



Junior Kauwcapsules

Lekkere sinaasappelsmaak

KAUWCAPSULES

• Essentiële vetzuren zijn nodig voor de normale groei en ontwikkeling bij kinderen.

INGREDIENTIEN

Visolie (42,5%) afkomstig van duurzaam gevangen tonijn 295 mg (waarvan 65 mg DHA, 15 mg EPA en 5,5 mg AA), teunisbloemolie (*Oenothera biennis* L.) (27,9%) 193 mg (waarvan 12,5 mg GLA), omhullingscapsule: glycerol (E422), verdikkingsmiddel capsule: gelatine (E441), gemodificeerd tapiocazetmeel, aroma: sinaasappelaroma, zachtmaker capsule: gezuiverd water, vitamine E (dl- α -tocoferylacetaat) 5 mg, kleurstof: ijzeroxide (E172) rood en geel, aroma: sinaasappelolie, kleurstof: titaniumdioxide (E171).
1 capsule = 693 mg, bevat 295 mg visolie (65 mg DHA, 15 mg EPA en 5,5 mg AA), 193 mg zuivere teunisbloemolie (12,5 mg GLA) en 5 mg vitamine E.

Efamol Junior bevat geen van melk afgeleide stoffen, suiker, gist, gluten, tarwe en kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen en conserveringsmiddelen.

VERPAKKING

Efamol Junior is verkrijgbaar in een verpakking met 90 kauwcapsules.

WIJZE VAN GEBRUIK

Kinderen vanaf 5 jaar: 1x daags 2 capsules tijdens de maaltijd. De capsules kunnen op verschillende manieren ingenomen worden:
• geheel stuk kauwen en doorslikken
• stuk kauwen (eventueel nadat capsule zacht geworden is) en hulsje weggoien
• geheel doorslikken met wat water (laat jonge kinderen dit enkel doen onder toezicht, in verband met eventuele problemen met het slikken)

De dagelijks aangegeven portie niet overschrijden. Een voedingssupplement kan niet gebruikt worden als vervanging van een gevarieerde voeding.

NIET GEBRUIKEN BIJ

Indien er een overgevoeligheid is voor een of meerdere van de componenten.

VERDRAAGBAARHEID

In de aanbevolen hoeveelheden wordt dit product in het algemeen prima verdragen.

COMBINATIE MET ANDERE

PRODUCTEN

U kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. Het is raadzaam om bij twijfel overleg te plegen met uw (behandelend) arts of apotheker.

BEWAREN

Koel en droog bewaren.
Zie houdbaarheidsdatum op verpakking.
Het product moet buiten het bereik en zicht van jonge kinderen worden bewaard.

MILIEUTIP

Het doosje kan bij het oude papier.



INFORMATIE

Voor meer informatie kunt u bellen naar de Efamol informatielijn 013/35.89.40. Of stuur een e-mail naar avogel@biohorma.be of kijk op www.avogel.be

PRODUCTIE EN DISTRIBUTIE

Product

Efamol Ltd., 14 The Mole Business Park, Leatherhead, Surrey, KT22 7BA, Verenigd Koninkrijk
Distributeur België
Biohorma Belgium NV, Bosstraat 54, B-3560 Lummen

Deze bijsluiters is voor het laatste herzien in augustus 2012.

Junior Capsules molles à mâcher

Délicieux goût d'orange

CAPSULES A MACHER

• Les acides gras essentiels sont nécessaires pour une croissance normale et le développement chez les enfants.

INGREDIENTS

Huile de poisson (42,5%) provenant de thons d'élevage de qualité 295 mg (dont 65 mg d'ADH, 15 mg d'AEP et 5,5 mg d'AA), huile d'onagre (*Oenothera biennis* L.) (27,9%) 193 mg (dont 12,5 mg d'AGL), enrobage capsule: glycérine (E422), épaississant capsule: gélatine (E441), amidon de tapioca modifié, arôme: arôme d'orange, adoucissant capsule: eau purifiée, vitamine E (acétate de dl- α -tocophérol) 5 mg, colorant; oxyde de fer (E172) rouge et jaune, arôme: huile d'orange, colorant: dioxyde de titane (E171).
1 capsule = 693 mg, contient 295 mg d'huile de poisson (65 mg d'ADH, 15 mg d'AEP et 5,5 mg d'AA), 193 mg d'huile d'onagre pure (12,5 mg d'AGL) et 5 mg de vitamine E.

Efamol Junior ne contient ni matière dérivée du lait, sucre, levure, gluten, froment, ni colorants artificiels, aromatisants et conservateurs.

CONDITIONNEMENT

Efamol Junior est disponible en conditionnement de 90 capsules à mâcher.

MODE D'EMPLI

Enfants à partir de 5 ans: prendre 2 capsules une fois par jour pendant le repas. Les capsules peuvent être pris de différentes manières:
• mâcher tout et avaler
• mâcher et jeter l'enrobage (éventuellement après qu'il soit devenu mou)
• avaler le tout avec un peu d'eau (unique ment sous surveillance pour les jeunes enfants, vu les éventuels problèmes de déglutition)
Ne pas dépasser la dose quotidienne

recommandée. Les compléments alimentaires ne peuvent pas être utilisés en remplacement d'une alimentation variée.

A NE PAS UTILISER

En cas d'intolérance à un ou à plusieurs des composants.

TOLERANCE

Aux doses recommandées, ce produit est généralement très bien toléré.

ASSOCIATION AVEC D'AUTRES

PRODUITS

En général, vous pouvez utiliser ce produit en même temps que d'autres. En cas de doute, il est conseillé de s'adresser à son médecin ou pharmacien.

CONSERVATION

Conserver au frais et au sec.
Voir la date de péremption sur l'emballage. Le produit doit être tenu hors de portée et de la vue des jeunes enfants.

ASTUCE ENVIRONNEMENT
L'emballage peut être jeté avec les vieux papiers.



INFORMATIONS

Pour plus d'informations, appelez le numéro Efamol 013/35.89.40. Ou envoyez un e-mail à avogel@biohorma.be ou consultez www.avogel.be

FABRICATION ET DISTRIBUTION

Fabricant

Efamol Ltd., 14 The Mole Business Park, Leatherhead, Surrey, KT22 7BA, Royaume-Uni
Distributeur en Belgique
SA Biohorma Belgium, Bosstraat 54, B-3560 Lummen

Cette notice a été revue pour la dernière fois en août 2012.

VOEDINGSWAARDE	Per 2 kauwcapsules**	Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid (ADH)
Energie	44 kJ / 10 kcal	
Eiwitten	0,3 g	
Koolhydraten	0,1 g	
Vetten (visolie, teunisbloemolie)	1,0 g	
waaron:		
- verzadigd	0,3 g	
- enkelvoudig onverzadigd	0,2 g	*
- meervoudig onverzadigd (omega-3-vetzuren + omega-6-vetzuren)	0,5 g	*
waaron:		
- DHA (docosahexaëenzuur; omega 3)	130 mg	*
- EPA (eicosapentaëenzuur; omega 3)	30 mg	*
- GLA (gammalinolènezuur; omega 6)	25 mg	*
- AA (arachidonzuur; omega 6)	11 mg	*
Vitamine E	10 mg	83%

* Geen ADH vastgesteld

** Voor kinderen vanaf 5 jaar

VALEUR NUTRITIVE	Pour 2 capsules à mâcher**	Apport Journalier Recommandé (AJR)
Energie	44 kJ / 10 kcal	
Protéines	0,3 g	
Glucides	0,1 g	
Lipides (huile de poisson, huile d'onagre)	1,0 g	
dont:		
- saturés	0,3 g	
- mono-insaturés	0,2 g	*
- poly-insaturés (acides gras oméga 3 + acides gras oméga 6)	0,5 g	*
dont:		
- ADH (acide docosahexaénoïque; oméga 3)	130 mg	*
- AEP (acide eicosapentaénoïque; oméga 3)	30 mg	*
- AGL (acide gamma linolénoïque; oméga 6)	25 mg	*
- AA (acide arachidonique; oméga 6)	11 mg	*
Vitamine E	10 mg	83%

* Pas d'AJR déterminé

** Pour enfants à partir de 5 ans

Specialist in essentiële vetzuren

Efamol is al meer dan 30 jaar toonaangevend in de wereld van essentiële vetzuren uit visolieën en teunisbloemolie. Efamol doet voortdurend onderzoek naar de invloed van essentiële vetzuren op het behoud van de gezondheid in verschillende levensstadia. Op basis daarvan ontwikkelt Efamol volgens de laatste wetenschappelijke inzichten hoogwaardige producten, afgestemd op de specifieke behoeften van het lichaam.

ZUIVERE PRODUCTEN

Efamol gebruikt voor haar producten alleen speciaal geselecteerde vissoorten, vrij van PCB's die in zeeën voorkomen. De zuivere teunisbloemolie wordt volgens een speciaal procédé verkregen van kwalitatief hoogwaardige teunisbloemen. De producten van Efamol bevatten geen suiker, gluten, tarwe, gist, van melk afgeleide stoffen, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen en conserveringsmiddelen.

OMEGA 3, OMEGA 6 EN OMEGA 9

Omega 3, omega 6 en omega 9 zijn groepen van zogenaamde onverzadigde vetzuren. Vetzuren zijn van vitaal belang voor het behoud van onze gezondheid. Ze zijn in elke fase van ons leven – ongebooren vrucht, jong en oud – belangrijk voor een goede ontwikkeling en voor het goed blijven functioneren van onder andere de afweer. Bovendien vormen ze een onmisbaar onderdeel van al onze cellen.

Omega-3- en omega-6-vetzuren zijn bovendien essentiële vetzuren. Ze heten essentieel, omdat ons lichaam deze vetzuren, net als bijvoorbeeld sommige vitamines en mineralen, niet zelf kan aanmaken. Het is daarom belangrijk dat we ze via onze voeding binnenkrijgen. Bekende omega-3- en omega-6-vetzuren zijn respectievelijk alfa-linoleenzuur en linolzuur. Omega 9 is een groep van onverzadigde vetzuren die wel door ons lichaam

kunnen worden aangemaakt. Efamol verwerkt in haar producten daarom alleen omega 3 en omega 6, en geen omega-9-vetzuren.

OMEGA 3 EN OMEGA 6 IN BALANS

De laatste tientallen jaren is ons voedingspatroon veranderd. Daardoor krijgen veel mensen te veel verzadigde vetten binnen en relatief te weinig van omega-3- en omega-6-vetzuren in de juiste onderlinge verhouding is voor iedereen belangrijk. Daarnaast kan aanvulling in de vorm van een supplement zinvol zijn.

EFAMOL: OP MAAT GEMAAKTE VETZUIJPRODUCTEN

In ons lichaam worden de omega-3- en omega-6-vetzuren alfa-linoleenzuur en linolzuur omgezet in andere omega-3- en omega-6-vetzuren, namelijk EPA en GLA (omega 3) en AA (omega 6). Het zijn deze stoffen die belangrijk zijn voor het verrichten van belangrijke basisfuncties in ons lichaam. Er zijn echter allerlei factoren die de omzetting van alfa-linoleenzuur en linolzuur kunnen beïnvloeden, zoals leeftijd, alcohol en een teveel aan verzadigd vet. Efamol heeft daarom diverse producten op basis van essentiële vetzuren ontwikkeld, die specifiek de voedingsstoffen EPA, GLA, AA en AA bevatten, waardoor

omzetting in ons lichaam niet meer nodig is. Bovendien is de onderlinge verhouding van deze voedingsstoffen afgestemd op specifieke behoeften. Hiermee bent u verzekerd van voldoende inname. Bovendien krijgt u zo omega-3- en omega-6-vetzuren in de juiste balans binnen.

DE VOLGENDE PRODUCTEN VAN EFAMOL ZIJN VERKRIJGBAAR

- **Efamol Omega Forte**, bevat de omega 3 vetzuren EPA en GLA. GLA draagt bij tot de instandhouding van een normaal gezichtsvermogen, een normale hersenfunctie*. EPA draagt bij tot de normale werking van het hart*.
- **Efamol Junior (kauwcapsules)**, essentiële vetzuren zijn nodig voor de normale groei en ontwikkeling bij kinderen.
- **Efamol Vrouw**, voor een fris en jeugdig uiterlijk van binnenuit.
- **Efamol PMP**, teunisbloemolie helpt om een optimaal comfort tijdens de menstruatie te behouden.

*Gunstig effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 250 mg EPA en GLA

**Gunstig effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 250 mg GLA.

Spécialiste des acides gras essentiels

Efamol est depuis 30 ans un leader mondial des acides gras essentiels venant d'huiles de poissons et d'huile d'onagre. Efamol poursuit des recherches permanentes sur l'influence des acides gras essentiels sur la bonne santé à différents stades de la vie. Sur cette base, Efamol met au point suivant les dernières avancées scientifiques des produits de qualité adaptés aux besoins spécifiques de l'organisme.

DES PRODUITS PURS

Efamol utilise pour ses produits uniquement des poissons de mer spécialement sélectionnés, sans PCB. L'huile d'onagre pure est obtenue par un procédé spécial à partir d'onagres de grande qualité. Les produits Efamol ne contiennent ni sucre, gluten, froment, levure, produit dérivé du lait, ni colorants, aromatisants et conservateurs.

OMEGA 3, OMEGA 6 ET OMEGA 9

Les oméga 3, oméga 6 et oméga 9 sont des groupes d'acides gras insaturés. Les acides gras sont essentiels à nous maintenir en bonne santé. A toutes les phases de notre vie, fœtus, jeunes et vieux, ils sont importants pour un bon développement et pour le bon fonctionnement de, notamment, l'immunité. Ils forment en outre un élément indispensable de toutes nos cellules.

Les oméga 3 et les oméga 6 sont des acides gras essentiels. Ils sont appelés essentiels parce que notre organisme n'en fabrique pas, tout comme par exemple certains minéraux et vitamines. Il importe donc que notre alimentation en contienne. L'acide alpha linoléique et l'acide linoléique sont des acides oméga 3 et 6 bien connus. Les oméga 9 constituent un groupe d'acides gras insaturés que notre organisme est capable de fabriquer. C'est pour cette raison que les produits Efamol contiennent des acides gras oméga 3 et 6 et aucun oméga 9.

EQUILIBRE ENTRE OMEGA 3 ET OMEGA 6

Nos habitudes alimentaires ont changé ces dernières dizaines d'années. Beaucoup d'entre nous consomment, proportionnellement, trop de graisses saturées et trop peu de sains acides gras poly-insaturés. De plus, la proportion entre oméga 3 et oméga 6 a changé. Une bonne absorption d'acides gras oméga 3 et oméga 6 via l'alimentation, dans des justes proportions, est importante pour chacun de nous. Et il peut en outre être judicieux de prendre des compléments.

EFAMOL: ACIDES GRAS SUR MESURE

Dans notre organisme, les acides gras oméga 3 et 6, l'acide alpha linoléique et l'acide linoléique, sont transformés en d'autres acides gras oméga 3 et 6, à savoir AEP et ADH (oméga 3) et AGL et AA (oméga 6). Ce sont ces substances qui sont essentielles pour exécuter les importantes fonctions de base de notre organisme. Mais il y a toutes sortes de facteurs qui peuvent influencer la transformation de l'acide alpha linoléique et de l'acide linoléique – l'âge, l'alcool et un excès de graisses saturées. Efamol a donc mis au point différents produits à base d'acides gras essentiels, qui contiennent spécifiquement les substances AEP, ADH, AGL et AA, d'où la transformation dans notre organisme n'est plus nécessaire. De plus, les proportions de ces différentes substances sont adaptées à des besoins

spécifiques. Vous êtes sûr d'en avoir un apport suffisant. Avec un bon équilibre entre acides gras oméga 3 et oméga 6.

PRODUITS EFAMOL DISPONIBLES:

- **Efamol Omega Forte**, contient les acides gras oméga-3 EPA et GLA. GLA contribue à la conservation d'une vue normale, un fonctionnement normal du cerveau**. EPA contribue au fonctionnement normal du cœur*.
- **Efamol Junior (à mâcher)**, les acides gras essentiels sont nécessaires pour une croissance normale et le développement chez les enfants.
- **Efamol Femme**, pour une apparence de fraîcheur et de jeunesse venant de l'intérieur.
- **Efamol PMP**, huile d'onagre aide à maintenir un confort optique pendant les menstruations.

*Effet bénéfique est obtenu à une dose journalière de 250 mg EPA et GLA.

**Effet bénéfique est obtenu à une dose journalière de 250 mg de GLA.

