



### Description du pack Nutrition & Protection :

Ce pack contient 3 flacons de 100 gélules de Nutrition & Protection

Un flacon contient 100 gélules de 533mg

Pour un adulte : un flacon fait pour 1 mois à raison de 4 gélules par jour, 6 jours sur 7 pour un adulte

Pour un enfant de plus de 10 ans : un flacon fait pour 2 mois à raison de 2 gélules par jour, 6 jours sur 7 pour un adulte

### **Contribue :**

A réduire la fatigue (améliore aussi la récupération après l'effort)

Au maintien d'une glycémie normale (envies de sucre par exemple) Au fonctionnement normal du système nerveux (mieux faire face aux imprévus et stress de la vie)

A des fonctions cognitives et psychologiques normales (mieux penser, mémoriser...)

A maintenir le fonctionnement normal du système immunitaire (aussi pendant et après un exercice physique intense)

A la formation normale de collagène pour assurer le fonctionnement normal des vaisseaux sanguins / Os / Cartilages / Gencives / Peau / Dents

Au maintien d'une Ossature / Fonction musculaire / Dentition / Normale A protéger les cellules contre le stress oxydatif (responsable du vieillissement et des maladies liées à la dégénérescence)

A une fonction thyroïdienne normale

A une spermatogénèse normale

A la synthèse normale de certains neurotransmetteurs

A réguler l'activité hormonale

Au maintien d'une vision normale

## **Un produit unique**

Nutrition & Protection est une formulation ultra complète qui tient compte des connaissances modernes en lien avec le maintien d'une santé globale, optimale, à tout âge et en toutes saisons. Nutrition & Protection regroupe les vitamines, minéraux, oligo-éléments, anti-oxydants, cofacteurs et super aliments qui permettent à toutes nos cellules d'aller bien et de pouvoir se protéger au mieux face aux agressions modernes (Pollution, stress, virus...)

C'est un produit à prendre toute l'année car la pollution ne fait pas de pause, car notre corps est actif H24, car chaque jour notre corps tend à vieillir un peu plus.

De plus, le corps utilise rapidement les substances vitales de Nutrition & Protection et demain est un nouveau jour, avec de nouveaux besoins, de nouveaux défis à faire face.

## **Pour qui ?**

Pour les enfant dès 10 ans (demi dose) qui sont en pleine croissance et doivent faire face aux stress et aux efforts liés à l'école

Pour tous les lycéens et étudiants pour soutenir les efforts liés aux études

Pour les adultes. Car la vie est très prenante aujourd'hui, du stress, des emplois du temps chargés... De plus en vieillissant notre corps fonctionne progressivement moins bien, moins efficacement (régénération cellulaire par exemple) et nous assimilons moins bien ce que nous mangeons. C'est pourquoi les adultes en général et adultes séniors tout particulièrement auront de grands bénéfices en prenant chaque jour Nutrition & Protection

## **Comprendre la Nutrition & la Protection cellulaire**

Notre corps est une communauté d'environ 30.000 milliards de cellules qui composent notre peau, muscles, os, sang, yeux, cerveau, fonctions... De fait il est facile de comprendre que notre santé est directement liée à la santé de nos cellules. Nous allons bien quand nos cellules vont bien.

Nous sommes malades quand nos cellules sont malades.

**Pour des cellules en pleine santé, nous devons répondre à leurs besoins :** C'est la nutrition cellulaire

Malheureusement il y a une grande différence entre manger pour compenser un stress, un mal-être, manger pour ne plus avoir faim, manger sur le pouce par manque de temps...et manger pour apporter à nos 30.000 milliards de cellules tout ce dont elles ont besoin. De plus, beaucoup "d'aliments" modernes sont des aliments à calories vides (ils apportent des calories qui vont faire

grossir mais peu ou pas de substances essentielles pour nos cellules (vitamines, minéraux, oligoéléments...). Enfin, l'appauvrissement des sols, les variétés cultivées, le ramassage avant maturité font que nos aliments sont plus pauvres en micronutriments que par le passé. Facteur aggravant, 75% des Français ne suivent pas les recommandations de manger au moins 5 fruits et légumes par jours (info du CREDOC).

Nutrition & Protection assure ainsi, facilement, un apport adéquat des substances vitales. L'ortie et le bambou sont par exemple deux végétaux exceptionnellement riches en minéraux (dont la silice essentielle pour nos articulations, la peau...)

**Enfin, puisque la santé de nos cellules nous est si essentielle, nous devons alors prendre soin d'elles et les protéger.** Les protéger des agressions liées à la pollution (air, aliments, eau...) et du vieillissement. Nutrition & Protection est une formulation étudiée pour apporter un très large spectre de substances dites "antioxydantes", protectrices. Les vitamines, le zinc, le sélénium, par exemple, sont des antioxydants puissants et traditionnels. Mais la nature offre des substances naturelles encore plus puissantes comme les pigments que l'on retrouve dans les super fruits (aronia, goji, açai, grenade, pépins de raisins...).

L'AcétylCystéine) qui est un acide aminé, l'espéridine, la rutine et les bioflavonoïdes issues de l'orange et du sophora sont également très efficaces pour protéger nos cellules du stress oxydatif et donc du vieillissement.

### **Points forts :**

Un très large spectre de vitamines ("Vita" veut dire "essentiel" )

Des végétaux riches en minéraux et oligoéléments (Ortie, Bambou...)

Une synergie de super fruits riches en antioxydants protecteurs

(Grenade, Açai, Goji, Aronia, Pépins de raisin...)

Complété par des cofacteurs puissants (Taurine, AcétylCystéine, MSM, Rutine, Espéridine...)

Renforcé par des plantes adaptogènes (Maca, Reishi, Goji...)

Utilisation d'extraits pour apporter plus de substances actives concentrées

Une formule Tout en Un très complète et facile d'utilisation

Pour toute la famille, de 10 à 100 ans

### **Conseils d'utilisation :**

Enfant dès 10 ans : 1 gélule 2 fois par jour, en début de repas : 6 jours / 7

Adultes : 2 gélules 2 fois par jour, en début de repas : 6 jours / 7

### **Mise en garde**

Déconseillé aux enfants de moins de 10 ans et aux femmes enceintes, L'utilisation de ce complément alimentaire ne doit pas se substituer à une alimentation diversifiée et d'un mode de vie sain.

Ne pas dépasser la dose journalière recommandée.

Tenir à l'abri de la chaleur et de l'humidité et hors de portée des jeunes enfants.

Pour rappel, Nutrition & Protection est un complément alimentaire validé par l'administration Française, mais n'est pas un médicament et n'est donc pas un traitement. Dans le doute demandez conseil à votre médecin.

### **Mieux connaître les ingrédients**

#### **Extrait d'Ortie**

Connue de tous, l'ortie pousse partout et est utilisée depuis des siècles pour son abondance exceptionnelle en éléments nutritifs et bénéfiques :

Chlorophylle, acide formique, flavonoïdes, calcium, magnésium, potassium, soufre, silice, zinc, fer, vitamines B2, B5, B9, K, C et bêta-carotène ...

Cette richesse en micronutriments fait de la feuille d'ortie un ingrédient de choix, équilibrant et reminéralisant, bénéfique pour la beauté et la santé de la peau, des ongles, des cheveux, des articulations etc...

#### **Extrait de Grenade**

la couleur rouge nous signale la présence de pigments et donc d'antioxydants puissants. On retrouve ainsi des flavonoïdes, particulièrement les anthocyanines, les tannins et l'acide ellagique. Son activité antioxydante serait supérieure à celle du thé vert et du vin rouge. Les graines de grenade contiennent également du potassium et des vitamines A, C, E, B5 et B9. La présence de toutes ces substances fait de la grenade un allié santé, prenant soin de notre système cardiovasculaire, des processus inflammatoires et de la prostate.

### **Extrait de Baies d'Açaï**

Une peau très violet-noir ce qui indique la présence importante d'anti oxydants comme les anthocyanines qui seraient jusqu'à 40 fois plus nombreux que dans le vin rouge !

L'açaï est le fruit "miracle" de la forêt amazonienne et consommé en masse au Brésil. Sa richesse exceptionnelle en substances protectrices fait de l'açaï l'ami de la peau, des yeux, du cerveau, du cœur, des vaisseaux sanguins, etc... C'est un puissant agent anti-âge.

### **Extrait de Baies d'Aronia**

De couleur identique à la baie d'açaï, l'aronia est riche en pigments antioxydants : anthocyanes et caroténoïdes. L'Aronia regorge aussi de vitamines C et A, faisant de cette baie un aliment protecteur contre le stress oxydatif causé à nos cellules par la pollution omniprésente. Ce stress oxydatif occasionne des dommages en accélérant le vieillissement et en favorisant les maladies de la dégénérescence.

L'aronia est aussi traditionnellement conseillé pour prendre soin des yeux, des vaisseaux sanguins, lors d'allergies et pour aider le corps à maintenir une tension artérielle et un cholestérol normal.

### **Extrait de Baies de Goji**

Ce petit arbre pousse en Asie, en altitude et dans des conditions difficiles. Ce sont ces conditions difficiles qui poussent l'arbre de devenir plus fort, plus résistant...en créant plus de substances nutritives (vitamines, minéraux, antioxydants, pigments, acides aminés, polysaccharides...). La baie de Goji renferme ainsi toutes ces substances à haute valeur pour la santé (anti-âge, immunité, résistance au stress physique, émotionnel, mental et environnemental (le Goji est considéré comme un fruit adaptogène). Le Goji est appelé fruit de longue vie et l'on comprend pourquoi.

### **Extrait de Pépins de Raisin**

Le raisin est consommé depuis des millénaires comme en atteste les livres d'histoire. Dans la peau, mais surtout dans le pépin, se cachent des substances incroyables. L'extrait de pépins de raisin permet de profiter ainsi des OPC (oligo-proanthocyanidines) molécules d'une puissance antioxydante exceptionnelle. Certains auteurs parlent de 40 à 50 fois plus puissant que les vitamines antioxydantes C et E. Les OPC sont actifs aussi bien en milieu aqueux qu'en milieu gras, ce qui en fait un redoutable antioxydant.

Dans son livre «Cures Miracles », Jean Carper relate les études et bienfaits des OPC sur la circulation du sang, la tonicité des vaisseaux sanguins, leurs actions sur les processus inflammatoires et les douleurs articulaires et sur la réduction/suppression des symptômes de la rhinite allergique saisonnière (pollens) par son action anti histaminique. Nutrition & Protection vous délivre une dose efficace de 100mg par jour.

### **Extrait de Maca**

La Maca est un tubercule qui pousse sur les hauts plateaux péruviens.

Comme pour le Goji, ce sont les conditions extrêmes liées à l'altitude (froid, oxygène) qui poussent la Maca à devenir plus forte, plus résistante. Les peuples des hauts plateaux trouvent ainsi dans la Maca, un apport en substances vitales leur permettant de mieux vivre dans ces conditions difficiles et la considère depuis des millénaires comme une plante sacrée. Elle est ainsi traditionnellement consommée pour soutenir la virilité, la force, la fertilité et mieux s'adapter aux conditions difficiles (physique, mentale, émotionnelle, environnementale). La Maca est ainsi une plante dite "adaptogène".

### **Extrait de Reishi**

Le Reishi est un champignon si exceptionnel, qu'il fut longtemps réservé aux familles royales. En effet le Reishi est riche en substances vitales pour la santé globale, l'immunité, l'énergie, l'adaptation aux conditions difficiles (comme les changements de saisons, de températures, le stress émotionnel etc.). Le Reishi contient des polysaccharides connus pour agir favorablement sur l'immunité. En médecine traditionnelle le Reishi est utilisé pour tonifier le Qi, c'est à dire l'énergie vitale de l'organisme.

### **La Taurine**

La taurine est un acide aminé présent dans l'organisme : cerveau, muscles, rétine... la taurine bien qu'étant un acide aminé, n'entre pas dans la composition des protéines.

La taurine favorise l'utilisation du magnésium par l'organisme et la rentrée du magnésium dans les cellules. De plus la taurine a aussi des vertus anti-stress.

### **L'Acétylcystéine**

Une fois absorbé, l'Acétylcystéine est transformée en cystéine, un acide aminé qui permet de nombreuses fonctions, comme la synthèse d'acides gras, la formation de la peau, des ongles et

des cheveux, la production d'hormones et du glutathion, un puissant antioxydant protecteur de nos cellules.

## **MSM**

L'agriculture moderne couplée à l'appauvrissement des sols fait que nos aliments contiennent moins de soufre, minéral essentiel à notre santé globale.

Le soufre est le quatrième élément le plus important dans l'organisme. Le MSM (soufre) est utilisé par le corps pour la formation de ses tissus conjonctifs (tendons, derme profond, collagène, cartilage, etc.). Ce qui signifie qu'il intervient favorablement sur la peau (acné, eczéma, rougeurs, démangeaisons...), les cheveux, les ongles et les articulations.

Le MSM est un sous-produit de la pulpe de bois et possède également des vertus pour l'élimination des toxines.

## **Extrait de Bambou**

Cet arbre met des années avant de sortir de terre, mais ensuite pousse très rapidement. Le bambou est souple et en même temps incroyablement résistant. Un de ses composants majeurs, qui donne cette résistance et cette souplesse est la silice. La silice est un minéral abondant dans notre corps (articulations, tendons, cartilages, peau, cheveux, ongles, vaisseaux sanguins...). En raison du mode d'agriculture moderne, de l'appauvrissement des sols et de nos choix alimentaires, il devient plus difficile d'en apporter via l'alimentation. L'extrait de bambou permet ainsi l'apport d'une silice végétale et biodisponible.

## **Extrait de Gingembre**

Le Gingembre est une racine très utilisée dans la cuisine asiatique notamment, pour ses bienfaits sur la digestion en soutenant le "feu digestif". Une meilleure digestion c'est aussi une meilleure assimilation des micronutriments. La médecine chinoise traditionnelle l'utilise également pour tonifier et réguler le Qi (énergie vitale) et éliminer l'humidité du corps (source de mucus, toux, de fragilité globale). Le gingembre sert aussi pour diminuer le mal des transports (nausée et vomissement).

## **Extrait de Poivre Noir**

Une petite baie réchauffante riche en pipérine, que l'on utilise pour soutenir la digestion, optimiser l'assimilation et donc l'utilisation des autres substances actives de Nutrition & Protection

## **Bioflavonoïdes, Rutine et Espéridine**

Ces précieuses substances apportées par les extraits d'orange et de fleurs Sophora ont de multiples effets positifs sur la santé. Elles permettent de réduire la fragilité et la perméabilité des capillaires, 2 causes des sensations de jambes lourdes, varices, hémorroïdes. Ces substances vont donc fortifier nos précieux vaisseaux sanguins qui permettent rappelons-le, d'apporter à nos 30.000 milliards de cellules, l'oxygène et les nutriments qui leurs sont indispensables. Ce sont aussi de puissants antioxydants protecteurs.

## **Vitamine D3**

Découverte en 1922 on lui donne le nom de vitamine D car les vitamines A, B et C sont déjà connues.

En 1925, il est montré qu'il est possible de prévenir et guérir le rachitisme en s'exposant au soleil. Le lien vitamine D / soleil est fait.

Notre corps fabrique de la vitamine D lorsque la peau est exposée au soleil...Bien sur en automne et en hiver ce n'est plus cas.

Une peau bronzée ou noire limite fortement la capacité du corps à synthétiser de la vitamine D lorsqu'il fait nuageux. Attention donc d'octobre à avril

En 1932 et 1936, les scientifiques découvrent les vitamines D2 et D3.

Cette dernière est 2 fois plus efficace dans le corps que la D2.

En 1971, la forme active de la vitamine D3, le calcitriol, est découverte. En 1980, les scientifiques découvrent sur des cellules de différents organes des récepteurs à vitamine D. Cela veut dire que ces cellules sont capables de reconnaître cette vitamine et donc, elles peuvent l'utiliser. Cela veut dire aussi, que ces cellules, ces organes ont besoin de cette vitamine D pour fonctionner à plein régime et remplir leurs fonctions santé.

Elle permet l'assimilation des minéraux au niveau de l'intestin, minéraux qui permettront la fabrication des os.



Elle active les gènes qui permettent la fabrication de la trame de l'os. Plus de 50 études montrent que lorsque le taux de vitamine D est bas, les douleurs musculosquelettiques sont plus importantes

La vitamine D3 participe à l'expression d'un gène permettant la sécrétion de substances antimicrobiennes et participe à la modulation-régulation de l'immunité

Vitamine D3 par différents processus, participe activement au système de détoxification du foie et des intestins.

La Vitamine D3 agit largement sur le fonctionnement, la santé et les performances du cerveau. La bonne humeur tout comme la dépression sont reliés au taux de Vitamine D dans l'organisme. Ce ne sont que quelques exemples des bienfaits de la vitamine D dans l'organisme

### **Zinc**

Le Zinc est un minéral qui intervient dans des centaines de réactions essentielles de l'organisme. Le Zinc est connu pour agir positivement sur notre système immunitaire. Une immunité forte qui permet de mieux se défendre face à un ennemi (virus, microbe, bactérie) passe par un apport adéquat en zinc. Le zinc agit également comme un antioxydant protecteur.

### **Le Sélénium**

Le sélénium est un oligoélément qui joue de nombreux rôles dans l'ensemble de l'organisme. C'est un antioxydant puissant protecteur de l'intégrité de nos cellules, en permettant au corps de synthétiser du glutathion-peroxydase qui, en association avec la vitamine E protège la membrane de nos cellules. Le Sélénium est aussi essentiel à notre système immunitaire et notre glande thyroïde.

### **Le chrome**

Le chrome est un oligo-élément essentiel qui augmente la sensibilité des tissus à l'insuline ce qui participe à la normalisation et à la stabilisation du taux de sucre dans le sang (glycémie) et de l'insuline.

Avec l'âge il semble que le taux de chrome baisse ce qui pourrait jouer sur le développement du diabète chez les personnes âgées. Le chrome peut nous aider à réguler nos envies de sucre en stabilisant notre glycémie.

## **La Vitamine C**

La vitamine C est essentielle à notre santé, mais notre corps à la différence de nombreux animaux ne sait pas la synthétiser lui-même. L'apport est donc vital. On retrouve cette vitamine principalement dans les globules blancs (immunité), les glandes surrénales, le cerveau, l'hypophyse et le cristallin de l'œil. La vitamine C participe à très nombreuses réactions dans l'organisme, comme la synthèse de collagène, protéine que l'on retrouve dans le tissu conjonctif de la peau, os et ligaments. (Nous perdons du collagène avec les années et notre peau perd en fermeté et élasticité, l'apport de vitamine C est donc essentielle pour freiner cette diminution liée à l'âge). La vitamine C est aussi importante pour notre immunité, pour favoriser la cicatrisation des plaies, l'assimilation du fer présent dans nos légumes, dans la formation des globules rouge du sang. Enfin, c'est aussi un puissant antioxydant protecteur.

## **Les Vitamines B**

Vitamines vient de Vita qui veut dire "vital", il est donc vital d'apporter ces vitamines à notre organisme. Celles-ci participent à de très nombreuses réactions chaque seconde pour maintenir et promouvoir la vie : Immunité, énergie, hormones, peau etc... C'est tout le corps qui en a besoin. Notez que le stress, manger sucré, par exemple, augmentent le besoin en ces vitamines.

## **En Conclusion**

Nutrition & Protection est une synergie pour agir globalement, profondément et durablement sur la santé, l'énergie, l'immunité, l'équilibre générale, l'adaptation aux imprévus et impératifs de la vie, la santé de nos articulations, peau, cheveux, ongles etc...

## **Ingrédients et Composition pour 4 gélules**

Extrait de feuilles d'Ortie (*Urtica dioica*) - 300 mg

Vitamine C (Acide ascorbique) 125 % des VNR - 100 mg

Extrait de pépins de Raisin (*Vitis vinifera*) - 100 mg

Dont Proanthocyanidines - 95 mg

MSM (MéthylSulfonate de Méthane) - 100 mg

Extrait de baies d'Açaï (*Euterpe oleracea*) - 100 mg

Extrait de baies de Goji (*Lycium barbarum*) - 100 mg

Dont polysaccharides - 50 mg

Extrait de Reishi (*Ganoderma lucidum*) - 100 mg

Dont polysaccharides - 20 mg

Extrait de Grenade (*Punica granatum*) - 100 mg

Taurine - 100 mg

N-Acétylcystéine - 100 mg

Extrait de racines de Maca (*Lepidium meyenii*) - 100 mg

Extrait d'Orange (*Citrus sinensis*) - 62,24 mg

Dont Hespéridine - 28 mg

Extrait de Bambou (*Bambusa arundinacea*) - 60 mg

Dont Silice - 45 mg

Extrait de fleurs de Sophora (*Styphnolobium japonicum*) - 56 mg

Dont Rutine - 28 mg

Extrait de rhizome de Gingembre (*Zingiber officinalis*) - 40 mg

Zinc (Bisglycinate de zinc) 100 % des VNR - 10 mg

Extrait d'écorce d'Orange (*Citrus sinensis*) - 31,12 mg

Dont Hespéridine - 28 mg

Sélénium (Levure enrichie en sélénium) 100 % des VNR - 55 µg

Vitamine B3 (Nicotinamide) 100 % des VNR - 16 mg

Extrait de Poivre noir (Piper nigrum) - 10 mg

Dont pipérine - 9,5 mg

Vitamine B5 (Pantothenate de calcium) 100 % des VNR - 6 mg Vitamine B12  
(Cyanocobalamine) 100 % des VNR - 2,5 µg

Vitamine B6 (Chlorhydrate de pyridoxine) 100 % des VNR - 1,4 mg

Vitamine B1 (Chlorhydrate de thiamine) 100 % des VNR - 1,1 mg

Vitamine B2 (Riboflavine) 100 % des VNR - 1,4 mg

Vitamine D3 (Cholécalciférol issu de lichen) 50 % des VNR - 2,5 µg

Vitamine B9 (Acide ptéroylmonoglutamique) 100 % des VNR - 200 µg

Vitamine B8 (Biotine) 100 % des VNR - 50 µg

Chrome (Picolinate de chrome) 100 % des VNR - 40 µg

\*Valeur Nutritionnelle de Référence

Gélule d'origine végétale HPMC

---

**Délai de livraison 3 à 15 jours ouvrés maximum (hors jours fériés et week-end)**  
**dès la prise en charge de votre colis par les services postaux**