

GRIFFONIA



Améliore l'humeur et la qualité du sommeil.

Les graines de griffonia sont riches en 5-HTP, molécule à l'origine de la sérotonine, aussi appelée "hormone du bonheur". La sérotonine est impliquée dans la régulation de l'humeur, de l'appétit et du sommeil.

Ce produit respecte les 3 valeurs fondamentales de Compliment : efficacité, transparence et simplicité.

1 Efficacité



Extrait sec de graines de **griffonia** standardisé en 5-HTP. 300mg de Griffonia - dont 30% 5-HTP.

- Améliore la qualité du sommeil
- Améliore l'humeur
- Régule l'appétit

Efficacité cliniquement démontrée

Une prise de 2 mg/kg de 5-HTP pendant 20 jours améliore la qualité du sommeil et diminue les réveils nocturnes pendant la période de supplémentation et jusqu'à 6 mois après. (1)



Références : (1) Bruni et al., 2004

2 Transparence

Plante originaire d'Afrique de l'Ouest.

Compliment s'engage à vous proposer des formulations transparentes et lisibles.

Nos actifs sont sélectionnés sur base de critères d'efficacité, de biodisponibilité et d'assimilation.

Vous ne trouverez dans la formulation que les actifs mis en avant sur le produit, pas d'additifs ou ingrédients superflus.



Conseils d'utilisation

COMBIEN	1 gélule par jour avec un grand verre d'eau.
QUAND	Le matin, pendant votre petit-déjeuner avec un grand verre d'eau.
COMMENT	Laissez un intervalle d'au moins 15 minutes entre un café/thé et la prise de vos compléments.
DURÉE	Cure de 3 mois conseillée.
PRÉCAUTION D'EMPLOI	Les femmes enceintes ou allaitantes doivent demander l'avis d'un médecin avant toute supplémentation. En quantité excessive, elle peut entraîner des troubles digestifs passagers.

3 Simplicité

Votre programme personnalisé sera livré chez vous chaque mois sous forme d'une box mensuelle contenant vos sachets journaliers avec les compléments dont vous avez besoin.



Nous avançons pas à pas, ensemble, pour votre bien-être et celui de notre planète.



MOIS 1

- Boîte réutilisable à conserver
- 30 sachets journaliers
- Livret personnalisé



À PARTIR DU MOIS 2

- 30 sachets recharge
- Livrés dans un format enveloppe