



Famosan® Contour Overgang^{1*}

Gewichtsbeheersing^{2*}

Voedingssupplement
Kruidenpreparaat met mineralen

Overgangstabletten¹

Gebruiken bij

Gewichtsbeheersing^{2*} en bij overgangsverschijnselen^{1*}.

Op gewicht blijven

Famosan Contour helpt om op gewicht te blijven². Het verhoogt de vetverbranding^{2*} en draagt bij aan een normale stofwisseling van vetten, koolhydraten en eiwitten³. Famosan Contour helpt ook bij het handhaven van de normale balans in de water- en mineralenhuishouding⁴. Tevens ondersteunt het een goede vochtthuishouding en vochtbalans^{2*}.

Overgangsverschijnselen

Famosan Contour helpt daarnaast bij veelvoorkomende overgangsverschijnselen, zoals opvliegers¹ en (nachtelijk) transpireren¹, en draagt bij aan de geestelijke veerkracht⁴.

Dit product ondersteunt het overgangsproces¹ op natuurlijke wijze en is geschikt voor langdurig gebruik bij overgangsverschijnselen¹.

De overgang

Rond het 47ste levensjaar begint het lichaam van een vrouw zich voor te bereiden op het beëindigen van de vruchtbare periode. De eicellen zijn dan bijna op, waardoor de eierstokken minder oestrogeen aanmaken. De productie van oestrogeen neemt ongelijkmatig af. Daardoor ontstaan schommelingen in het lichaam die overgangsverschijnselen kunnen veroorzaken als opvliegers en nachtelijk transpireren.

Gewicht

Door de hormoonschommelingen tijdens de overgang kan de stofwisseling veranderen, waardoor het soms moeilijker is om op gewicht te blijven. Ook de verdeling van vet over het lichaam kan veranderen. A.Vogel Famosan Contour helpt om op gewicht te blijven en bij het behoud van het figuur².

Dosering en gebruik

1x daags 2 tabletten voor de maaltijd (bij voorkeur het ontbijt) met wat water innemen. Het product mag langdurig gebruikt worden.

Wat u moet weten voordat u Famosan® Contour gebruikt.

De aangegeven dosering niet overschrijden. Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

Gebruik tijdens zwangerschap of borstvoeding

Famosan Contour niet gebruiken tijdens de zwanger-

schap en de periode waarin borstvoeding wordt gegeven (remt de melkproductie).

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 uw arts of apotheker.

Verdraagbaarheid

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

Ingrediënten

Plantenextracten (Yerba mate extract (Ilex paraguariensis) 38,7%, guldenroede-extract (Solidago virgaurea), salie-extract (Salvia officinalis)); mineralen (trimagnesiumdicitraat, zinkcitraat), vulstof (cellulose), verstevigingsmiddelen (vernet cellulosegom, siliciumdioxide); glansmiddelen (vetzuren, magnesiumstearaat); emulgator (sucrosevezzuurester).

Een dagdosering van 2 tabletten bevat de inhoudsstof van 3.000 mg Yerba mate, 370 mg Salvia officinalis, 354 mg Solidago virgaurea, 56,25 mg magnesium (15% RI^{**}) en 1,5 mg zink (15% RI^{**}).

^{**}Referentie-inname van een gemiddelde volwassene.

Bewaren

Buiten het zicht en bereik van kinderen houden. Bewaren beneden 25°C.



Verpakking

Famosan Contour is verkrijgbaar in een verpakking van 60 tabletten.

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 gewenst is, helpt A.Vogel het zelfherstellende vermogen van het lichaam met natuurlijke gezondheidsproducten die zijn ontwikkeld volgens de nieuwste wetenschappelijke inzichten.

Wilt u meer informatie of een persoonlijk advies? Kijk dan op www.avogel.nl of bel met de A.Vogel gezondheidslijn 0900-2464646 of stuur een e-mail naar info@avogel.nl

Nieuwsbrief

U kunt zich op www.avogel.nl/nieuwsbrief aanmelden voor de nieuwsbrief 'Samen Door De Overgang'. Een maandelijkse e-mailniewsbrief met praktische tips, weetjes en ervaringsverhalen over de overgang.

Tips om uw gewicht gezond te houden

- Houd rekening met de veranderende stofwisseling; probeer gezond en gevarieerd te eten en luister naar uw lichaam.
- Kom in beweging om uw spiermassa op peil te houden. Een richtlijn is wekelijks tweeënhalf uur te bewegen, zoals wandelen of fietsen. Daarnaast twee keer per week krachttraining om de spieren en botten te versterken.
- Eet minder suiker. Door suiker stijgt de bloedsuikerspiegel heel snel én daalt hij heel snel, waardoor

er weer meer suiker nodig is om het peil in balans te houden.

- Eet minder snelle koolhydraten (koekjes, witte rijst, aardappelen, wit brood, pasta) en meer koolhydraten uit groente, fruit, noten, quinoa, zilvervliesrijst en speltbrood. Hierdoor blijft de bloedsuikerspiegel stabiel en houdt u langer een verzadigd gevoel.
- Eet meer goede vetten (noten, cottage cheese, chiazaad, vette vis) en gebruik ze om in te bakken (olijfolie, kokosolie).

Alfred Vogel, een wereldreiziger gefascineerd door de natuur

Alfred Vogel reisde naar Afrika, Azië en Amerika, waar de inheemse bevolking hem het verband toonde tussen voeding, leefwijze en gezondheid. Na elke reis bracht hij een schat aan planten mee die hij verwerkte tot natuurlijke gezondheidsproducten, kruidengeneesmiddelen en medische hulpmiddelen. Producten die vandaag de dag miljoenen tevreden gebruikers over de gehele wereld helpen gezond te blijven of te worden.

A.Vogel tuinen: EKO-keurmerk

De planten voor de A.Vogel producten kweken we grotendeels in eigen tuinen in 't Harde. 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.

A.Vogel Famosan assortiment voor vrouwen in de overgang:

Famosan Salvia – Basisformule bij opvliegers en/of (nachtelijk) transpireren¹.

Famosan Salvia Sterk** – Krachtige** formule. Helpt bij opvliegers en/of (nachtelijk) transpireren¹.

Famosan Totaal – Brede formule die o.a. helpt bij stemmingswisselingen^{2*}, opvliegers⁵ en droge huid, ogen, vagina en mond^{6*}.

¹Salvia officinalis, ²Yerba mate, ³zink, ⁴magnesium, ⁵Cimicifuga en ⁶duindoornbes.

*Gezondheidsclaim in afwachting van Europese toelating.

**Famosan Salvia Sterk is gebaseerd op 3400 mg Salvia t.o.v. 2000 mg in de basisformule Famosan Salvia.



A.Vogel

Postbus 33, 8080 AA Elburg

De tekst van deze gebruiksaanwijzing is voor het laatst gewijzigd in maart 2019.

