

ENERGETICA
Natura

Voel het verschil:
jouw essentiële
voedings-
supplementen



Essentials by **ENERGETICA**
Natura

Ontdek de Essentials



Immuniteit

4



Energie

8



Stress & Slaap

10



Spijsvertering

12



Essentiële vetzuren

20



Botten & Gewrichten

22



Hormonale balans

24



Ontdek: kwaliteit
maakt het verschil

26

Energetica Natura Essentials: de aanvulling op je gezonde levensstijl

Je fit voelen begint altijd bij een gezonde levensstijl: goede voeding, voldoende beweging en zo weinig mogelijk stress. Daarbij is het belangrijk om je lichaam te ondersteunen met de juiste vitamines en mineralen. **Maar hoe weet je welke extra voedingsstoffen je nodig hebt? En welke supplementen zijn voldoende kwalitatief?**

Om je te helpen kiezen, stelden we een **toegankelijk basisassortiment** samen. Graag meer energie, soepele gewrichten of een krachtig immuunsysteem? Met een Energetica Natura Essential ben je zeker van de beste kwaliteit en die garanderen we zo:

- Een goede vertering is onmisbaar om waardevolle voedingsstoffen goed op te nemen. Daarom zijn onze producten **vrij van toxische stoffen en allergenen** en belasten ze je spijsvertering niet.
- We gebruiken enkel **natuurlijke grondstoffen** die voldoen aan de strengste kwaliteitseisen.
- We combineren **de juiste voedingsstoffen in de ideale dosering**, zodat ze elkaars effect versterken (synergie).
- Onze supplementen bevatten **de best opneembare vorm van vitamines en mineralen** (actieve vitamines en organisch gebonden mineralen).
- De actieve stoffen in onze producten zijn **hoog gedoseerd**, zodat ze zeker effect hebben.

Op het etiket van de Energetica Natura Essentials vind je onder andere een duidelijke **productcategorie**. Ook zie je meteen **wat het product doet** en waarom het uniek is.

Belangrijke tip: met sommige Essentials (zoals Acti-Mag Plus™, p. 9 en CurcumRx™, p.22) voel je al snel verschil, maar bij de meeste voedingssupplementen duurt het langer. Je cellen, weefsels en organen hebben tijd nodig om zich te herstellen met het nieuwe aanbod van voedingsstoffen. Idealiter neem je een voedingssupplement daarom **minstens 3 maanden**.

Om echt goed aan de slag te gaan met voedingssupplementen, moet je weten wat je lichaam nodig heeft. We raden je daarom sterk aan om een afspraak te maken met een **(natuur)arts of therapeut** bij jou in de buurt. Een professional kan je begeleiden en samen met jou stapsgewijs je gezondheid verbeteren.

Op zoek naar een professional? Een goede plek om te starten is de Nederlandse beroepsvereniging MBOG (www.mbog.nl). Daar vind je hoogwaardige zorgverleners die beschikken over het orthomoleculaire keurmerk. In België kan je terecht bij het Belgische kennis- en opleidingsinstituut BIOK (www.biok.center) of kenniscentrum KPNI Belgium (klinische psycho- neuro- en immunologie, www.kpnibelgium.com).



Immuniteit

D-Mulsion®

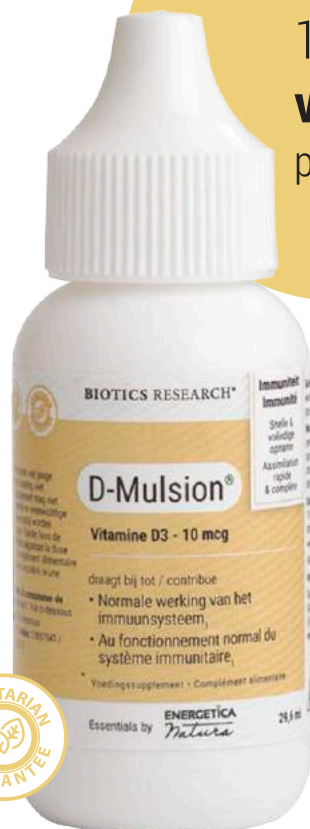
Micro-emulsie van vitamine D voor een snelle en vrijwel volledige opname

Unieke eigenschappen:

- Hoge biologische beschikbaarheid door gebruik van een natuurlijke micro-emulsie
- Vrij van toxische emulgatoren
- Eenvoudige dosering voor elke leeftijdscategorie
- Gegarandeerde dosis vitamine D3 per druppel
- Sterker klinisch effect in vergelijking met wekelijkse of maandelijke doseringen

Vitamine D3 draagt bij tot:

- De normale werking van het immuunsysteem
- De instandhouding van normale botten
- Normale calciumgehalten in het bloed
- De instandhouding van de normale werking van de spieren



10 mcg
vitamine D3
per druppel

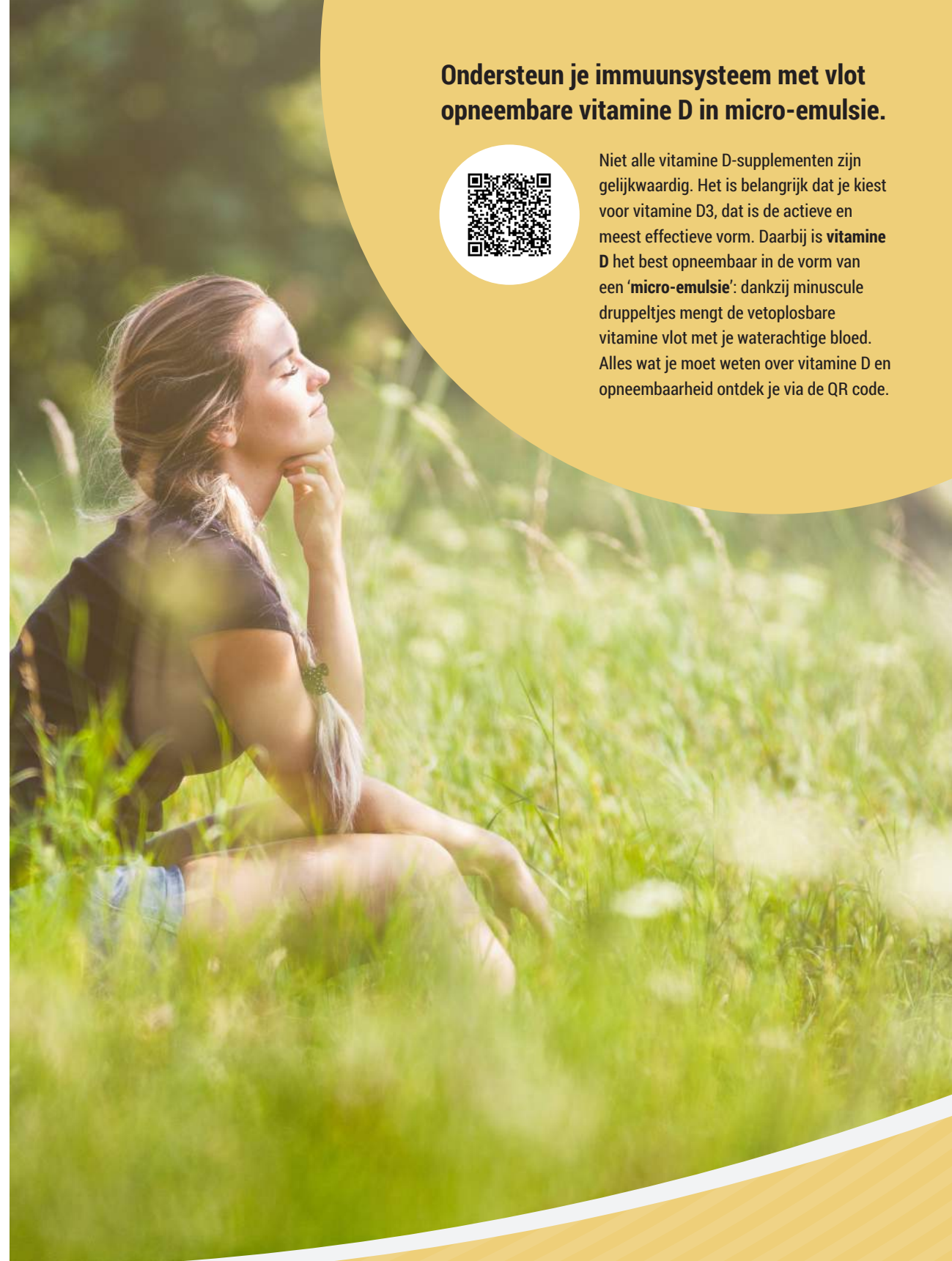
*ook
beschikbaar
in hogere
dosering:
D-Mulsion
Forte®

Bestellen op werkdagen voor 17u = zelfde dag verzonden

Ondersteun je immuunsysteem met vlot opneembare vitamine D in micro-emulsie.



Niet alle vitamine D-supplementen zijn gelijkwaardig. Het is belangrijk dat je kiest voor vitamine D3, dat is de actieve en meest effectieve vorm. Daarbij is **vitamine D** het best opneembaar in de vorm van een '**micro-emulsie**': dankzij minuscule druppeltjes mengt de vetoplosbare vitamine vlot met je waterachtige bloed. Alles wat je moet weten over vitamine D en opneembaarheid ontdek je via de QR code.



Wat is het nut van antioxidanten?



Bij je stofwisseling komen automatisch schadelijke stoffen (radicalen) vrij. Ook bij het afweersysteem, de ontgiftiging en intensief sporten gebeurt dat van nature. Zware metalen, sigarettenrook, chemische stoffen en gefrituurde voeding zijn belastend voor je lichaam en doen nog meer schadelijke radicalen vrijkomen.

In een gezonde situatie heb je voldoende **antioxidanten die je cellen beschermen tegen vrije radicalen**. Antioxidanten zijn onder andere de vitamines A, C en E, mineralen (zoals selenium en zink) en talrijke plantenstoffen uit groente en fruit. Ze beschermen je weefsels tegen beschadiging en veroudering.

Benieuwd of jij extra antioxidanten nodig hebt en waar je op kan letten? Scan snel de QR-code!

Protect Plus™

Breed-spectrum antioxidantcomplex met co-enzymen

Unieke eigenschappen:

- Synergetisch antioxidantcomplex met zwavelhoudende aminozuren
- Natuurlijke enzymatische antioxidanten
- Capsule met toevoeging van plantencultuur: geen synthetische hulpstoffen en goede opneembaarheid

Vitamines A, C, D, E, zink en seleen dragen bij tot:

- De bescherming van de cellen tegen oxidatieve stress
- De instandhouding van normale slijmvliezen
- De normale werking van het immuunsysteem

**100 mg vitamine C,
NAC & glutathion
per capsule**





Energie

Multi Vit-a-Mins™

Compleet multivitamine- en mineralenpreparaat

Unieke eigenschappen:

- Aangevuld met astaxanthine, zeaxanthine en luteïne
- Vrij van koper en ijzer
- Tablet met toevoeging van plantencultuur: vegetarisch, geen synthetische hulpstoffen en goede opneembaarheid

Biotine, jodium, mangaan, niacine, pantotheenzuur, riboflavine, seleen, thiamine, vitamines A, B6, C, D, E, K en zink dragen bij tot:

- De bescherming van cellen tegen oxidatieve stress
- De instandhouding van een normaal gezichtsvermogen, normale botten, tanden en huid, normale werking van de spieren en normale slijmvliezen
- De normale werking van het immuunsysteem en het zenuwstelsel
- Een normaal energieleverend metabolisme
- Een normale psychologische functie
- De vermindering van vermoeidheid en moeheid

Nood aan meer energie of sta je onder stress? Ondersteun je lichaam met deze universele topproducten.

Last van een hardnekkig trillend spiertje bij je oog? Dat is één van de mogelijke lichaamssignalen van een magnesiumtekort. Weet jij waar je magnesium voor nodig hebt en of je voldoende magnesium binnenkrijgt? Scan de QR-code en ontdek het op onze website.



**33,3 mg vitamine C,
5 mg zink per tablet
en nog veel meer
vitamines en mineralen!**



**Alle actieve
B-vitamines**



B-Active Complex™

Hooggedoseerd B-complex met actieve B-vitamines

Unieke eigenschappen:

- Compleet B-vitamine preparaat incl. biotine, choline, inositol, PABA en taurine
- Hooggedoseerde taurine
- Tablet met toevoeging van plantencultuur: vegetarisch, geen synthetische hulpstoffen en goede opneembaarheid

Folaat en vitamines B1, B2, B3, B5, B6 en B12 dragen bij tot:

- De vermindering van vermoeidheid en moeheid
- De normale werking van het zenuwstelsel
- Een normaal energieleverend metabolisme

Acti-Mag Plus™

Magnesiumpreparaat met actieve B-vitamines en taurine

Unieke eigenschappen:

- Uitzonderlijk goede opneembaarheid & biologische beschikbaarheid van magnesium
- Sterke synergetische combinatie: rijk aan actieve B-vitamines, taurine en silicium voor de optimale werking van magnesium
- Poedervorm: het best getolereerd door maag en darmen
- Aangename smaak

Magnesium, folaat, vitamines B1, B2, B3, B5 en B6 dragen bij tot:

- De vermindering van vermoeidheid en moeheid
- Een normale werking van de spieren
- Een normaal energieleverend metabolisme

**400 mg magnesium
met actieve
B-vitamines per
maatschepje (5g)**





Stress & Slaap

Ashwaganda Pure™

**Adaptogeen voor evenwicht in stresssituaties
Natuurlijk herstarten**

**Ashwagandha draagt bij tot
(evaluatie gezondheidsclaims is lopende):**

- Het tot rust brengen van het zenuwstelsel
- Het normaliseren van fysiologische functies die verstoord geraken door chronische stress
- De normaliserende, toniserende en revitaliserende werking op het lichaam

**300 mg
Ashwagandha**
(withania somnifera)
per capsule



Bestellen op werkdagen voor 17u = zelfde dag verzonden

**Blijf in evenwicht bij stresssituaties
en breng je zenuwstelsel natuurlijk tot rust**

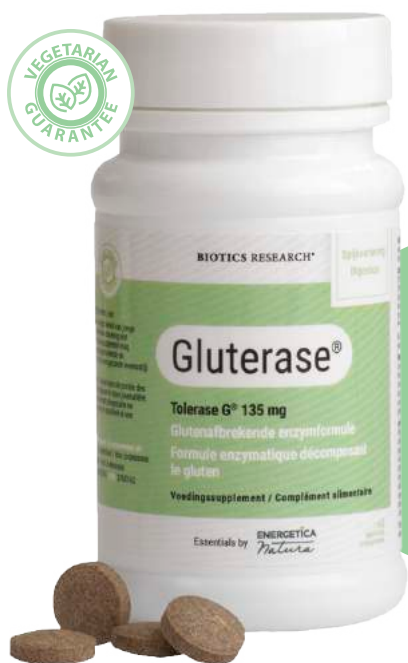


Ashwagandha is een van de belangrijkste kruiden uit de Ayurveda, de traditionele Indiase geneeskunde. Scan de QR-code en ontdek waarom dit bijzondere en rustgevendende kruid ook in de Westerse wereld steeds geliefder wordt.





Spijsvertering



135 mg
Tolerase® G
per tablet

Gluterase®

Glutenaafbrekende enzymformule

Unieke eigenschappen:

- Klinisch werkzaam, in humane studies bewezen
- Vermindert aanzienlijk de auto-immuunreactie op gluten
- Verbeterd de levenskwaliteit van personen met glutenintolerantie of -sensitiviteit

Welzijn begint bij een goede spijsvertering. Ondersteun je maag en je darmen met enzymen, gunstige bacteriën en biotine.



Wist je dat je darmen een invloed hebben op je volledige gezondheid? Vermoeidheid, somberheid en zelfs huidproblemen kunnen te maken hebben met een verstoorde balans in je darmen. Scan de QR code en ontdek hoe het zit.

Symbiolact Compositum®

Complex van gevriesdroogde lactobacillen en bifidobacteriën met biotine

Unieke eigenschappen:

- Gebruik van H₂O₂ producerende melkzuurbacteriën
- Gebruik van bifidobacteriën met hoog hechtingsvermogen
- Hoge totale activiteit: >10⁹ koloniserende eenheden per gram
- Hypoallergeen
- Zonder irriterende stoffen, kunst aroma's of stabilisatoren
- Gebruik van maïszetmeel (glutenvrij en niet genetisch gemanipuleerd)
- Eenvoudig gebruik (zakjes)
- Verpakking waterdampdicht
- Kan worden bewaard op kamertemperatuur

26 mg Lactobacillus paracasei
20 mg Lactobacillus acidophilus (DDS-1) & Bifidobacterium bifidum per zakje



Floracare XL

Krachtige combinatie van pre- en probiotica

Unieke eigenschappen:

- Krachtige formule met 3 pre- en 7 probiotica die in symbiose werken
- Een zeer hoog geconcentreerd probioticum met 20 miljard (2 x 10¹⁰) kiemen probiotica waaronder bifidobacteriën, lactobacillen en streptokokken
- Krachtige werking na maagpassage
- Vegicaps®: vegetarische capsules

Inuline,
bifidobacteriën
& lactobacilli



Podcast: het belang van vezels voor je hele lichaam



Waarom is het belangrijk om veel groenten te eten? En wat hebben je darmen met je immuunsysteem te maken? In de **Energetica Natura** podcast ontdek je alles over de invloed van voldoende vezels op je hele lichaam. Als bonus krijg je tips om stap voor stap gezonder te gaan eten. Je vindt de podcast via de QR-code of door te zoeken op 'Energetica Natura' in je favoriete podcast-app.

5 gram
vezels per
maatschepje



Fiber Complete®

**Compleet voedingsvezelpreparaat
bestaande uit vezels van zaden, fruit en
groenten**

Unieke eigenschappen:

- 10 verschillende vezeltypes: o.a. fenegriek, açaiibes en organisch geteelde broccoli
- Hoog in fytonutriënten
- Vrij van gluten en fytinezuur
- Goede balans tussen fermenteerbare en niet fermenteerbare vezels
- Poeder: gemakkelijk te doseren en te mengen
- Geen toevoeging van zoet- noch smaakstoffen

**EXCLUSIEF
IN DE MARKT**



Problemen met je spijsvertering? Spijsverteringsenzymen kunnen helpen!



Alles staat of valt met een goede spijsvertering, want wie goed verteert, neemt meer essentiële voedingsstoffen op. **Vormt je lichaam niet genoeg spijsverteringsenzymen en haal je er geen uit je voedsel, dan verzwakt je afweersysteem.** Als gevolg daarvan kun je moe zijn en allerlei kwaaltjes hebben, zoals maag- en darmklachten, ontstekingen, hoofdpijn, huiduitslag en stemmingswisselingen.

De belangrijkste enzymen die je spijsvertering kunnen ondersteunen zijn lipase (vetsplitsend), protease (eiwitsplitsend) en amylase (koolhydraatsplitsend).

Meer weten over hoe je je spijsvertering kan verbeteren met enzymen? Je ontdekt het via de QR-code!

100 mg *Gymnema sylvestre*
100 mg berberine
per capsule



Glycozyme Forte™

**Brede formule ter ondersteuning van de
bloedsuikerspiegel**

Unieke eigenschappen:

- Synergetische formule met o.a. vitamine C, chroom, zink en essentiële aminozuren
- Met 6 specifieke nutriënten die cellen mee beschermen tegen oxidatieve stress (Mn, Se, Zn, B2, C, E)
- Krachtige fytonutriënten zoals *Gymnema sylvestre*, berberine en Chinese kaneel

Biotine, chroom, mangaan, seleen, zink en de vitamines B2, B6, C en E dragen bij tot:

- De bescherming van cellen tegen oxidatieve stress
- De instandhouding van normale bloedsuikergehalten
- Een normaal koolhydraatmetabolisme
- De regulering van de hormonale activiteit
- Een normaal metabolisme van de macronutriënten

Biotics 6-Plus™

250 mg
pancreatine
per tablet

Zes belangrijke spijsverteringsenzymen

Unieke eigenschappen:

- Breedspectrum formule met koolhydraat-, eiwit-, en vetsplitsende enzymen
- Tablet met toevoeging van plantencultuur: geen synthetische hulpstoffen en goede opneembaarheid



Bestellen op werkdagen voor 17u = zelfde dag verzonden

Hoe ondersteun je de natuurlijke reinigingsprocessen in je darmen en lever?



Een kwalitatieve shake – met de juiste verhouding van vitamines, mineralen, eiwitten en goed verteerbare vetten – ondersteunt de natuurlijke reinigingsprocessen in je darmen en lever. En als je darmen en lever tot rust komen, krijgen je immuunsysteem en energiepijl een opkikker. Interessant? Ontdek meer over hoe je je lichaam kan ondersteunen via de QR-code.

400 mg MCT-olie
167 mg L-glutamine
per afgestreken
maatschepje
(11,2g)



NutriClear®

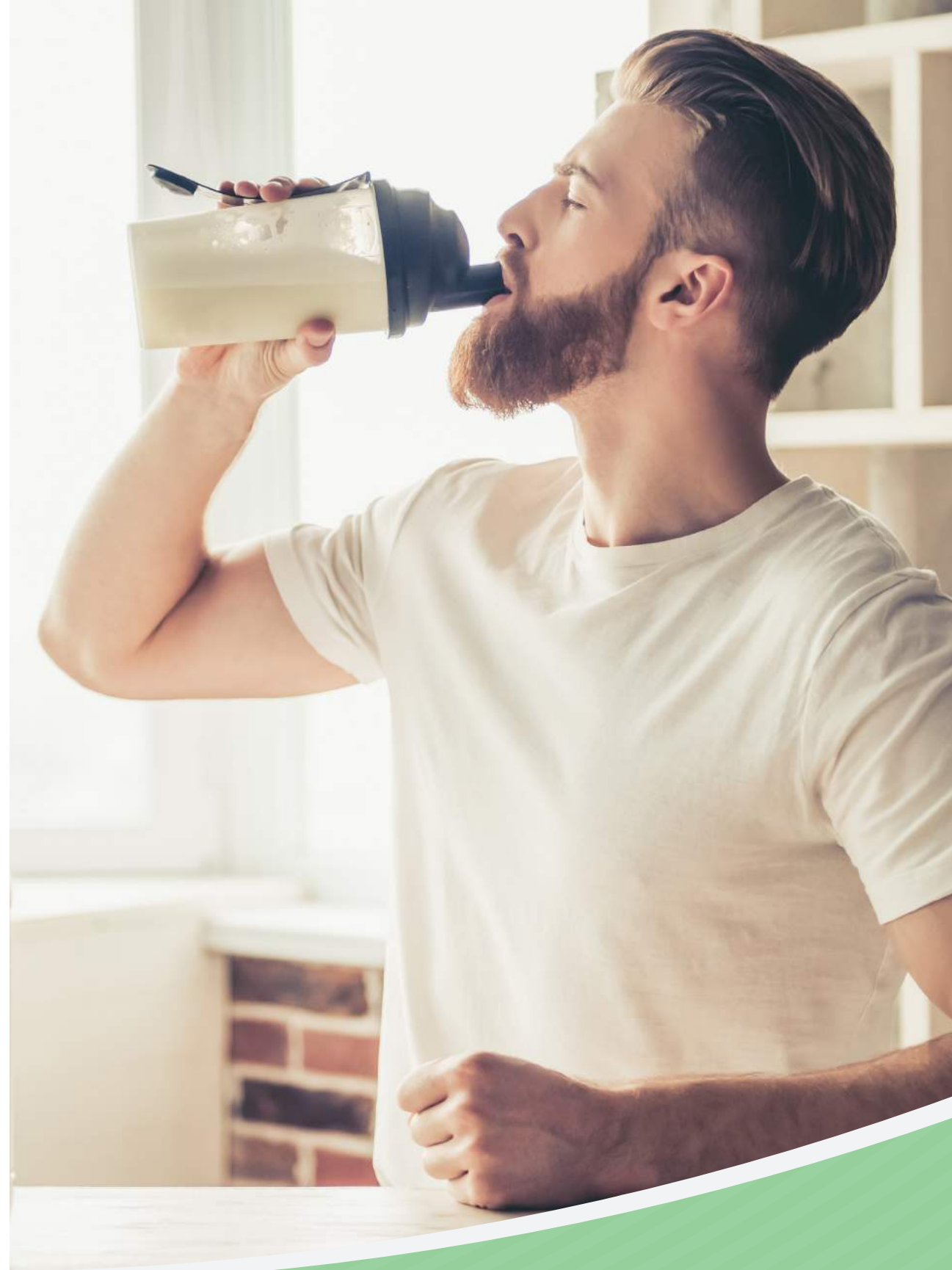
**Volledige shake voor darmen en lever,
tevens maaltijdvervanger**

Unieke eigenschappen:

- Nutritioneel multivitamine-mineralenpreparaat aangevuld met middellange keten vetzuren (MCT)
- Hooggedoseerd aan L-glutamine en trimethylglycine
- Omvat sporelementen: molybdeen en jodium
- Poeder: gemakkelijk doseerbaar en opneembaar

Biotine, chroom, folaat, jodium, koper, magnesium, mangaan, seleen, vitamines A, B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, E en zink dragen bij tot:

- De vermindering van vermoeidheid en moeheid
- Een normaal energieleverend metabolisme
- Een normaal zuur-base en koolhydraatmetabolisme
- De instandhouding van normale bloedsuikergehalten
- De instandhouding van normale slijmvliezen
- De bescherming van de cellen tegen oxidatieve stress
- De instandhouding van een normale huid





Essentiële vetzuren

285 mg EPA
215 mg DHA
per softgel



Bestellen op werkdagen voor 17u
= zelfde dag verzonden

Bi-Omega-500™

Natuurlijke, hoog gezuiverde visolie

Unieke eigenschappen:

- Visolie uit ansjovis: kleine vis, die schoner is en duurzaam gevangen wordt
- Hoge concentratie EPA & DHA als triglyceriden
- Uniek op meerdere controle- en zuiverheidscertificaten: Orivo, Omnipure en Friends of the Sea

De ingrediënten in Bi-Omega-500™ (voor 1 softgel) dragen bij tot:

- DHA draagt bij tot de instandhouding van de normale hersenfunctie en een normaal gezichtsvermogen. *Het gunstige effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 250 mg DHA.*
- De inname van DHA door de moeder draagt bij tot de normale ontwikkeling van de ogen en hersenen bij de foetus en bij zuigelingen die borstvoeding krijgen. *Het gunstige effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 200mg DHA naast de dagelijks aanbevolen dagelijkse inname van omega 3-vetzuren voor volwassenen, d.w.z. 250 mg DHA en EPA.*
- EPA en DHA dragen bij tot de normale werking van het hart. *Het gunstige effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 250 mg EPA en DHA.*

*ook beschikbaar in hogere dosering: Bi-Omega-1000™



Visolie van de zuiverste kwaliteit, met een hoge concentratie van beide omega 3-vetzuren (EPA en DHA).



Zelf checken of je visolie van goede kwaliteit in huis hebt? Scan de QR-code en ontdek hoe je in enkele seconden de test doet.



Botten & Gewrichten

250 mg
curcuma longa
112,5 mg **actieve**
curcuminoïden
per vegicap®



CurcumRx™

Micro-emulsie van kurkuma met vertraagde afgifte

Unieke eigenschappen:

- Hoogste biologische beschikbaarheid
- Vertraagde vrijstelling (therapeutisch effect van minimaal 12 uur)
- Vrij van chemische solventen en piperine
- Niet-belastende, gepatenteerde emulsietechniek
- Breed inzetbaar

Curcuma longa draagt bij tot:

- Het soepel houden van de gewrichten
- Het gezond houden van de natuurlijke weerstand
- Het bevorderen van de spijsvertering

Soepele gewrichten, stevige botten en een gezonde immuuniteit: niks houdt jou tegen!



Kook jij graag met kurkuma? Lekker! Maar wist je dat kruiden met kurkuma niet voldoende is om van alle effecten te genieten? Scan de QR-code en ontdek hoe dat wel kan.



166,5 mg calcium
met co-factoren
per tablet

Osteo-B Plus™

Krachtige formule voor stevige botten

Unieke eigenschappen:

- Breedspectrumformule met cofactoren zoals vitamine D3, vitamine K2, inositol en boor
- Calciumcitraat: goed opneembare vorm
- Tablet met toevoeging van plantencultuur: geen synthetische hulpstoffen en goede opneembaarheid

Calcium, koper, mangaan, niacine, panthotheenzuur, riboflavine, thiamine, vitamines B6, B12, C, D, K en zink dragen bij tot:

- De instandhouding van normale botten en normale nagels
- De normale collageenvorming voor de normale werking van de bloedvaten, de botten, de huid, de tanden, het kraakbeen en het tandvlees
- Normale calciumgehalten in het bloed





Hormonale balans

100 mg **taurine**
2,5 mg **broccoli-extract**
met actieve vitamines
& mineralen per tablet



Bestellen op werkdagen voor 17u
= zelfde dag verzonden

Equi-Fem™

Compleet multipreparaat voor de vrouw

Unieke eigenschappen:

- Uitgekiend vegetarisch complex met broccoli-extract (DIM), Rhodiola roscea, Angelica sinensis en Cimicifuga racemosa
- Hooggedoseerde taurine
- Tablet met toevoeging van plantencultuur: vegetarisch, geen synthetische hulpstoffen en goede opneembaarheid

Biotine, jodium, mangaan, vitamines B1, B2, B3, B6, B9, B12, C, D, K en zink dragen bij tot:

- De instandhouding van normale botten, een normale huid, haar en nagels
- De normale werking van het immuunsysteem en het zenuwstelsel
- De regulering van de hormonale activiteit



Je vrouwelijke hormonen in balans met een compleet multisupplement Equi-Fem™



Bijna elke vrouw krijgt in de loop van haar leven in meer of mindere mate te maken met hormoongerelateerde klachten zoals menstruatieproblemen, vermoeidheid en hoofdpijn. Dat komt omdat de vrouwelijke hormoonbalans – meer dan de mannelijke – lijdt onder langdurige stress. Scan de QR-code en ontdek hoe je je lichaam de balans helpt terugvinden.

Ontdek: kwaliteit maakt het verschil



Hoe herken ik kwalitatieve voedingssupplementen?

MET SNELCURSUS 'ETIKETTEN ONTCIJFEREN'

Je bent overtuigd van het belang van een gezonde levensstijl, strategisch aangevuld door kwalitatieve supplementen. Maar hoe onderscheid je kwaliteit van de rest?

Om je te helpen, **ontwikkelden we een gids die inzicht geeft in de kwaliteit, samenstelling en werking van voedingssupplementen. Zo maak jij weloverwogen keuzes.**

Vraag je je af...

- Welke factoren bepalen of je lichaam een voedingssupplement goed kan opnemen?
- Wat het verschil is tussen actieve/inactieve, organische/anorganische en natuurlijke/synthetische vitamines en mineralen?
- Hoe belangrijk de vorm van een voedingssupplement is?
- Hoe bepaalde voedingsstoffen en kruiden elkaars werking versterken?
- Wanneer je je voedingssupplement best inneemt voor een optimaal effect? En wat de juiste dosis is?

Surf naar www.energeticanatura.com/kwaliteitsgids om de gids te downloaden én een geprinte versie te ontvangen.

Gouden tip: wil je in één oogopslag kunnen beoordelen of je te maken hebt met een kwalitatief voedingssupplement? Dan zijn de snelcursus etiketten ontcijferen en het spiekbrieftje op het lijf geschreven.



Je lichaam optimaal ondersteunen met **supplementen van topkwaliteit?**

Bestel eenvoudig online via
www.energeticanatura.com

Bestellen op werkdagen voor 17u
= zelfde dag verzonden

Heb je een vraag of een tip? We horen graag van je!

**Vragen over bestellen
en algemene vragen**

Customer service

Email: info@energeticanatura.com

Tel: 0114 32 14 61 (NL)

03 789 09 59 (BE)

Alle werkdagen van 8u30 tot 17u00

**Specifieke wetenschappelijke vragen
(bijvoorbeeld over de samenstelling van
een product)**

Science afdeling

Email: science@energeticanatura.com

Tel: 0114 20 50 00 (NL)

03 808 41 43 (BE)

Dinsdag van 14u00 tot 17u00

Donderdag van 10u00 tot 12u30

