplacent pas une alimentation variée et équilibrée ni un mode de vie sain.

**Les conseils suivants peuvent être utiles pour un fonctionnement normal du psychisme et des nerfs, ainsi que pour réduire la fatigue et la lassitude:**

### Lumière du soleil

Sortez tous les jours et profitez de la lumière du soleil. Les promenades en plein jour ont un effet positif sur l'humeur et sur l'état d'esprit.

### Activité physique

Les activités physiques libèrent la tête et aident à penser à autre chose.

### Contacts sociaux

Entretenez des relations personnelles et des contacts sociaux. Participez le plus souvent possible à des rencontres conviviales, à des activités associatives et à des manifestations culturelles.

### Techniques de relaxation

Suivez des cours de techniques de relaxation et appliquez ce que vous avez appris. Cela aide à réduire le stress et met de l'ordre dans vos pensées.

### Alimentation équilibrée

Optez pour une alimentation équilibrée avec beaucoup de fruits et de légumes, et buvez régulièrement de l'eau ou des tisanes pour que les cellules nerveuses soient alimentées de manière optimale.

### Musique

Détendez-vous en écoutant votre musique préférée. La musique a un effet positif sur l'humeur et sur l'état d'esprit, et donne un nouvel élan.

### Sommeil

Dormir suffisamment est extrêmement important pour le fonctionnement normal du psychisme et des nerfs. Dormez dans un environnement calme et supprimez les éventuels facteurs de perturbation. Les rayonnements et la lumière émis par la télévision, l'ordinateur et le téléphone mobile, peuvent avoir un impact négatif sur le comportement du sommeil. Détendez-vous avant d'aller vous coucher (thé, promenade, musique légère) et renoncez à toute consommation médiatique.

### Animaux domestiques

Les animaux domestiques peuvent avoir un effet positif sur la satisfaction et l'humeur générales.

### Évacuer le stress

Évitez d'en faire trop et accordez-vous, de temps en temps, une pause détente. Des journées bien réglées avec des pauses suffisantes sont importantes pour le bien-être. Essayez parfois aussi de dire «non» et n'oubliez pas de temps à autre de penser à vous.

Fabriqué en Suisse.

Fabrication et distribution: **Alpinamed AG, CH-9306 Freidorf**