

## Wat is Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+?

Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ is een voedingssupplement dat wordt aangeboden in de vorm van tabletten en is specifiek ontwikkeld voor de zestigplusser, die actief van het leven wil blijven genieten en in een goede conditie wil blijven. Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ bevat hiervoor, naast een brede basis van vitaminen en mineralen, prebiotica die het immuunsysteem stimuleren, en is aangevuld met ginkgo biloba, ginseng en gist.

Stimuleert het immuunsysteem

- geheugen en concentratie
- sterke botten
- extra energie



### Waarom extra vitaminen en mineralen?

Bij een gezonde en gevarieerde voeding hebben we geen extra vitaminen en mineralen nodig. Helaas komen we er in de praktijk dikwijls niet aan toe om voldoende verse groenten en fruit te eten en kiezen we vaak voor de snelle hap in plaats van voor een evenwichtige maaltijd. Daarnaast is het zo dat we bij het ouder worden vaak een verhoogde behoefte aan bepaalde voedingsstoffen kunnen hebben. Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ is zo samengesteld dat u een brede basis van alle noodzakelijke vitaminen en mineralen binnenkrijgt om over voldoende energie te beschikken en u fit en vitaal te voelen.

### Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ stimuleert het immuunsysteem, met prebiotica

Wat Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ onderscheidt van vele andere voedingssupplementen, zijn de prebiotica in de vorm van fructooligosacchariden. Deze bijzondere koolhydraten zijn oplosbare vezelstoffen die het immuunsysteem stimuleren. Het hele jaar door is een goede functie van het immuunsysteem noodzakelijk voor de nodige weerstand tegen vrije radicalen, om vrij te blijven ademen en om wisselende temperatuurs- en weersinvloeden te doorstaan. Van fructo-oligosacchariden is bekend dat ze bijdragen tot het ontwikkelen en versterken van de goede darmflora (met name de bifidobacteriën) en op die manier het immuunsysteem stimuleren. Ter ondersteuning van een natuurlijke afweer zitten naast de prebiotica in Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ ook de vitaminen A, C en E, het bioflavonoïde rutine en de mineralen zink en selenium, alle voedingsstoffen die ook onze afweermechanismen ondersteunen.

### Een beter geheugen en concentratievermogen

Als we een dagje ouder worden, merken we vaak dat namen en feiten ons ontglippen of niet lang genoeg bijblijven. Ook is het soms moeilijk om geconcentreerd te blijven als we lezen, luisteren of tv kijken. Daarom bevat Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ een gestandaardiseerd extract van ginkgo biloba. Dit bijzondere plantenextract is goed voor de bloedsomloop en verbetert het geheugen en het concentratievermogen. De invloed ervan wordt ook nog ondersteund door de B-vitamines (vitamine B1, foliumzuur en vitamine B12), die goed zijn voor een heldere geest en een positieve instelling.

### Fit en vitaal blijven

Zestigplussers willen actief van het leven kunnen blijven genieten. Maar om een hobby uit te oefenen, te klussen, te winkelen en reizen te ondernemen, hebben we voldoende energie nodig. Met de stimulerendes ginsengwortel en gist, bevat Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ plantextracten die ons de nodige ondersteuning kunnen geven. Daarnaast ondersteunen de complete vitamine B-groep, jodium en chroom de algemene stofwisseling, waardoor voldoende energie wordt gehaald uit koolhydraten, vetten en eiwitten. Samen met koper, vitamine B12 en foliumzuur voor een doelmatig zuurstoftransport, is Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ dan ook ideaal om vitaal te blijven.

### Het behoud van sterke botten

Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ bevat met 7,5 microgram per dagdosis 150% van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid vitamine D. Deze vitamine is het sleutelement voor sterke botten, want hij bepaalt in grote mate de hoeveelheid calcium die uit onze voeding wordt opgenomen. Omdat van prebiotica ook bekend is dat ze de absorptie van calcium bevorderen, mag men ervan uitgaan dat Dagravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60+ bijdraagt tot een goede botaanmaak.

### Dosering en gebruik

Dagelijks 2 tabletten met water innemen, bij voorkeur voor de maaltijden. Na verloop van tijd kan overgegaan worden op een onderhoudsdosis van 1 tablet per dag.

### Bewaren

Buiten het bereik van kinderen bewaren op kamertemperatuur (15 - 25°C).



## Goed voor hart- en bloedvaten

Met vitamine E en foliumzuur voor soepele, elastische vaten, met rutine en ginkgo voor een doelmatige bloedsomloop en met vitamine B3, inositol cholesterolgehalte, ondersteunt Daggravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60<sup>+</sup> ook hart en bloedvaten.

## Beschermt tegen ouderdomsverschijnselen

Dagelijks komen we in contact met vrije radicalen uit het milieu, de voeding en onze eigen stofwisseling. Om maximaal onze gezonde cellen en weefsels te beschermen tegen deze agressieve stoffen en een fris en jeugdig uiterlijk te behouden, bevat Daggravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60<sup>+</sup> de nodige beschermende antioxidanten in de vorm van vitamine A, C en E, rutine en het mineraal selenium.

## Nuttige tips voor een gezonde leefwijze

- Zorg voor voldoende lichaamsbeweging. Probeer elke dag gedurende 30 minuten aan matige fysieke inspanning te doen: flink doorstappen, joggen, fietsen, zwemmen of trappenlopen.
- Streef je ideale gewicht na volgens je leeftijd, bouw en geslacht.
- Eet gezond en gevarieerd.
- Zorg voor voldoende antioxidanten en vezels door voldoende verse groenten en fruit te eten, minstens 5 porties per dag.
- Kies als koolhydratenbron vooral volle granen in de vorm van volkorenbrood, volwaardige pasta en muesli.
- Beperk de verzadigde vetten en cholesterol in je voeding door te kiezen voor mager kwaliteitsvlees en afgeroomde zuivelproducten.
- Eet tweemaal per week vette vis zoals zalm, makreel, haring, sardines en ansjovis.
- Wees matig met suiker, alcohol en zout.
- Neem genoeg tijd om in alle rust te eten.
- Rook niet.
- Leer om te ontspannen en stress in je leven te beheersen.



## Samenstelling

Daggravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60<sup>+</sup> bevat per 2 tabletten:

PREBIOTICA (Fructo-oligosacchariden)		1,6 g
<b>PLANTENEXTRACTEN:</b>		
Gist, gestandaardiseerd		65 mg
Ginseng, gestandaardiseerd		40 mg
Ginkgo biloba, gestandaardiseerd		35 mg
<b>VITAMINEN</b>		
Vitamine A	800 µg	ADH*
Vitamine B1	1,1 mg	100 %
Vitamine B2	1,4 mg	79 %
Vitamine B3	18 mg	88 %
Vitamine B5	6 mg	100 %
Vitamine B6	1,5 mg	75 %
Foliumzuur	300 µg	150 %
Vitamine B12	2,8 µg	280 %
Vitamine C	70 mg	117 %
Vitamine D3	7,5 µg	150 %
Vitamine E	9 mg	90 %
Biotine	150 µg	100 %
Intrinsieke factor	0,5 mg	
PABA	5 mg	
Rutine	2,5 mg	
Inositol	2,5 mg	
<b>MINERALEN</b>		
Calcium	60 mg	7,5 %
Chroom	50 µg	
Jodium	100 µg	67 %
Kalium	12,5 mg	
Koper	2000 µg	
Magnesium	25 mg	8 %
Mangaan	3 mg	
Molybdeen	150 µg	
Fosfor	40 mg	5 %
Selenium	100 µg	
Zink	9 mg	60 %

\*ADH = Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid volgens de Gezondheidsraad

## Ingrediënten:

Fructo-oligosacchariden, stabilisatoren (E1202, E464, E1201), mineralen, vitaminen, plantenextracten, vulstoffen (E1200, E1402), antiklontermiddelen (E470b, E551, medium chain triglyceriden), para-aminobenzoëzuur, rutine, inositol, kleurstoffen (E172, E120), intrinsieke factor. E is door E.C. goedgekeurde hulpstof.

## Extra informatie

Daggravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60<sup>+</sup> is een voedings-supplement. Een voedings-supplement is geen vervanging voor een gevarieerde voeding. De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid niet overschrijden. Daggravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60<sup>+</sup> bevat geen lactose, geen gluten en geen geur- en smaakstoffen.

Daggravit Totaal 30 Xtra Vitaal 60<sup>+</sup> is eigendom van en wordt gedistribueerd door VEMEDIA BV - Diemen.

**VEMEDIA**

Vemediainformatielijn: 0900-2333666

(€ 0,15 / min) of [www.daggravit.nl](http://www.daggravit.nl)

60 tabletten à 1,2 g (nettogewicht: 72 g)

731809 11/07