



Dormeesan  
Nachtrust\*

forte

Tabletten

Voedingssupplement

Gebruiken bij

\*Dormeesan Nachtrust forte bevat een krachtige combinatie van passiebloem, citroenmelisse, valeriaan, haver en hop. Het brengt lichaam en geest tot rust, bevordert een gezonde nachtrust en helpt om fris en uitgerust wakker te worden.

Algemene informatie

Slapen is belangrijk. De hoeveelheid slaap die u nodig hebt, is heel persoonlijk. Ouderen slapen over het algemeen korter. Een aanwijzing geeft het antwoord op de vraag: Bent u echt fit en uitgerust als u 's morgens opstaat? Periodes van rust en voldoende slaap zijn voor ons lichaam net zoiets als het opnieuw opladen van een accu. Niet alleen het lichaam doet tijdens de slaap nieuwe energie op, ook de geest komt tot rust.

Gebruikswijze

Een half uur voor het slapen gaan  
1 tablet met wat water innemen.

Wat u moet weten voordat u Dormeesan gebruikt

De dagelijks aanbevolen dosering niet overschrijden. Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt.

Gebruik tijdens zwangerschap of borstvoeding

Voor zover bekend kan dit product zonder bezwaar in overeenstemming met de aanbevolen dosering worden gebruikt. Het verdient in het algemeen aanbeveling bij gebruik van voedingssupplementen tijdens de zwangerschap en de periode waarin borstvoeding wordt gegeven, eerst uw arts te raadplegen.

Niet gebruiken bij

Overgevoeligheid voor een van de componenten.

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 een arts of apotheker.

Verdraagzaamheid

In de aanbevolen hoeveelheden wordt het product over het algemeen prima verdragen.

Ingrediënten

Vulstoffen: microkristallijne cellulose (E460), dicalciumfosfaat dihydraat (E341); plantenextracten: passiebloem (*Passiflora incarnata* L.) 2090 mg, citroenmelisse (*Melissa officinalis* L.) 1332 mg, *haver* (*Avena sativa* L.) 1050 mg, valeriaan (*Valeriana officinalis* auct. non L.) 306 mg, hop (*Humulus lupulus* L.) 250 mg; versterkingsmiddelen: natriumcarboxy-

methylcellulose (E466), siliciumdioxide (E551); glansmiddelen: magnesiumstearaat (E470), stearinezuur (E570).

Productie en distributie

A.Vogel Dormeesan Nachtrust forte wordt geproduceerd door Biohorma B.V., Postbus 33, 8080 AA Elburg en gedistribueerd door Biohorma Belgium N.V., Bosstraat 54, B-3560 Lummen.

Bewaren

Droog, donker, niet bewaren boven 25°C. Ten minste houdbaar tot het eind van de maand vermeld op de bovenzijde van de verpakking.

Bewaren buiten het bereik en zicht van jonge kinderen.

Verpakking

A.Vogel Dormeesan Nachtrust forte is verkrijgbaar in een verpakking van 30 tabletten (22 g). 1 tablet = 733 mg.

Gezondheid

“Gezondheid is leven in harmonie met de natuur.” Dat is wat Alfred Vogel altijd zei. En dat is precies waar we bij A.Vogel voor staan. Met natuurlijke gezondheidsproducten, ontwikkeld volgens de nieuwste wetenschappelijke inzichten. Daarbij volgen wij onze visie, die uitgaat van de kracht van de natuur, het zelfherstellende vermogen van het lichaam en het evenwicht tussen lichaam en geest.

Alfred Vogel, een wereldreiziger gefascineerd door de natuur

Op jonge leeftijd reisde Alfred Vogel naar Afrika, Azië en Amerika. De inheemse bevolking toonde hem het verband tussen voeding, leefwijze en gezondheid. Na elke reis bracht hij een schat aan planten

mee die hij verwerkte tot natuurlijke gezondheidsproducten. Producten die vandaag de dag miljoenen tevreden gebruikers over de gehele wereld helpen.

A.Vogeltuinen: EKO-keurmerk

De planten die we nodig hebben voor de A.Vogel producten kweken we groten-deels in eigen tuinen. Vanzelfsprekend op ecologische wijze (EKO-keur). Er komen dus geen kunstmest en chemische bestrijdingsmiddelen aan te pas. We oogsten op het moment dat de plant de hoogste concentratie aan werkstoffen bevat. Om de plant vervolgens direct vers te verwerken tot een natuurlijk A.Vogel product.

Zorg voor het milieu

A.Vogel streeft ernaar het milieu zo min mogelijk te belasten. Daarom maken we zoveel mogelijk gebruik van milieuvriendelijk geproduceerde verpakkingsmaterialen. Deze materialen hebben bij verbranding geen schadelijke effecten op het milieu of zijn geschikt voor recycling.



Tips om lekker te slapen

- Laat bijvoorbeeld het middagduetje voor wat het is en kijk vlak voor het slapen gaan niet naar spannende TV-programma's.
- Kies voor een goede matras, een rustige slaapruiimte.
- Luister voor het slapen gaan naar rustige muziek, lees een ontspannend boek of wandel nog even buiten.
- Neem niet laat op de avond nog een zware, eiwitrijke maaltijd.
- Drink 's avonds geen koffie, thee of cola. Deze dranken bevatten cafeïne,

een stof die opwekkend werkt en u dus wakker kan houden.

- U kunt wel Bambu (een koffievervanger) drinken, of drink voor het naar bed gaan warme melk met honing.

Persoonlijk advies

We kennen allemaal de bouwstenen voor een gezond leven: gevarieerde en gezonde voeding, verantwoord bewegen en voldoende afwisseling in werk en ontspanning. Als het nodig is, helpt A.Vogel met een natuurlijk gezondheidsproduct. Om daarmee het zelfherstellende vermogen van het lichaam extra te ondersteunen. Wij geven u hierover graag meer informatie of een persoonlijk advies. Kijk op [www.avogel.be](http://www.avogel.be), stuur een e-mail naar [avogel@biohorma.be](mailto:avogel@biohorma.be) of bel met de A.Vogel infolijn op het nummer +32 (0) 13 35 89 40.

Informatie

Biohorma Belgium NV  
Bosstraat 54  
B-3560 Lummen  
+32 (0) 13 35 89 40  
[www.avogel.be](http://www.avogel.be)  
[avogel@biohorma.be](mailto:avogel@biohorma.be)

De tekst voor deze gebruiksaanwijzing werd voor het laatst herzien in mei 2016.





# Dormeasan Sommeil Réparateur\* forte

Comprimés

Complément alimentaire

## Usage

\*Dormeasan Sommeil Réparateur forte contient une puissante synergie de passiflore, de mélisse officinale, de valériane, d'avoine et de houblon.

Dormeasan Sommeil Réparateur forte apaise le corps et l'esprit, favorise un sommeil réparateur et aide à s'éveiller frais et dispos.

## Informations générales

Dormir est important. La quantité de sommeil dont l'être humain a besoin diffère d'un individu à l'autre. Les personnes plus âgées dorment en général moins longtemps. La réponse à la question suivante est un bon indicateur: Etes-vous en pleine forme lorsque vous vous levez le matin? Pour notre corps, des périodes de repos et un sommeil suffisant lui permettent littéralement de recharger ses batteries. Non seulement le sommeil permet au corps de régénérer son énergie mais il permet aussi à l'esprit de s'apaiser.

## Mode d'emploi

Avaler 1 comprimé avec un peu d'eau une demi-heure avant d'aller dormir.

## Ce qu'il faut savoir avant d'utiliser Dormeasan

Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Un complément alimentaire ne peut pas être utilisé comme substitut d'un régime alimentaire varié et équilibré et d'un mode de vie sain.

## Utilisation pendant la grossesse ou l'allaitement

Pour autant que connu, ce produit peut être utilisé sans problèmes dans les quantités conseillées. Il est généralement recommandé de consulter votre médecin avant d'utiliser des compléments alimentaires pendant la grossesse et l'allaitement.

## Ne pas utiliser

Si vous êtes hypersensible à l'un des composants.

## Combinaison 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.

## Tolérance

Le produit est généralement bien toléré lorsqu'il est utilisé dans les quantités conseillées.

## Ingrédients

Agents de charge: cellulose microcristalline (E460), orthophosphate dicalcique (E341); extraits des plantes: passiflore (*Passiflora incarnata* L.) 2090 mg, mélisse officinale (*Melissa officinalis* L.) 1332 mg, avoine (*Avena sativa* L.) 1050 mg, valériane officinale (*Valeriana officinalis* auct. non L.) 306 mg, houblon (*Humulus lupulus* L.) 250 mg; affermissants: carboxyméthylcellulose de sodium (E466), dioxyde de silicium (E551), agents d'enrobage: stéarate de magnésium (E470), acide stéarique (E570).

## Production et distribution

A.Vogel Dormeasan est produit par Biohorma B.V., Postbus 33, 8080 AA Elburg et distribué par Biohorma Belgium S.A., Bosstraat 54, B-3560 Lummen.

## Conservation

Au sec, à l'abri de la lumière, conserver à une température ne dépassant pas 25°C. A utiliser de préférence avant la fin du mois mentionné en dessus de l'emballage.

Tenir hors de portée et de la vue des jeunes enfants.

## Présentation

A.Vogel Dormeasan Sommeil réparateur forte est disponible en emballage de 30 comprimés (22 g). 1 comprimé = 733 mg.

## Santé

Comme Alfred Vogel avait coutume de dire, "la santé, c'est vivre en harmonie avec la nature". Et c'est précisément la philosophie que défend aujourd'hui A.Vogel. Avec des produits de santé naturels développés selon les avancées scientifiques les plus récentes. Et à chaque fois, nous suivons notre vision qui repose sur la force de la nature, le pouvoir autorégénérateur du corps et l'équilibre entre le corps et l'esprit.

## Alfred Vogel, un globe-trotter fasciné par la nature

Très jeune déjà, Alfred Vogel a voyagé en Afrique, en Asie et en Amérique. Les populations indigènes lui ont fait découvrir le lien qui existe entre la nourriture, le mode de vie et la santé. Lors de chaque voyage, il a ramené un trésor de plantes qu'il a transformées en produits naturels pour la santé. Des produits qui aident aujourd'hui des millions d'utilisateurs satisfaits aux quatre coins du monde.

## Jardins de A.Vogel: ECO-labellisé

Les plantes dont nous avons besoin pour les produits A.Vogel poussent pour la majorité d'entre elles dans nos propres jardins. Il va de soi que ces cultures sont écologiques (label-ECO). Nous n'utilisons donc aucun engrais chimique ni aucun pesticide, herbicide ou insecticide chimique. Nous récoltons au moment où la plante possède la plus forte concentration en substances actives. Pour ensuite traiter directement la plante alors qu'elle est fraîche et en faire un produit naturel A.Vogel.

## Protégez l'environnement

A.Vogel a pour philosophie de peser le moins possible sur l'environnement. C'est pourquoi nous favorisons autant que nous pouvons l'utilisation de matériaux d'emballage fabriqués selon des procédés qui ne nuisent pas à l'environnement. Ces matériaux n'ont aucun effet nocif sur l'environnement en cas d'incinération et sont tout à fait recyclables.



## Conseils pour bien dormir

- Laissez par exemple la petite sieste de midi pour ce qu'elle est et ne regardez pas des programmes TV à suspens juste avant d'aller dormir.
- Choisissez un bon matelas, un environnement reposant.
- Ecoutez de la musique douce avant d'aller dormir, lisez quelques pages d'un livre délaçant ou allez vous dégourdir les jambes à l'extérieur.
- Ne consommez pas de repas lourd et riche en protéines tard dans la soirée.
- Ne buvez pas de café, thé ou colas avant d'aller dormir. Ces boissons

contiennent de la caféine, une substance qui à un effet stimulant et qui peut donc vous tenir éveillé(e).

- Vous pouvez en revanche boire du Bambu (un substitut de café), ou encore boire un verre de lait chaud additionné de miel juste avant d'aller vous coucher.

## Conseil personnel

Nous savons tous qu'une vie saine repose sur une alimentation saine et variée, suffisamment d'exercice et une alternance suffisante entre travail et détente. Si nécessaire, A.Vogel peut vous y aider avec un produit naturel pour la santé. Pour donner ainsi un coup de pouce au pouvoir auto-régénérateur de votre corps. Nous vous ferons un plaisir de vous donner davantage d'informations ou un conseil personnel. Surfez sur [www.avogel.be](http://www.avogel.be), envoyez un e-mail à [avogel@biohorma.be](mailto:avogel@biohorma.be) ou téléphonez à la ligne info de A.Vogel en composant le numéro +32 (0) 13 35 89 40.

## Information

Biohorma Belgium SA  
Bosstraat 54  
B-3560 Lummen  
+32 (0) 13 35 89 40  
[www.avogel.be](http://www.avogel.be)  
[avogel@biohorma.be](mailto:avogel@biohorma.be)

Le texte de cette notice a été revu pour la dernière fois en mai 2016.

