# Marevia® PMS




*Net weight: / Neto količina: / Neto masa: / Peso netto: / Nettogewicht: / Nettó tömeg: / Cistá hmostnost: / Masa netto: / Čistá hmotnost: / Poids net : / Peso neto: Greutate netă:*

**130 g**

*Best before end: see bottom / Uporabno najmanj do: glej dno / Upotrijebi do: vidi dno / N di lotto: vedi in basso / Mind-estens haltbar bis Ende: siehe unten / Lejárati idő vége: lásd alul / Minimálna doba do konca: pozri dole / Najlepiej spożyć przed końcem: patrz na dole / Nejlepší před koncem: viz dno / À consommer de préférence avant la fin: voir en bas / consumir antes de: ver abajo / Cel mai bun înainte de sfârșit: vezi jos*

**(EN) Marevia PMS, 130 g** - food supplement with sweetener. Chasteberry helps to maintain good comfort before and during menstrual cycle. **Ingredients:** inulin powder, magnesium citrate, calcium citrate, ashwagandha (withania somnifera) extract, lemon flavour, peach flavour, gymnema sylvestre (Gymnema sylvestre) extract, stabiliser: cellulose, B-complex (thiamine mononitrate, riboflavin, pyridoxine hydrochloride, cyanocobalamin, folic acid, calcium D pantothenate, nicotine amide), chamomile extract (Matricaria chamomilla L.), red beet concentrate (maltodextrin, red beet powder (Beta vulgaris)), chasteberry (Vitex agnus-castus) extract, sweetener: steviol glycosides from stevia. **Using advice:** recommended daily dose 5 g (1 scoop) mix into a glass (150 ml) of water and drink. We recommend that you take the product 10 days before your scheduled period and the first 3 days of your period. For precise measuring we suggest weighing. **Storage:** store in a cool and dry place. **Warnings:** the recommended daily amount should not be exceeded. The food supplement is not a substitute for a balanced, varied diet and a healthy lifestyle. Keep out of reach of children! Not recommended during pregnancy, lactation and children. If you have diabetes, are taking glucose-lowering medications, or have hormonal problems or hormonal medications, consult your doctor before use.

**(SI) Marevia PMS, 130 g** - prehransko dopolnilo s sladilom. Navadna konopljika pomaga ohranjati dobro udobje pred in med menstrualnim ciklusom. **Sestavine:** inulin v prahu, magnezijev citrat, kalcijev citrat, izvleček ašvagande (withania somnifera), aroma limone, aroma breskve, izvleček gurmara (Gymnema sylvestre), stabilizator: celuloza, B-kompleks (tiaminmononitrat, riboflavin, piridoksin hidroklorid, cianokobalamin, folna kislina, kalcijev-D pantotenat, nikotin amid), izvleček kamilice (Matricaria chamomilla L.), koncentrat rdeče pese (maltodekstrin, prah rdeče pese (Beta vulgaris)), izvleček navadne konopljike (Vitex agnus-castus), sladilo: steviol glikozidi iz stevie. **Navodila za uporabo:** priporočen dnevni odmerek 5 g (1 merico) vmešajte v kozarec (150 ml) vode in popijte. Priporočamo, da izdelek zaužijete 10 dni pred predvideno menstruacijo in prve 3 dni menstruacije. Za natančno odmerjanje priporočamo tehtanje. **Shranjevanje:** hranite v suhem in hladnem prostoru. **Opozorila:** priporočene dnevne količine oziroma odmerka se ne sme prekoračiti. Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano ter zdrav način življenja. Hranite izven dosega otrok! Ni priporočljivo za nosečnice, doječe matere in otroke. Pri sladkorni bolezni, zdravilih za zniževanje glukoze

ali hormonskih težavah oz. hormonskih zdravilih se pred uporabo posvetujte z zdravnikom.

**(HR) Marevia PMS, 130 g** - dodatak prehrani sa zaslađivačem. Čednica pomaže u održavanju dobre udobnosti prije i tijekom menstrualnog ciklusa. **Sastojci:** inulin u prahu, magnezijev citrat, kalcijev citrat, ekstrakt ashwagandhe (withania somnifera), okus limuna, okus breskve, ekstrakt gymnema sylvestre (Gymnema sylvestre), stabilizator: celuloza, B-kompleks (tiamin mononitrat, riboflavin, piridoksin hidroklorid, cijanokobalamin, folna kiselina, kalcijev D pantotenat, nikotin amid), ekstrakt kamilice (Matricaria chamomilla L.), koncentrat crvene cikle (maltodekstrin, prah crvene cikle (Beta vulgaris)), bobica (Vitex) Agnus-castus, zaslađivač: Steviol Glycosides iz Stevije. **Preporučena uporaba:** Preporučuje se dnevna doza 5 g (1 žlica) u čašu (150 ml) vode i pića. Preporučujemo da proizvod uzmete 10 dana prije planirane menstruacije i prva 3 dana mjesečnice. Za precizno mjerenje predlažemo vaganje. **Način čuvanja:** čuvati na hladnom i suhom mjestu. **Upozorenja:** ne smije se prekoračiti preporučena dnevna količina. Dodatak prehrani nije zamjena za uravnoteženu i raznoliku prehranu te zdrav način života. Čuvati izvan dohvata djece! Ne preporučuje se tijekom trudnoće, dojenja i djece. Ako imate dijabetes, uzimate lijekove za snižavanje glukoze ili imate hormonskih problema ili hormonske lijekove, prije upotrebe posavjetujte se s liječnikom.

**(IT) Marevia PMS, 130 g** - integratore alimentare con edulcorante. L'agnocasto aiuta a mantenere un buon benessere prima e durante il ciclo mestruale. **Ingredienti:** inulina in polvere, citrato di magnesio, citrato di calcio, estratto di ashwagandha (Withania somnifera), aroma di limone, aroma di pesca, estratto di gymnema sylvestre, stabilizzante: cellulosa, complesso B (mononitrato di tiamina, riboflavina, cloridrato di piridossina, cianocobalamina, acido folico, pantotenato di calcio D, nicotina amide), estratto di camomilla (Matricaria chamomilla L. ), concentrato di barbabietola rossa (maltodestrina, polvere di barbabietola rossa (Beta vulgaris)), estratto di agnocasto (Vitex agnus-castus), edulcorante: glicosidi steviolici da stevia. **Consiglio d'uso:** Dose giornaliera raccomandata 5 g (1 misurino) - mescolare in un bicchiere (150 ml) d'acqua e bere. Si consiglia di assumere il prodotto 10 giorni prima delle mestruazioni previste e nei primi 3 giorni delle mestruazioni. Per una misurazione precisa, consigliamo di pesare. **Conservazione:** Conservi in un luogo fresco e asciutto. **Avvertenze:** La quantità giornaliera raccomandata non deve essere superata. Un integratore alimentare non sostituisce una dieta varia ed equilibrata e uno stile di vita sano. Tenere fuori dalla portata dei bambini. Non è raccomandato durante la gravidanza, l'allattamento e i bambini. Se soffri di diabete, stai assumendo farmaci ipoglicemizzanti o hai problemi ormonali o stai assumendo farmaci ormonali, consulta il tuo medico prima dell'uso.

**(DE) Marevia PMS, 130 g** - Nahrungsergänzungsmittel mit Süßungsmittel. Mönchspfeffer hilft, vor und während des Menstruationszyklus ein gutes Wohlbefinden aufrechtzuerhalten. **Zutaten:** Inulinpulver, Magnesiumcitrat, Calciumcitrat, Ashwagandha (Withania somnifera) Extrakt, Zitronenaroma, Pfirsicharoma, Gymnema sylvestre (Gymnema sylvestre)-Extrakt, Stabilisator: Cellulose, B-Komplex (Thiaminmononitrat, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Cyanocobalamin, Folsäure, Calcium D Pantothenat, Nikotinamid), Kamillenextrakt (Matricaria chamomilla L.), Rote-Bete-Konzentrat (Maltodextrin, Rote-Bete-Pulver (Beta vulgaris)), Mönchspfeffer (Vitex agnus-castus)-Extrakt, Süßstoff: Steviolglycoside aus Stevia. **Verzehrempfehlung :** Empfohlene Tagesdosis 5 g (1 Messlöffel) in ein Glas (150 ml) mischen Wasser und Getränke. Wir empfehlen die Einnahme des Produkts 10 Tage vor der geplanten Periode und an den ersten 3 Tagen der Periode. Zur genauen Dosierung empfehlen wir das Wiegen. **Lagerung:** Kühl und trocken lagern. **Warnhinweise:** Die empfohlene Tagesmenge darf nicht überschritten werden. Das Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren! Nicht empfohlen während der Schwangerschaft, Stillzeit und bei Kindern. Wenn Sie Diabetes haben, blutzuckersenkende Medikamente einnehmen oder hormonelle Probleme haben oder hormonelle Medikamente einnehmen, konsultieren Sie vor der Anwendung Ihren Arzt.

**(HU) Marevia PMS, 130 g** - Édesítőszeres étrend-kiegészítő. A barátcserje segít a jó közérzet fenntartásában a menstruációs ciklus előtt és alatt. **Összetevők:** inulinpor, magnézium-citrát, kalcium-citrát, ashwagandha (Withania somnifera) kivonat, citrom aroma, barack aroma, gymnema sylvestre kivonat, stabilizátor: cellulóz, B-komplex (tiamin-mononitrát, riboflavin, piridoxin-hidroklorid, cianokobalamin, folsav, kalcium-D-pantotenát, nikotinamid), kamilla kivonat (Matricaria chamomilla L. ), vörösrépa koncentrátum (maltodextrin, vörösrépa por (Beta vulgaris)), barátcserjekivonat (Vitex agnus-castus) kivonat, édesítőszer: szteviol glikozidok szteviából. **Használati tanácsok:** Ajánlott napi adag 5 g (1 adagolókanál) - keverje el egy pohár (150 ml) vízben és igya meg. Javasoljuk, hogy a terméket a tervezett menstruáció előtt 10 nappal

és a menstruáció első 3 napján vegye be. A pontos méréshez javasoljuk a mérlegelést. **Tárolás:** Tárolja hűvös és száraz helyen. **Figyelmeztetések:** Az ajánlott napi mennyiséget nem szabad túllépni. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, változatos étrendet és az egészséges életmódot. Gyermekek elől elzárva tartandó. Terhesség, szoptatás és gyermekek számára nem ajánlott. Ha cukorbetegségben szenved, vércukorszint-csökkentő gyógyszereket szed, vagy hormonális problémái vannak, illetve hormonális gyógyszereket szed, használat előtt konzultáljon orvosával.

**(SK) Marevia PMS, 130 g** - doplnok stravy so sladidlom. Vitex jahňací (mníšske korenie) pomáha udržiavať dobrý komfort pred a počas menštruačného cyklu. **Zloženie:** inulínový prášok, citrát horečnatý, citrát vápenatý, extrakt z ashwagandhy (Withania somnifera), citrónová aróma, broskyňová aróma, extrakt z gymnema sylvestre, stabilizátor: celulóza, B-komplex (tiamín mononitrát, riboflavín, pyridoxín hydrochlorid, kyanokobalamín, kyselina listová, pantotenát vápenatý D, amid nikotínu), extrakt z harmančeka (Matricaria chamomilla L. ), koncentrát z červenej repy (maltodextrín, prášok z červenej repy (Beta vulgaris)), extrakt z Vitex jahňací (mníšske korenie) (Vitex agnus-castus), sladidlo: glykozidy steviolu zo stévie. **Používanie:** Odporúčaná denná dávka 5 g (1 odmerka) - rozmiešajte v pohári (150 ml) vody a vypite. Odporúčame užívať výrobok 10 dní pred plánovanou menštruáciou a prvé 3 dni menštruácie. Pre presné odmeranie odporúčame vážiť. **Skladovanie:** Skladujte na chladnom a suchom mieste. **Upozornenia:** Odporúčané denné množstvo by sa nemalo prekročiť. Doplnok stravy nie je náhradou vyváženej, pestrej stravy a zdravého životného štýlu. Uchovávajte mimo dosahu detí. Neodporúča sa počas tehotenstva, dojčenia a pre deti. Ak máte cukrovku, užívate lieky znižujúce hladinu glukózy v krvi alebo máte hormonálne problémy či užívate hormonálne lieky, poraďte sa pred použitím so svojím lekárom.

**(PL) Marevia PMS, 130 g** - suplement diety ze słodzikiem. Niepokalanek pospolity (pieprz mnisi) pomaga utrzymać dobry komfort przed i w trakcie cyklu menstruacyjnego. **Składniki:** inulina w proszku, cytrynian magnezu, cytrynian wapnia, ekstrakt z ashwagandhy (withania somnifera), aromat cytrynowy, aromat brzoskwiniowy, ekstrakt z gymnema sylvestre, stabilizator: celuloza, B-kompleks (monoazotan tiaminy, ryboflawina, chlorowodorek pirydoksyny, cyjanokobalamina, kwas foliowy, pantotenian wapnia, amid kwasu nikotynowego), ekstrakt z rumianku (Matricaria chamomilla L. ), koncentrat buraka czerwonego (maltodekstryna, sproszkowany burak czerwony (Beta vulgaris)), ekstrakt z niepokalanka pospolitego (pieprzu mnisiego) (Vitex agnus-castus), substancja słodząca: glikozydy stewiolowe ze stewii. **Zastosowanie:** Zalecana dzienna porcja 5 g (1 miarka) - wymieszać w szklance (150 ml) wody i wypić. Zalecamy przyjmowanie produktu na 10 dni przed planowaną miesiączką i przez pierwsze 3 dni miesiączki. W celu dokładnego odmierzenia zalecamy ważenie. **Przechowywanie:** Przechowywać w chłodnym i suchym miejscu. **Ostrzeżenia:** Nie należy przekraczać zalecanej dziennej porcji. Suplement diety nie zastępuje zbilansowanej i zróżnicowanej diety oraz zdrowego stylu życia. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Nie zaleca się stosowania w okresie ciąży, laktacji i u dzieci. Jeśli chorujesz na cukrzycę, przyjmujesz leki obniżające poziom glukozy, masz problemy hormonalne lub przyjmujesz leki hormonalne, przed zastosowaniem leku skonsultuj się z lekarzem.

**(CZ) Marevia PMS, 130 g** - doplněk stravy se sladidlem. Drmek obecný (mnišský pepř) pomáhá udržovat dobrý komfort před menstruačním cyklem a během něj. **Složení:** inulin v prášku, citrát hořečnatý, citrát vápenatý, extrakt z ashwagandhy (withania somnifera), citronové aroma, broskvové aroma, extrakt z gymnema sylvestre, stabilizátor: celulóza, B-komplex (thiamin mononitrát, riboflavin, pyridoxin hydrochlorid, kyanokobalamin, kyselina listová, D-pantothenát vápenatý, amid nikotinu), extrakt z heřmánku (Matricaria chamomilla L. ), koncentrát z červené řepy (maltodextrin, prášek z červené řepy (Beta vulgaris)), drmek obecný (mnišský pepř) (Vitex agnus-castus) extrakt, sladidlo: steviol-glykosidy ze stévie. **Používání:** Doporučená denní dávka 5 g (1 odměrka) - rozmíchejte ve sklenici (150 ml) vody a vypijte. Doporučujeme užívat přípravek 10 dní před plánovanou menstruací a první 3 dny menstruace. Pro přesné odměření doporučujeme zvážit. **Skladování:** Skladujte na chladném a suchém místě. **Upozornění:** TDoporučené denní množství by nemělo být překročeno. Doplněk stravy nenahrazuje vyváženou, pestrou stravu a zdravý životní styl. Uchovávejte mimo dosah dětí! Nedoporučuje se během těhotenství, kojení a dětem. Pokud máte cukrovku, užíváte léky snižující hladinu glukózy v krvi nebo máte hormonální problémy či hormonální léky, poraďte se před použitím s lékařem.

**(FR) Marevia PMS, 130 g** - complément alimentaire avec édulcorant. La gattilier aide à maintenir un bon confort avant et pendant le cycle menstruel. **Ingrédients:** poudre d'inuline, citrate de magnésium, citrate de calcium, extrait d'ashwagandha (Withania somnifera), arôme de citron, arôme de pêche,

extrait de gymnema sylvestre, stabilisant : cellulose, complexe B (mononitrate de thiamine, riboflavine, chlorhydrate de pyridoxine, cyanocobalamine, acide folique, pantothénate de calcium D, amide de nicotine), extrait de camomille (Matricaria chamomilla L. ), concentré de betterave rouge (maltodextrine, poudre de betterave rouge (Beta vulgaris)), extrait de l'arbre au poivre (gattilier) (Vitex agnus-castus), édulcorant : glycosides de stévia. **Utilisation:** Dose journalière recommandée 5 g (1 mesure) - mélanger dans un verre (150 ml) d'eau et boire. Nous vous recommandons de prendre le produit 10 jours avant la date prévue de vos règles et les 3 premiers jours de vos règles. Pour une mesure précise, nous vous conseillons de peser le produit. **Conservation:** Conserver dans un endroit frais et sec. **Avertissements:** La quantité journalière recommandée ne doit pas être dépassée. Les compléments alimentaires ne doivent pas être utilisés en remplacement d'une alimentation équilibrée et variée et d'un mode de vie sain. Tenir hors de portée des enfants. Déconseillé pendant la grossesse, l'allaitement et chez les enfants. Si vous souffrez de diabète, prenez des médicaments pour faire baisser votre glycémie ou avez des problèmes hormonaux ou prenez des médicaments hormonaux, consultez votre médecin avant utilisation.

**(ES) Marevia PMS, 130 g** - complemento alimenticio con edulcorante. El sauzgatillo ayuda a mantener un buen bienestar antes y durante el ciclo menstrual. **Ingredientes:** inulina en polvo, citrato de magnesio, citrato de calcio, extracto de ashwagandha (Withania somnifera), aroma de limón, aroma de melocotón, extracto de gymnema sylvestre, estabilizante: celulosa, complejo B (mononitrato de tiamina, riboflavina, clorhidrato de piridoxina, cianocobalamina, ácido fólico, D-pantotenato de calcio, nicotinamida), extracto de manzanilla (Matricaria chamomilla L.), concentrado de remolacha roja (maltodextrina, polvo de remolacha roja (Beta vulgaris)), extracto de sauzgatillo (Vitex agnus-castus), edulcorante: glicósidos de esteviol de stevia. **Consejos de uso:** dosis diaria recomendada 5 g (1 cucharada) mezclar en un vaso (150 ml) de agua y beber. Recomendamos tomar el producto 10 días antes de la regla y los 3 primeros días de la regla. Recomendamos pesar para una dosificación precisa. **Almacenamiento:** conservar en un lugar fresco y seco. **Advertencias:** no debe superarse la cantidad diaria recomendada. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada y variada ni un modo de vida sano. ¡Mantener fuera del alcance de los niños! No recomendado durante el embarazo, la lactancia y los niños. Si tiene diabetes, está tomando medicamentos para reducir la glucosa o tiene problemas hormonales o toma medicamentos hormonales, consulte a su médico antes de usarlo.

**(PT) Marevia PMS, 130 g** - suplemento alimentar com adoçante. O agno-casto ajuda a manter um bom conforto antes e durante o ciclo menstrual. **Ingredientes:** inulina em pó, citrato de magnésio, citrato de cálcio, extrato de ashwagandha (Withania somnifera), aroma de limão, aroma de pêssego, extrato de gymnema sylvestre (Gymnema sylvestre), estabilizador: celulose, complexo B (mononitrato de tiamina, riboflavina, cloridrato de piridoxina, cianocobalamina, ácido fólico, pantotenato de cálcio D, amida de nicotina), extrato de camomila (Matricaria chamomilla L. ), concentrado de beterraba vermelha (maltodextrina, beterraba vermelha em pó (Beta vulgaris)), extrato de agno-casto (Vitex agnus-castus), edulcorante: glicosídeos de esteviol da estévia. **Modo de usar:** Dose diária recomendada 5 g (1 colher doseadora) - misture num copo (150 ml) de água e beba. Recomendamos que tome o produto 10 dias antes da data prevista para a menstruação e nos primeiros 3 dias da menstruação. Para uma medição exacta, sugerimos que pese o produto. **Armazenamento:** Conservar num local fresco e seco. **Advertências:** A quantidade diária recomendada não deve ser excedida. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de uma alimentação equilibrada e variada e de um estilo de vida saudável. Manter fora do alcance das crianças. Não recomendado durante a gravidez, lactação e crianças. Se tem diabetes, toma medicamentos para baixar a glicose ou tem problemas hormonais ou toma medicamentos hormonais, consulte o seu médico antes de utilizar.

**(NL) Marevia PMS, 130 g** - voedingssupplement met zoetstof. Kuisheidsboom helpt om een goed comfort te behouden voor en tijdens de menstruatiecyclus. **Ingrediënten:** inulinepoeder, magnesiumcitraat, calciumcitraat, ashwagandha (withania somnifera) extract, citroenaroma, perzikaroma, gymnema sylvestre-extract, stabilisator: cellulose, B-complex (thiaminemononitraat, riboflavine, pyridoxinehydrochloride, cyanocobalamine, foliumzuur, calcium-D-pantothenaat, nicotineamide), kamille-extract (Matricaria chamomilla L. ), rode bietenconcentraat (maltodextrine, rode bietenpoeder (Beta vulgaris)), kuisbessenextract (Vitex agnus-castus), zoetstof: steviolglycosiden uit stevia. **Gebruiksadvies:** aanbevolen dagelijkse dosis 5 g (1 maatschepje) mengen in een glas (150 ml) water en opdrinken. We raden je aan het product 10 dagen voor je geplande menstruatie en de eerste 3 dagen van

je menstruatie in te nemen. Voor nauwkeurig meten raden we afwegen aan. **Bewaren:** koel en droog bewaren. **Waarschuwingen:** de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid mag niet overschreden worden. Dit voedingssupplement is geen vervanging voor een evenwichtige, gevarieerde voeding en een gezonde levensstijl. Buiten het bereik van kinderen houden! Niet aanbevolen tijdens zwangerschap of het geven van borstvoeding. Als u diabetes heeft, bloedglucoseverlagende medicijnen gebruikt, of hormonale problemen heeft of hormonale medicijnen gebruikt, raadpleeg dan uw arts voor gebruik.

**(RO) Marevia PMS, 130 g** - supliment alimentar cu îndulcitor. Vitex ajută la menținerea unui confort bun înainte și în timpul ciclului menstrual. **Ingredients:** pulbere de inulină, citrat de magneziu, citrat de calciu, extract de ashwagandha (withania somnifera), aromă de lămâie, aromă de piersică, extract de gymnema sylvestre (Gymnema sylvestre), stabilizator: celuloză, complex B (mononitrat de tiamină, riboflavină, clorhidrat de piridoxină, cianocobalamină, acid folic, pantotenat de calciu D, amidă de nicotină), extract de mușețel (Matricaria chamomilla L. ), concentrat de sfeclă roșie [maltodextrină, pudră de sfeclă roșie (Beta vulgaris)], extract de vitex (Vitex agnus-castus), îndulcitor: glicozide de steviol din stevia. **Utilizare:** Doza zilnică recomandată 5 g (1 lingură). Se amestecă într-un pahar (150 ml) de apă și se bea. Vă recomandăm să luați produsul cu 10 zile înainte de perioada programată și în primele 3 zile ale perioadei. Pentru o măsurare precisă, vă sugerăm să cântăriți. **Depozitare:** A se păstra într-un loc răcoros și uscat. **Avertismente:** Cantitatea zilnică recomandată nu trebuie depășită. Suplimentul alimentar nu înlocuiește o dietă echilibrată și variată și un stil de viață sănătos. A nu se lăsa la îndemâna copiilor. Nu se recomandă în timpul sarcinii, alăptării și copiilor. Dacă aveți diabet, luați medicamente pentru scăderea glicemiei sau aveți probleme hormonale sau medicamente hormonale, consultați medicul înainte de utilizare.

**(GR) Marevia PMS, 130 g** - συμπλήρωμα διατροφής με γλυκαντικό. Η Λυγαριά βοηθά στη διατήρηση της καλής άνεσης πριν και κατά τη διάρκεια του εμμηνορροϊκού κύκλου. **Συστατικά:** σκόνη ινουλίνης, κιτρικό μαγνήσιο, κιτρικό ασβέστιο, εκχύλισμα ashwagandha (Withania somnifera), άρωμα λεμονιού, άρωμα ροδάκινου, εκχύλισμα Gymnema sylvestre (Gymnema sylvestre), σταθεροποιητής: (μονονιτρική θειαμίνη, ριβοφλαβίνη, υδροχλωρική πυριδοξίνη, κυανοκοβαλαμίνη, φολικό οξύ, παντοθενικό ασβέστιο D, αμίδιο νικοτίνης), εκχύλισμα χαμομηλιού (Matricaria chamomilla L. ), συμπύκνωμα κόκκινου τεύτλου (μαλτοδεξτρίνη, σκόνη κόκκινου τεύτλου (Beta vulgaris)), εκχύλισμα λυγαριά (Vitex agnus-castus), γλυκαντικό: γλυκοζίτες στεβιόλης από στέβια. **Χρήση:** Συνιστώμενη ημερήσια δόση 5 g (1 δοσομετρητής). Ανακατέψτε σε ένα ποτήρι (150 ml) νερό και πιείτε. Συνιστούμε να λαμβάνετε το προϊόν 10 ημέρες πριν από την προγραμματισμένη περίοδό σας και τις πρώτες 3 ημέρες της περιόδου σας. Για ακριβή μέτρηση προτείνουμε να ζυγίζετε. **Αποθήκευση:** Αποθηκεύστε σε δροσερό και ξηρό μέρος. **Προειδοποιήσεις:** η συνιστώμενη ημερήσια ποσότητα δεν πρέπει να υπερβαίνεται. Το συμπλήρωμα διατροφής δεν υποκαθιστά μια ισορροπημένη, ποικίλη διατροφή και έναν υγιεινό τρόπο ζωής. Να φυλάσσεται μακριά από παιδιά. Δεν συνιστάται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, του θηλασμού και των παιδιών. Εάν έχετε διαβήτη, λαμβάνετε φάρμακα που μειώνουν τη γλυκόζη ή έχετε ορμονικά προβλήματα ή ορμονικά φάρμακα, συμβουλευτείτε τον γιατρό σας πριν από τη χρήση.

**(SE) Marevia PMS, 130 g** - kosttillskott med sötningsmedel. Kyskhetsträd (munkpeppar) hjälper till att upprätthålla god komfort före och under menstruationscykeln. **Ingredienser:** inulinpulver, magnesiumcitrat, kalciumcitrat, ashwagandha (Withania somnifera)-extrakt, citronsmak, persikosmak, gymnema sylvestre (Gymnema sylvestre)-extrakt, stabilisator: cellulosa, B-komplex (tiaminmononitrat, riboflavin, pyridoxinhydroklorid, cyanokobalamin, folsyra, kalcium-D-pantotenat, nikotinamid), kamomillextrakt (Matricaria chamomilla L. ), rödbetskoncentrat (maltodextrin, rödbetspulver (Beta vulgaris)), extrakt av kyskhetsträd (Vitex agnus-castus), sötningsmedel: steviolglykosider från stevia. **Användning:** Rekommenderad daglig dos 5 g (1 skopa). Blanda i ett glas (150 ml) vatten och drick. Vi rekommenderar att du tar produkten 10 dagar före din planerade menstruation och de första 3 dagarna av din menstruation. För exakt mätning föreslår vi vägning. **Förvaring:** Förvara på en sval och torr plats. **Varningar:** den rekommenderade dagliga mängden bör inte överskridas. Kosttillskottet ersätter inte en balanserad, varierad kost och en hälsosam livsstil. Förvaras utom räckhåll för barn! Rekommenderas inte under graviditet, amning och för barn. Om du har diabetes, tar glukossänkande läkemedel eller har hormonella problem eller hormonella läkemedel, rådfråga din läkare före användning.

**(DK) Marevia PMS, 130 g** - Kosttilskud med sødemiddel. Kyskhedstræ hjælper med at opretholde en god komfort før og under menstruationscyklussen. **Ingredienser:** inulinpulver, magnesiumcitrat, calciumcitrat, ashwagandha (Withania somnifera)-ekstrakt, citronsmag, ferskensmag, gymnema sylvestre (Gymnema sylvestre)-ekstrakt, stabilisator: cellulose, B-kompleks (thiaminmononitrat, riboflavin, pyridoxinhydrochlorid, cyanocobalamin,

folsyre, calcium-D-pantothenat, nikotinamid), kamilleekstrakt (Matricaria chamomilla L. ), rødbedekoncentrat (maltodextrin, rødbedepulver (Beta vulgaris)), ekstrakt af kyskhedstræ (Vitex agnus-castus), sødemiddel: steviolglykosider fra stevia. **Anvendelse:** Anbefalet daglig dosis 5 g (1 skefuld). Blandes i et glas (150 ml) vand og drikkes. Vi anbefaler, at du tager produktet 10 dage før din planlagte menstruation og de første 3 dage af din menstruation. For præcis måling foreslår vi, at du vejer det. **Opbevaring:** Opbevares på et køligt og tørt sted. **Advarsler:** Den anbefalede daglige mængde bør ikke overskrides. Kosttilskuddet er ikke en erstatning for en afbalanceret, varieret kost og en sund livsstil. Opbevares utilgængeligt for børn. Anbefales ikke under graviditet, amning og til børn. Hvis du har diabetes, tager glukosesænkende medicin eller har hormonelle problemer eller hormonel medicin, skal du kontakte din læge før brug.

**1.**

Once a day mix one spoop (5 g)

**2.**

In a glass of water (150 mL)

**3.**

Enjoy the day!









| **Active ingredients per / Aktivne sestavine na / Aktivni sastojci po / Ingredienti attivi per / Wirkstoffe pro / Aktív összetevők / Účinné látky na / Składniki aktywne na / Účinné látky na / Principios activos por / Ingredientes ativos por / Actieve ingrediënten per / Ingrediente active la / Δραστικά συστατικά ανά / Aktiva ingredienser / Aktive ingredienser** | **on / na / per / pro / sur / en / pe 5 g** |
|---|---|
| Magnesium / Magnezij / Magnesio / Magnézium / Horčík / Magnez / Hořčík / Magnésium / Magnesio / Magnésio / Magneziu / Μαγνήσιο / | 150 mg (40% NRV*) |
| Calcium / Kalcij / Calcio / Kalzium / Kalcium / vápnik / Wapń / vápník / Calcio / Cálcio / Calciu / Ασβέστιο / Kalcium | 84 mg (11% NRV*) |
| Ashwagandha extract / izvleček ašvagande / Ashwagandha ekstrakt / estratto di Ashwagandha / Ashwagandha-Extrakt / Ashwagandha kivonat / extrakt z Ashwagandhy / Wyciąg z Ashwagandhy / Ashwagandha extrakt / Extrait d'Ashwagandha / Extracto de Ashwagandha / Extrato de Ashwagandha / Ashwagandha-extract / extract Ashwagandha / εκχύλισμα Ashwagandha / Ashwagandha-extrakt / Ashwagandha-ekstrakt | 150 mg |
| Gymnema sylvestre extract / izvleček gurmara / Ekstrakt Gymnema sylvestre / estratto di Gymnema sylvestre/ Gymnema sylvestre-Extrakt / Gymnema sylvestre kivonat / extrakt z Gymnema sylvestre / Wyciąg z Gymnema sylvestre / extrakt z Gymnema sylvestre / Extrait de Gymnema sylvestre / Extracto de Gymnema sylvestre / Extrato de Gymnema sylvestre / Gymnema sylvestre-extract / Extract de Gymnema sylvestre / Εκχύλισμα Gymnema sylvestre / Gymnema sylvestre extrakt | 100 mg |
| B-complex / B-kompleks / complesso B / B-Komplex / Complexe B / Complejo B / Complexo B / complex B / σύμπλεγμα B | 50 mg |
| Vitamin B1 / B1-vitamin / Vitamina B1 / vitamín B1 / Witamina B1 / Vitamine B1 / Vitamiin B1 / βιταμίνη B1 | 1,1 mg (100% NRV*) |
| Vitamin B2 / B2-vitamin / Vitamina B2 / vitamín B2 / Witamina B2 / Vitamine B2 / Vitamiin B2 / βιταμίνη B2 | 1,4 mg (100% NRV*) |
| Vitamin B6 / B6-vitamin / Vitamina B6 / vitamín B6 / Witamina B6 / Vitamine B6 / Vitamiin B6 / βιταμίνη B6 | 1,4 mg (100% NRV*) |
| Vitamin B12 / B12-vitamin / Vitamina B12 / vitamín B12 / Witamina B12 / Vitamine B12 / Vitamiin B12 / βιταμίνη B12 | 2,5 µg (100% NRV*) |
| Folic acid / Folna kislina / Acido folico / folna kiselina / Folsäure / folsav / kwas foliowy / kyselina listová / Acide folique / Ácido fólico / Ácido fólico / Foliumzuur / acid folic / φολικό οξύ / folsyra | 200 µg (100% NRV*) |
| Pantothenic acid / Pantotenska kislina / Pantotenska kiselina / Acido pantotenico / Pantothensäure / pantoténsav / kyselina pantoténová / kwas pantotenowy / kyselina pantothenová / Acide pantothénique / Ácido pantoténico / Pantotheenzuur / acid pantotenic / παντοθενικό οξύ / pantotensyra | 6 mg (100% NRV*) |
| Niacin / Niacina / Niacin / niacín / niacyna / Niacine / Niacinamida / niacină / νιασίνη | 16 mg (100% NRV*) |
| Chamomile extract / izvleček kamilice / ekstrakt kamilice / Estratto di camomilla / Kamillenextrakt / kamillakivonat / extrakt z harmančeka / Wyciąg z rumianku / Extrakt z heřmánku / Extrait de camomille / Extracto de manzanilla / Extrato de camomila / Kamille-extract / Extract de mușețel / εκχύλισμα Polygonum avoculare / Kamomillextrakt / Kamilleekstrakt | 50 mg |
| Chasteberry extract / izvleček navadne konopljike / Ekstrakt Chasteberry / estratto di agnocasto / Chasteberry-Extrakt / barátcserjekivonat / extrakt z Vitex jahňací (mníšske korenie) / Wyciąg z niepokalanka pospolitego (pieprzu mnisiego) / drmek obecný / Extrait de l'arbre au poivre (gattilier) / Extracto de Sauzgatillo / Extrato de Chasteberry / Kuisbessen extract / Extract de murdărie / Εκχύλισμα chasteberry | 15 mg |

*NRV: nutritional reference value / *NRV: PDV, priporočeni dnevni vnos / Preporučeni dnevni unos / Assunzione giornaliera raccomandata / Empfohlene tägliche Dosis/ Ajánlott napi bevitel / Odporúčaná denná dávka / Zalecana dzienna porcja / Doporučený denní příjem / Dosis diaria recomendada / Dose diária recomendada / Dose journalière recommandée / Consumul zilnic recomandat / Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid / Διατροφική Τιμή Αναφοράς