



votre cœur en
bonnes mains

MorEPA PLATINUM
SMART FATS®

 MINAMI®



MorEPA

PLATINUM

La formule **la plus concentrée** de Minami avec 1 000 mg d'EPA/DHA*

*L'EPA et le DHA contribuent au fonctionnement normal du cœur avec un apport quotidien d'au moins 250 mg

2

Ω-3
SmartChoice

Vous trouverez dans cette brochure quelques conseils pour conserver naturellement votre cœur en bonne santé.

Saviez-vous que votre cœur est le muscle du corps qui travaille le plus ?

Le cœur est un organe fascinant. Ce muscle puissant pompe tellement fort qu'il pourrait remplir chaque jour à lui seul un camion-citerne de 7 000 litres. Le cœur pompe le sang à travers le corps via le système vasculaire. Et ce n'est pas une mince affaire ! L'ensemble du réseau de vaisseaux sanguins affiche une longueur totale de plus 100 000 km, c'est-à-dire 2,5 fois le tour de la terre.

Vous pouvez aider votre cœur à conserver force et puissance. Pour ce faire, mangez sainement, ne fumez pas, relaxez-vous dès que vous en avez besoin et faites de l'exercice. Cela vous permettra également de conserver une bonne tension artérielle. Vous pratiquez des sports d'endurance ? Assurez-vous de bénéficier d'un suivi de qualité afin d'accroître les efforts physiques de manière régulière. S'entraîner de manière trop intensive n'est pas une bonne chose.

Un menu sain pour le cœur doit contenir des fruits et des légumes, des graisses végétales (comme l'huile d'olive, l'huile de graines de lin, l'huile de noix, etc.) et des poissons gras (contenant des acides gras oméga-3 et de la vitamine D).

Que peuvent apporter les nutriments pour votre santé ?

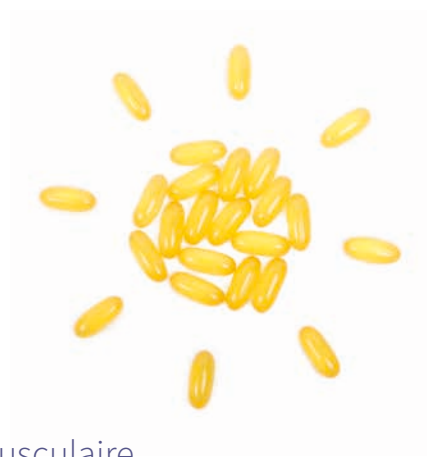
1. L'EPA et le DHA

aident à préserver la fonction cardiaque et la tension artérielle

Les acides gras oméga-3 EPA et DHA contribuent au bon fonctionnement du cœur, à condition d'en consommer au moins 250 mg par jour. L'EPA et le DHA se trouvent dans le poisson (maquereau, hareng, saumon, sardines), les algues marines, les crustacés et les fruits de mer. Vous pouvez aussi choisir de prendre un supplément d'oméga-3 tous les jours.

Formule la plus concentrée de Minami, avec 1 g d'EPA+DHA par softgel, MorEPA Platinum est la référence des suppléments d'oméga-3. Ce supplément d'oméga-3 vous garantit un apport optimal.

Pour conserver une tension artérielle saine, un apport élevé (3 g d'EPA+DHA par jour) est nécessaire. Il est impossible d'atteindre ce niveau en s'appuyant uniquement sur une alimentation standard. Grâce à la concentration élevée en oméga-3 de MorEPA Platinum, vous n'avez besoin que de trois softgels par jour pour obtenir cet apport optimal.



2. La vitamine D

permet de maintenir une bonne fonction musculaire

La vitamine D est la vitamine du soleil, car votre corps peut synthétiser lui-même de la vitamine D avec l'aide du soleil. C'est la vitamine qui aide à conserver des os forts. En fait, la vitamine D à bien absorber le calcium. La vitamine D contribue également au bon fonctionnement du système immunitaire et des muscles.

- Facile à ingérer, la vitamine D qui se trouve dans une capsule MorEPA Platinum représente 150 % de la posologie référence journalière (PR). C'est par ailleurs la meilleure forme de vitamine D pour le corps, à savoir la vitamine D³ ou cholécalférol. La vitamine D³ est au moins trois fois plus efficace que la vitamine D² (ergocalciférol).



3. Graisses supérieures pour sportifs de haut niveau

« Je dois avouer que les capsules MorEPA Platinum me sont très bénéfiques. Mon coach m'avait recommandé de prendre une softgel par jour. Depuis, j'ai l'impression de mieux aborder mes matchs, d'avoir une meilleure vision du jeu et mes résultats sont loin d'être mauvais. Mon coach l'avait d'ailleurs prédit car il m'avait annoncé que les acides gras oméga-3 contenus dans les capsules MorEPA Platinum seraient non seulement bénéfiques à la fonction cardiaque (grâce à l'EPA et au DHA*) mais aussi au fonctionnement du cerveau (grâce au DHA**). Selon moi, ce sont des graisses supérieures pour sportifs de haut niveau ».

Bart (coureur de fond)

MorEPA Platinum, la référence

La formule de Minami la plus concentrée, avec 1 000 mg d'EPA+DHA par softgel

Avec MorEPA Platinum, vous choisissez la meilleure qualité qui soit :

- Huile de poisson à haute concentration de qualité pharmaceutique, obtenue grâce à la technologie brevetée d'extraction au CO₂ supercritique
- Vitamine D³, la forme physiologique la plus active de la vitamine D. La vitamine D³ aide à conserver **des os** en bonne santé et contribue au bon fonctionnement du **système immunitaire** et des **muscles**.



MorEPA Platinum, la référence



MorEPA Platinum est la formule de Minami la plus concentrée, avec 1 000 mg d'EPA+DHA par softgel, avec un apport journalier optimal :

- **1 softgel** par jour pour **le cœur**
L'EPA et le DHA soutiennent le fonctionnement normal du cœur pour un apport quotidien d'au moins 250 mg.
- **2 softgels** par jour pour **le taux de triglycérides**
L'EPA et le DHA contribuent à préserver un taux de triglycérides normal dans le sang, à raison de 2 g par jour. Les triglycérides sont des graisses (issues de votre corps ou de l'alimentation) qui sont transportées dans le sang. Une petite quantité suffit à maintenir votre cœur en bonne santé.
- **3 softgels** par jour pour **la tension artérielle**
L'EPA et le DHA aident à conserver une pression artérielle normale à raison de 3 g par jour.

L'apport quotidien supplémentaire d'EPA+DHA ne doit pas excéder 5 g.



La formule de Minami la plus concentrée,
avec 1 000 mg d'EPA+DHA par softgel.

Contenu par softgel :

Concentré d'huile de poisson de haute mer	1200 mg
Acides gras oméga-3	1100 mg
-EPA (acide eicosapentaénoïque)	764 mg
-DHA (acide docosahexaénoïque)	236 mg
Vitamine D ³	7.5 µg / 300 UI (150% PR*)
Sans gluten ni lactose	

*PR : posologie de référence

MorEPA Platinum est un supplément alimentaire, il ne peut pas remplacer une alimentation variée et équilibrée ni un mode de vie sain.



Choix S.M.A.R.T

Minami, ce sont des suppléments alimentaires à haute concentration en oméga-3 d'une qualité et d'une pureté sans pareilles. Des oméga-3 que vous pouvez utiliser en toute tranquillité.

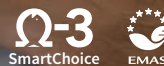
Protection oméga-3 **S**upercritique
 Concentration **M**aximale en oméga-3
 Formules **A**daptées et éprouvées
 Sans **R**isque et affiné pour une pureté optimale
 Technologie **e**cocare

Cinq conseils pour un cœur en bonne santé

1. Mangez moins de graisses saturées  Remplacez la viande rouge, les produits laitiers entiers et l'huile de palme par de la volaille, du poisson, des produits laitiers écrémés (lait écrémé et yaourt) et de l'huile d'olive.
2. Limitez l'utilisation du sel  Privilégiez les herbes pour assaisonner vos repas.
3. Utilisez de l'ail  L'ail fraîchement pressé ajoute de la saveur à vos plats et contribue à l'équilibre du système vasculaire et du taux de cholestérol.
4. Mangez suffisamment de fruits et légumes  Pour garantir un apport varié en vitamines, minéraux et substances bioactives, il est recommandé de manger cinq fruits et légumes par jour ainsi que des fibres en quantité suffisante.
5. Bougez  Au moins trente minutes d'activité physique par jour sont recommandées pour rester en bonne santé. Cela vous permet également de contrôler votre poids. Pas besoin d'aller à la salle de sport. Jardiner, promener le chien ou faire les courses à pied sont autant d'activités parfaitement adaptées.



 MINAMI®
www.minami.be



Vous souhaitez obtenir de plus amples informations sur MoreEPA Platinum ou sur nos autres produits ?

Demandez conseil à votre pharmacien ou consultez notre site Internet : www.minami.be

Vous a été présenté par :

