

Graine de chia Chia zaden

Source naturelle d'oméga-3 et fibres alimentaires
Natuurlijke bron van Omega-3 en voedingsvezels

CHOLESTÉROLÉMIE NORMALE
NORMAAL CHOLESTEROLGEHALTE

Santé et bien-être, informations et réflexions : notre quotidien et notre futur

NATURAMedicatrix vous propose un large éventail de compléments alimentaires de qualité. Notre sélection est sévère et l'efficacité est garantie. L'attention est portée sur la biodisponibilité de l'élément proposé. C'est pourquoi, nous privilégions les formes fermentées pour nombre de compléments alimentaires largement connus, comme l'Elixir de Grenade fermenté. La plupart de nos produits ont une histoire et des particularités qui expliquent tous leurs bienfaits.

Continuellement à la recherche du meilleur, nous vous proposons aussi nos propres formules (CogniMag, Alphaflex60, FertiliHom®...) et nos formulations certifiées bio (Olivie Plus 30x Bio, Lactiproimmunitum® Bio, LactoGyn Crispatus Bio, Graines de brocoli bio...).

NATURAMedicatrix biedt u een brede waaier aan kwaliteitsvolle voedingssupplementen. Onze selectiecriteria zijn streng en de efficiëntie gegarandeerd. Aandacht wordt gegeven aan de beschikbaarheid van het aangeboden element. Daarom verkiezen wij de gefermenteerde vorm van veel bekende voedingssupplementen, zoals de gefermenteerde granaatappel Elixir. Het merendeel van onze producten hebben een geschiedenis en kenmerken die spreken voor hun nuttigheid.

Aanhoudend op zoek naar de beste producten bieden we eveneens onze eigen formules aan (CogniMag, Alphaflex60, FertiliHom®...) en onze biogarante formules (Olivie Plus 30x Bio, Lactiproimmunitum® Bio, LactoGyn Crispatus Bio, Broccoli zaden bio...)

Renseignement sur/ Meer uitleg op: www.naturamedicatrix.fr

Distributeur exclusif/ Exclusieve verdeler:

Belgique: **NATURAMedicatrix** sprl - 22, route des Fagnes, B-4190 Ferrières, Belgique/ België - Tél./ Tel.: 0032 (0) 2 808 13 51 • info@naturamedicatrix.be
FR/ LUX: **NATURAMedicatrix** sàrl - 8, Hannert dem Duarref, L-9772 Troine (Winrange), Luxembourg Tél.: 00 352.20.88.11.95 (Lu)/ 09.77.42.37.04 (Fr). info@naturamedicatrix.lu

CHOLESTÉROLÉMIE NORMALE NORMAAL CHOLESTEROLGEHALTE

Riche en acides gras oméga-3 et fibres
alimentaires/ Rijk aan omega-3 vetzuren
en voedingsvezels

À l'origine, les graines de chia ont été cultivées par les Aztèques en Amérique centrale. Elles sont riches en fibres alimentaires et acides gras polyinsaturés (dont les oméga-3). Les acides gras oméga-3, aussi nommés acides linoléiques (ALA), contribuent **au maintien d'un taux normal de cholestérol dans le sang**. Ces acides gras sont dits essentiels car notre corps est incapable de les fabriquer. L'effet bénéfique est obtenu par la consommation de ± 11 g de graines de chia/jour, soit la quantité quotidienne nécessaire de 2 g d'ALA.

Chia zaden werden oorspronkelijk door de Azteken in centraal-Amerika gekweekt. Ze zijn rijk aan voedingsvezels en meervoudig onverzadigde vetzuren (waaronder omega-3). Het omega-3 vetzuur, ook alpha linolenzuur (ALA) genaamd, draagt bij tot de instandhouding van een **normaal cholesterolgehalte in het bloed**. Deze vetzuren worden essentieel genoemd omdat ons lichaam ze niet zelf kan aanmaken. Innemen verbruik van 11 g Chia-zaden levert de noodzakelijke hoeveelheid van 2 g per dag.



Graines de chia Chia zaden

Salvia hispanica L.

Oméga-3 et Fibres alimentaires
Omega-3 en voedingsvezels



Agriculture Non UE/Landbouw Niet-EU
BE-BIO-03

CHOLESTÉROLÉMIE NORMALE
NORMAAL CHOLESTEROLGEHALTE



Dr. Jacob's®

Conseil d'utilisation/Gebruiksaanwijzing

Mélangez les graines de chia à votre petit-déjeuner (yaourts végétaux, flocons d'avoine) ou saupoudrez vos salades pour apporter une note croustillante supplémentaire. Ne pas consommer plus de 15 g/jour (conformément à la prescription Novel Food)/ Voeg de chia zaden aan uw ontbijt (plantaardige yoghurt, haverhout,...) of uw slaatjes toe om een lekker krokante toets te geven. Niet meer dan 15 g per dag verbruiken (overeenkomstig met het Novel Food-voorschrift.)

Veillez à une alimentation équilibrée et variée et à un mode de vie sain/Zorg voor een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levenswijze.

Valeurs nutritionnelles pour/ Voedingswaarden voor :	100 g
Energie	456 kcal/1909 kJ
Lipides dont/Vetten waarvan:	33,7 g
- acides gras saturés/verzadigde vetzuren	4,2 g
- acides gras mono-insaturés/eenvoudig onverzadigde vetzuren	3,3 g
- acides gras polyinsaturés/meervoudig onverzadigde vetzuren	26,3 g
Hydrates de carbone/ Koolhydraat	3,3 g
- dont sucre/waarvan suiker	<0,1 g
Fibres alimentaires/ Voedingsvezel	33,5 g
Protéines/ Eiwitten	18,2 g
Sel/ Zout	< 0,1 g
Acides gras oméga-3 (acide- α -linoléique) Omega-3 vetzuren (α -linolenzuur)	18,9 g

100% Graines de chia Bio/
Bio chia zaden

450 g

