

# OSTEOPLUS *Continuer à bouger en toute liberté !*

OSTEOPLUS Tendoactive®

**Pour qui ?** Osteoplus Tendoactive® contient une combinaison de mucopolysaccharides, collagène type I, manganèse et vitamine C.

**Comment agit-il ?** Osteoplus Tendoactive® est un complément alimentaire qui s'adresse aux personnes souhaitant continuer à bouger librement.

**En quoi est-il différent ?** Le manganèse contribue à la formation normale des tissus conjonctifs tels que les tendons.

**Posologie :** L'idéal est de débiter avec 2 softgels par jour pendant 4 semaines et puis de passer à 1 softgel par jour. Prendre 1 – 2 softgels pendant ou juste après le repas avec un grand verre d'eau (200 ml).

**INGRÉDIENTS :** Huile de *soja*, mucopolysaccharides 26%, gélatine, agent d'enrobage (glycérol), collagène hydrolysé 4,7%, acide ascorbique, émulsifiant (lécithin de *soja*), colorants (caramel ammoniacal, dioxyde de titane), épaississant (mono- et diglycérides d'acides gras), sulfate de manganèse, antioxydant (tocophérol).

COMPOSITION PAR JOUR

OSTEOPLUS	1 Softgel	% AR*	2 Softgels	% AR*
Mucopolysaccharides	220 mg	-	440 mg	-
Collagène type I	40 mg	-	80 mg	-
Manganèse	0,3 mg	15%	0,6 mg	30%
Vitamine C	30 mg	37,5%	60 mg	75%

\* AR: Apport de référence  
par jour

Ne pas dépasser la dose indiquée. Conserver hors de portée des jeunes enfants. A conserver au sec et à température ambiante.

## EFFETS INDESIRABLES

Les personnes qui ont l'estomac sensible peuvent être soulagées en prenant le complément pendant ou juste après le repas. Si vous ressentez des effets indésirables, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

## DE L'IMPORTANCE DE BOUGER

Bouger régulièrement est une activité bonne pour la santé, qui vous permet de vous sentir en meilleure forme et d'augmenter votre capital énergie. En outre, bouger régulièrement est également bon pour la santé mentale et peut vous aider à réduire le stress de la journée. Dès l'âge de 45 ans, de nombreuses personnes sentent que leurs mouvements deviennent parfois moins faciles. Pour rester souple dans ses mouvements, il est important de maintenir nos articulations, nos os et nos muscles en bonne santé. Pour conserver, notamment, des articulations souples, il est essentiel que les éléments suivants restent en bonne condition :

**Le cartilage :** les extrémités osseuses de nos articulations sont recouvertes d'une couche blanche, luisante et lisse : le tissu cartilagineux. L'objectif du cartilage est de permettre aux deux extrémités osseuses de s'adapter quasiment parfaitement l'une à l'autre et d'amortir les chocs de nos mouvements.

**Le liquide synovial :** le mouvement sous-jacent entre les os doit pouvoir s'effectuer en souplesse. C'est pourquoi on trouve entre les 2 os, dans la cavité articulaire, un liquide articulaire sirupeux appelé liquide synovial.

**Les structures de soutien :** Nos tendons et nos ligaments jouent également un rôle important dans le bon état de la structure articulaire. Ils interviennent dans nos mouvements, ainsi que dans l'amortissement des forces exercées sur nos articulations.

## CONSEILS

Un style de vie sain, en bougeant régulièrement et avec une alimentation saine, aide à maintenir nos articulations, nos muscles et nos os en bon état :

- Faites une (petite) promenade tous les jours
- Faites vos courses à vélo
- Optez pour un sport qui ne pèse pas trop sur vos articulations, tel que le yoga, la natation et le cyclisme
- Mangez suffisamment d'aliments riches en calcium, tels que des légumes, des fruits, des produits complets,...
- L'idéal est d'éviter tout excès d'alcool, de sucre, de café et de graisses animales

## OSTEOPLUS

Osteoplus est une gamme de produits conçue pour les personnes souhaitant continuer à bouger librement, tout en maintenant leurs articulations en bonne condition. Osteoplus est disponible en pharmacie sans prescription.

## DES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

Un complément alimentaire ne peut remplacer une alimentation variée et équilibrée ni un mode de vie sain. La dose journalière recommandée ne peut être dépassée et un complément alimentaire doit être conservé hors de portée des jeunes enfants. Les produits sont déconseillés chez les enfants et les femmes enceintes ou allaitantes. Informez toujours votre médecin de l'utilisation de l'un des produits Osteoplus. Les éventuels effets indésirables doivent être signalés au médecin ou au pharmacien. Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien et lisez attentivement la notice pour plus d'informations concernant un ou plusieurs produits spécifiques de la gamme Osteoplus.

## QUESTIONS/REMARQUES?

Contactez nous: [contact@vemediabe](mailto:contact@vemediabe)  
[www.osteoplus.be](http://www.osteoplus.be)

\*Tendoactive® is a registered trademark licensed by LABORATORIO REIG JOFRE, S.A.

Fabriqué  
par :  **Vemediabe**  
CONSUMER HEALTH

G. Crommenlaan 8, 9050 Gent

# OSTEOPLUS *Vrij blijven bewegen!*

## OSTEOPLUS Tendoactive®

**Voor wie?** Osteoplus Tendoactive® is een voedingssupplement voor mensen die vrij willen blijven bewegen.

**Hoe werkt het?** Mangaan draagt bij tot de normale vorming van bindweefsel, zoals pezen.

**Waarom is het anders?** Osteoplus Tendoactive® bevat een combinatie van mucopolysachariden, collageen type I, mangaan en vitamine C.

**Hoe innemen?** Het beste is te starten met 2 softgels per dag gedurende 4 weken en nadien over te schakelen naar 1 softgel per dag. 1-2 softgels in te nemen tijdens of vlak na de maaltijd met een groot glas water (200ml).

**INGREDIËNTEN:** Sojaolie, mucopolysachariden 26%, gelatine, glansmiddel (glycerol), gehydrolyseerd collageen 4,7%, ascorbinezuur, emulgator (sojalecithine), kleurstoffen (ammoniakaramel, titaandioxide), verdikkingsmiddel (mono- en diglyceriden van vetzuren), mangaansulfaat, antioxidant (tocferol).

## SAMENSTELLING PER DAG

OSTEOPLUS	1 Softgel	% RI*	2 Softgels	% RI*
Mucopolysachariden	220 mg	-	440 mg	-
Collageen type I	40 mg	-	80 mg	-
Mangaan	0,3 mg	15%	0,6 mg	30%
Vitamine C	30 mg	37,5%	60 mg	75%

\* RI: referentie-inname per dag

De aanbevolen dosis niet overschrijden. Buiten het bereik van jonge kinderen bewaren, op een droge plaats en op kamertemperatuur.

## NEVENEFFECTEN

Personeel met een gevoelige maag kunnen gebaat zijn met een inname tijdens of juist na de maaltijd. Raadpleeg uw arts of apotheker indien een bijwerking optreedt.

## HET BELANG VAN BEWEGEN

Regelmatig bewegen is gezond. Je voelt je fitter en krijgt er meer energie van. Verder is regelmatig bewegen ook goed voor de geestelijke gezondheid. Het kan je helpen de stress van de dag te reduceren. Vanaf de leeftijd van 45 jaar ondervinden veel mensen dat bewegen soms minder vlot gaat. Om soepel te blijven bewegen is het belangrijk dat we onze gewrichten, botten en spieren gezond houden. Om meer bepaald soepele gewrichten te behouden, is het belangrijk onderstaande onderdelen in goede conditie te houden:

**Kraakbeen:** de botuiteinden van onze gewrichten zijn bekleed met een witte, glanzende en gladde laag: het kraakbeenweefsel. Kraakbeen heeft als doel de twee botuiteinden nagenoeg perfect op elkaar te laten passen en de schokken van onze bewegingen op te vangen.

**Synoviaal vocht:** de onderliggende beweging tussen de botten moet soepel kunnen verlopen. Daarom bevindt er zich tussen de 2 botten in de gewrichtsholte een stroperige gewrichtsvloeistof: het synoviaal vocht.

**Hulpstructuren:** ook onze pezen en ligamenten zijn van belang bij een goede gewrichtsstructuur. Zij staan mede in voor onze bewegingen en voor het opvangen van de krachten die worden uitgeoefend op onze gewrichten.

## TIPS

Een gezonde levensstijl met regelmatige beweging en gezonde voeding helpt om onze gewrichten, spieren en botten in goede conditie te houden:

- Maak dagelijks een (korte) wandeling
- Doe je boodschappen met de fiets
- Kies een sport die je gewrichten niet teveel belast zoals yoga, zwemmen of fietsen
- Eet voldoende kalkrijke voedingsmiddelen zoals groenten, fruit, volkoren producten, ...
- Mijd best teveel alcohol, suiker, koffie en dierlijke vetten

## OSTEOPLUS

Osteoplus is een gamma producten voor mensen die vrij willen blijven bewegen en de gewrichten in goede conditie willen houden. Osteoplus is te koop in de apotheek zonder voorschrift.

## VOEDINGSSUPPLEMENTEN

Een voedingssupplement mag niet ter vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt. De aanbevolen dagelijkse dosis mag niet overschreden worden en een voedingssupplement moet buiten het gebruik van jonge kinderen bewaard worden. Gebruik bij kinderen, zwangerschap en borstvoeding wordt afgeraden. Licht steeds uw arts in bij het gebruik van één van de Osteoplus producten. Eventuele ongewenste effecten moeten aan de arts of apotheker gemeld worden. Vraag raad aan uw apotheker en lees aandachtig de bijsluiter voor meer informatie over één of meerdere specifieke producten uit het Osteoplus gamma.

## Vragen/Opmerkingen?

Contacteer ons: [contact@vemediabe](mailto:contact@vemediabe)  
[www.osteoplus.be](http://www.osteoplus.be)

\*Tendoactive® is a registered trademark licensed by LABORATORIO REIG JOFRE, B.V.

Vervaardigd  
voor:



G. Crommenlaan 8, 9050 Gent