

# Bijsluiter: Multivitamine Forte



## Voor extra weerstand en energie

Uw lichaam heeft voldoende vitamines en mineralen nodig om gezond te blijven en goed te kunnen functioneren. Multivitamine Forte is een complete aanvulling op uw dagelijkse voeding. Het helpt uw weerstand te verhogen en geeft u extra energie. Multivitamine Forte bevat alle vitamines en mineralen die u nodig heeft in slechts één tablet per dag!

## Samenstelling Multivitamine Forte

Actieve ingrediënten per tablet		% ADH*
<b>Vitamines</b>		
Vitamine A	600 mcg	75 %
Vitamine B1(Thiamine)	1,1 mg	100 %
Vitamine B2 (Riboflavine)	1,4 mg	100 %
Vitamine B3 (Nicotinamide)	16 mg	100 %
Vitamine B5 (Calcium Panthotenaat)	6 mg	100 %
Vitamine B6 (Pyridoxine)	1,4 mg	100 %
Vitamine B8 (Biotine)	25 mcg	50 %
Vitamine B11 (Foliumzuur)	200 mcg	100 %
Vitamine B12 (	2,5 mcg	100 %
Vitamine C	80 mg	100 %
Vitamine D3	4 mcg	80 %
Vitamine E (Tocoferolsuccinaat)	10 mg	83 %
Vitamine K1	25 mcg	33 %
<b>Mineralen</b>		
Calcium (Calcium carbonaat)	80 mg	10 %
Chroom (Chroompolynicotinaat)	40 mcg	100 %
IJzer(Ferro fumeraat)	14 mg	100 %
Jodium (Kalium jodaat)	150 mcg	100 %
Koper (Koper amonichelaat)	1 mg	100 %
Magnesium (Magnesium citraat anhydraat)	30 mg	8 %
Mangaan (Mangaan citraat)	2 mg	100 %
Molybdeen (Natrium molybdaat)	50 mcg	100 %
Selenium (Selenium methionine)	55 mcg	100 %
Zink (Zink citraat)	10 mg	100 %
<b>Overige actieve ingrediënten</b>		
Coenzym Q10	10 mg	-

\* Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid

# Bijsluiter: Multivitamine Forte



## Kenmerken

- Een complete aanvulling op uw dagelijkse voeding.
- Voor extra energie en betere weerstand.
- Krachtige ondersteuning in slechts één tablet per dag.

## Ingrediënten

Mineralen, vitamines, antikontermiddelen (magnesiumstearaat E470b, siliciumdioxide E551), verdikkingmiddelen (microkristallijn cellulose E460, hydroxypropylcellulose E463), plantaardige olie, Q10, coating (hpmc, stearinezuur, mcc), natuurlijke kleurstof (titanium dioxide).

## Allergenen informatie

Multivitamine Forte bevat de allergenen maïs en peulvruchten. Multivitamine Forte van FitForMe is gegarandeerd glutenvrij, lactosevrij en bevat geen resten of sporen van pinda's. Aan dit product zijn geen geur- of smaakstoffen toegevoegd.

## Aanbevolen dosering

Eén tot maximaal twee tabletten per dag. Bij voorkeur bij de maaltijd en met voldoende water innemen. Aanbevolen hoeveelheid niet overschrijden. Een gezonde levensstijl en een gevarieerde, evenwichtige voeding zijn belangrijk. Een voedingssupplement is geen vervanging van een gevarieerde voeding. Bij medicijngebruik de bijsluiter goed lezen.

## Bewaren

Beneden 25°C en op een droge plaats bewaren. Na gebruik verpakking goed sluiten. Buiten het bereik van kinderen houden. Ten minste houdbaar tot: zie achterzijde verpakking.

## Tips om in te nemen

FitForMe maakt haar tabletten zo klein mogelijk en voorziet deze van een coating. Desondanks is het voor sommige mensen lastig om de tablet in zijn geheel in te nemen. Als u door de grootte van de tablet moeite heeft met het innemen, probeer dan tijdens het doorslikken uw kin naar uw borst te bewegen in plaats van naar achteren. Lukt dit niet, dan is het eenvoudig om de tablet in tweeën te breken of te verpulveren. Ook kunt u de tablet met yoghurt innemen. Zo kunt u ook als u moeite heeft met het slikken van tabletten gebruik maken van dit supplement.

# Bijsluiter: Multivitamine Forte



## Het hele jaar door te gebruiken

Multivitamine Forte kunt u het hele jaar door dagelijks gebruiken. Sommige mensen hebben de opvatting zij alleen vitamines en mineralen in hoeven nemen wanneer de 'r' in de maand zit. Echter in de zomer is het voedingspatroon vaak anders waardoor u ook behoefte kan hebben aan een aanvulling.

## Vraag en antwoord over dit product

### Waarom zijn vitamines belangrijk?

Vitamines zijn erg belangrijk voor een goede gezondheid. Elke vitamine heeft haar eigen specifieke functie maar onderling versterken ze ook elkaars werking in het lichaam. De hogere dosering van dit supplement zorgt ervoor dat mensen met een hogere behoefte voldoende vitamines en mineralen binnen kunnen krijgen.

### Kan ik de tabletten makkelijk innemen?

De tabletten zijn voorzien van een speciale coating waardoor deze makkelijk zijn in te nemen met een slok water.

## Meer vragen?

Heeft u vragen of wenst u extra informatie? Kijk dan op [www.fitforme.nl](http://www.fitforme.nl) of neem contact op met de FitForMe klantenservice. Dit kan per telefoon en email.

FitForMe Klantenservice  
Postbus 428  
3000 AK Rotterdam  
klantenservice@fitforme.nl  
010-2235528 (lokaal tarief)

## FitForMe, Vitamines afgestemd op uw behoefte!

FitForMe gelooft dat niemand hetzelfde is. Mensen verschillen van leeftijd, geslacht, voedingspatroon en op nog veel meer kenmerken. FitForMe helpt u gezond en fit te blijven door uw supplement af te stemmen op uw persoonlijke behoefte.

Met de gratis FitForMe voedingstest, gebaseerd op de Richtlijnen Goede Voeding van de Gezondheidsraad, krijgt u inzage in uw dagelijkse vitamine inname. Een eventueel tekort vult u eenvoudig aan met een supplement dat past bij uw persoonlijke behoefte.

Als klant van FitForMe heeft u altijd de mogelijkheid om gratis telefonisch of per email te overleggen met één van onze voedingsdeskundigen.

# Bijsluiter: Multivitamine Forte



## Hoge kwaliteit

Om de hoogste kwaliteit van haar producten te garanderen, worden alle producten van FitForMe in Nederland geproduceerd volgens de Good Manufacturing Practice (GMP) en Nederlandse Apothekersnorm (NAN) richtlijnen.

Alle producten van FitForMe worden verpakt in zogenaamde doordrukstrips. Dit biedt de beste bescherming tegen invloeden van licht, vocht en zuurstof. Op deze manier behouden uw producten hun hoge kwaliteit en goede hygiëne tot en met het moment van gebruik.