



## Nahrungsergänzungsmittel

mit Rhodiola-Extrakt, Magnesium,  
B-Vitaminen, Folsäure und Lecithin

# Cefavora® memo

Das Gehirn verarbeitet hoch differenziert die verschiedensten Sinneseindrücke und steuert komplexe Verhaltensweisen, es ist die Schaltzentrale unseres Körpers und Basis unserer Gedächtnisleistung.

Die Leistungsfähigkeit unseres Gehirns ist nicht nur abhängig von einer guten Durchblutung, sondern auch von der ausreichenden Zufuhr spezifischer Nährstoffe, wozu verschiedene Vitamine (B2, B6, B12, Folsäure) sowie Mineralstoffe (z.B. Magnesium) und Lecithin gehören.

Magnesium und Vitamin B6 unterstützen nicht nur die Funktion der Nerven, sondern tragen auch - in Kombination mit Vitamin B2 und B12 - zu einem funktionierenden Energiestoffwechsel bei. In Verbindung mit Folsäure unterstützen sie die Blutbildung und Zellteilung. Zellen mit einer hohen Teilungsrate sind z.B. die roten Blutkörperchen, die für den Transport von Sauerstoff in den gesamten Körper sorgen, um die Leistungsfähigkeit sämtlicher Organe und des Gehirns aufrecht zu erhalten. Sind zu wenig rote Blutkörperchen vorhanden, können die Organe unter Sauerstoffmangel leiden, mit negativen Folgen für Gedächtnis, Denkvermögen und Allgemeinbefinden.

Lecithin, eine fettähnliche Substanz, ist ein Baustein der Nervenzellen im Gehirn und für deren Funktionstüchtigkeit mit verantwortlich. Steht der Nervenzelle zu wenig Lecithin zur Verfügung, kann es zum Nachlassen der geistigen Leistungsfähigkeit, der Merkfähigkeit und des Erinnerungsvermögens kommen.

Die bereits von Alters her in der traditionellen Medizin verwendete Rosenwurz (Rhodiola rosea) rückt auf Grund möglicher positiver Einflüsse auf Konzentrationsfähigkeit und geistiges Leistungspotenzial wieder zunehmend in den Blickpunkt.

### Oberste Priorität - die Ernährung

Da der körpereigene Stoffwechsel viele Nährstoffe nicht selbst bilden kann, müssen sie täglich in ausreichender Menge mit der Nahrung zugeführt werden.

An erster Stelle sollte die Ernährung stehen. Das bedeutet: In der Nahrung sollten die Vitalstoffe in ausreichender Menge vorhanden sein.

Um mit der Versorgung auf der sicheren Seite zu sein, empfiehlt es sich, die tägliche Ernährung entsprechend zu ergänzen. Dies ist insbesondere immer dann sinnvoll, wenn die Nahrung zur Deckung des Bedarfs - auf Grund unausgewogener Ernährung - nicht ausreicht oder der Bedarf erhöht ist.

### Was können Sie noch für sich tun?

Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung und trinken Sie viel; fordern Sie sich geistig z.B. durch Kreuzworträtsel, Denksportaufgaben und körperlich. Regelmäßige Bewegung - am besten an der frischen Luft - regt nicht nur den Körper sondern auch den Geist an.

### Cefavora® memo

standardisierter  
Rhodiola-Extrakt

+

für den Organismus gut  
verwertbare **Aktivnährstoffe**



eine wertvolle Nahrungsergänzung

# Cefavora® memo

**Verzehrempfehlung:** 1 Kapsel täglich mit etwas Flüssigkeit (z.B. Wasser) einnehmen.

Nahrungsergänzungsmittel mit 200 mg Rhodiola rosea Extrakt (std. 3% Rosavine), 100 mg Magnesium, 4,5 mg Vitamin B2, 5 mg Vitamin B6, 9 µg Vitamin B12, 400 µg Folsäure, 300 mg Lecithin und 10 mg Vitamin E pro Kapsel.

Nährwertangaben <sup>1)</sup> (durchschnittlich)	pro Kapsel (Tagesdosis)	pro 100 g	% RDA <sup>2)</sup> pro Kapsel
<b>Brennwert</b>	26,8 kJ (6,5 kcal)	1.917 kJ (464 kcal)	
<b>Eiweiß</b>	0,2 g	14,3 g	
<b>Kohlenhydrate</b>	0,1 g	7,1 g	
<b>Fett</b>	0,6 g	42,9 g	
<b>Magnesium</b>	100 mg	7.143 mg	27
<b>Vitamin B2</b>	4,5 mg	321 mg	321
<b>Vitamin B6</b>	5 mg	357 mg	357
<b>Vitamin B12</b>	9 µg	643 µg	360
<b>Vitamin E</b>	10 mg	714 mg	83
<b>Folsäure</b>	400 µg	28.571 µg	200
<b>Rhodiola rosea std.</b>	200 mg	14.286 mg	**
<b>Lecithin</b>	300 mg	21.429 mg	**
<b>Proteinheiten</b>	< 0,1 BE		

Zucker-, Hefe-,  
Laktose- und  
Glutenfrei

<sup>1)</sup> nach Nährwertkennzeichnungsrichtlinie 2008-100-EG

<sup>2)</sup> Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis. (\*\* = keine RDA-Vorgaben)

**Zutaten:** Sojaöl, Lecithin, Gelatine, Rhodiola rosea Extrakt, Magnesiumoxid, Feuchthaltemittel Glycerin, Vitamin E, Farbstoff Carmin, Vitamin B6, Vitamin B2, Farbstoff Eisenoxid rot, Wasser, Folsäure, Vitamin B12.

**Allergie-Hinweis:** Enthält Sojaerzeugnisse (non-GMO).

**Hinweise:** Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Außer Reichweite von kleinen Kindern lagern.

**Packungsgröße:**

**Inhalt:** 30 Kapseln = 42 g

Bitte trocken und nicht über 25° C lagern.

**Nur in Apotheken erhältlich.**

Mit Cefavora® memo haben Sie sich für ein hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel aus dem Cefak-Programm entschieden.



Sie haben noch Fragen oder möchten Informationsmaterial - wir informieren Sie gerne!

**Cefak KG - Verbraucherservice**

Postfach 1360 · 87403 Kempten · Telefon: 08 31 / 5 74 01 - 0 · Fax: 08 31 / 5 74 01 - 50  
e-mail: [cefak@cefak.com](mailto:cefak@cefak.com) · Internet: [www.cefak.com](http://www.cefak.com)