

Bijsluiter: Personal Multi



Uw persoonlijke multivitamine

Uw lichaam heeft dagelijks voldoende vitamines en mineralen nodig om gezond te blijven en de weerstand op peil te houden. Uw eet- en leefgewoonten zijn echter uniek en daarmee ook uw behoefte aan extra vitamines en mineralen.

Daarom is er de Personal Multi van FitForMe, een multivitamine afgestemd op uw persoonlijke behoefte. Dit supplement is de meest complete aanvulling op uw gezondheid. Voor een optimaal resultaat gebruikt u dagelijks uw Personal Multi.

FitForMe adviseert u jaarlijks, of bij grote veranderingen in uw eet- en leefpatroon, opnieuw de voedingstest te doen om te zien of uw samenstelling nog steeds actueel is.

Kenmerken

- Uw persoonlijke multivitamine afgestemd op uw behoefte
- Voor de meest complete ondersteuning van uw gezondheid
- Slechts één tablet per dag.

Samenstelling

De samenstelling van uw Personal Multi is afhankelijk van het resultaat van uw voedingstest. FitForMe beschikt over een grote hoeveelheid verschillende samenstellingen en kijkt welke samenstelling het beste bij u past.

Ingrediënten

Mineralen, verdikkingmiddelen (microkristallijn cellulose (E460), hydroxypropyl-cellulose (E463)), vitamines, vulstof (polyethyleenglycol), antiklontermiddelen (magnesiumstearaat (E470b), silicium dioxide (E551)) , coating (hydroxypropylmethylcellulose, stearinezuur, microkristallijn cellulose), natuurlijke kleurstof (titanium dioxide).

Allergenen informatie

Personal Multi bevat de allergenen maïs en peulvruchten.

Uw Personal Multi is gegarandeerd glutenvrij, lactosevrij en bevat geen resten of sporen van pinda's. Aan dit product zijn geen geur- of smaakstoffen toegevoegd.

Bijsluiter: Personal Multi



Aanbevolen dosering

Eén tablet 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.

Dit product is ook geschikt voor zwangere vrouwen, vrouwen die borstvoeding geven en kinderen vanaf 12 jaar. Bij medicijngebruik de bijsluiters goed lezen. In geval van overdosering, raadpleeg uw arts.

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 uw Personal Multi.

Het hele jaar door te gebruiken

Uw Personal Multi 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 aanvulling.

Vraag en antwoord over dit product

Waarom verschilt de Personal Multi van andere multivitamines?

De Personal Multi is in tegenstelling tot andere producten afgestemd op uw persoonlijke behoefte. Zo bent u er zeker van dat u alle vitamines en mineralen in de voor u juiste hoeveelheid binnen krijgt. Deze manier van aanvullen is dan ook een stuk effectiever dan het gebruik van een standaard multivitaminen.

Bijsluiter: Personal Multi



Waarom worden er ook andere producten geadviseerd?

Niet alle voedingsstoffen passen in voldoende mate in uw Personal Multi. Het mineraal calcium en vezels zijn hier een voorbeeld van. Afhankelijk van uw behoefte en voedingspatroon kan het daarom zijn dat u naast uw Personal Multi ook aanvullende producten geadviseerd krijgt.

Kan ik advies krijgen?

Als klant van FitForMe kunt u altijd kosteloos overleggen met een van de diëtistes. Zij beantwoorden graag al uw vragen over voeding of het resultaat van uw voedingstest. Een e-mail met uw vraag stuurt u naar dietist@fitforme.nl. Telefonisch zijn wij op werkdagen tussen 09.00 uur en 17.00 uur bereikbaar op telefoonnummer 010-2235528.

Hoe zorg ik ervoor dat ik altijd de voor mij beste samenstelling gebruik?

Om er voor te zorgen dat u altijd de juiste samenstelling van uw Personal Multi gebruikt, wordt geadviseerd jaarlijks of bij veranderingen in uw eet- of leefpatroon opnieuw de voedingstest te doen.

Meer vragen?

Heeft u vragen of wenst u extra informatie? Kijk dan op 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

Bijsluiter: Personal Multi



inname. Een eventueel tekort in uw voeding kunt u eenvoudig aanvullen 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.

Hoge kwaliteit

Om de hoogste kwaliteit van haar producten te garanderen, worden alle producten van FitForMe in Nederland geproduceerd volgens de Good Manufacturing Practices (GMP) en Nederlandse Apotheeknorm (NAN) richtlijnen. De tabletten of capsules zijn verpakt in zogenaamde blisters of doordrukstrips. Deze speciale verpakking biedt de meest optimale bescherming tegen invloed van zuurstof, vocht en licht.

Alle supplementen van FitForMe zijn aangemeld bij de zogenaamde Z-Index, onderdeel van de Koninklijke Nederlandse Maatschappij ter bevordering der Pharmacie (KNMP). De Z-index nummers van de Personal Multi zijn:

- Personal Multi 30 stuks: 15622002
- Personal Multi 90 stuks: 15622010
- Personal Multi 180 stuks: 15622029