



Nahrungsergänzungsmittel  
mit Safran-Extrakt



plus Pantothensäure und Vitamin B12

für Psyche, Nerven  
und geistige Leistung  
bei Erschöpfungserscheinungen

### Psyche ist Seelenleben

Ob wir uns fröhlich oder traurig fühlen und wie wir darauf reagieren, hängt mit der eigenen individuellen Psyche zusammen. Psyche wird auch „Seelenleben“ genannt und ist das Empfinden von Emotionen, das Denken und Nachdenken und die geistige Leistungsfähigkeit. Zur Psyche gehört: fühlen, wahrnehmen, reagieren, sich erinnern, sich etwas vorstellen oder aus Erfahrung lernen. Es gibt Gefühle, die als angenehm (Freude, Liebe, Vertrauen) oder unangenehm empfunden werden (Hass, Wut, Angst, Traurigkeit, Ekel) und die unsere Stimmungslage für kurze Zeit oder langfristig positiv oder negativ beeinflussen können. Für das eigene Wohlbefinden ist eine ausgeglichene Psyche maßgebend.

### Safran – rotes Gold in hoher Qualität

Seit Jahrtausenden wird Safran, der auch als rotes Gold bezeichnet wird, als wertvolles Gewürz und traditionell auch für die Gesundheit verwendet. Angebaut wird die Knolle, *Crocus sativus* L., vor allem im Iran, aber auch in Indien, Griechenland und Spanien. Der Safranblütenkelch mit den drei Safranfäden erscheint nur für ein paar Tage im Herbst. Nach wie vor erfolgt die Ernte der Safranfäden durch Hand-Pflückung. Der in Cefasafra® eingesetzte Safran-Extrakt hat die höchste Qualität (Sargol-Qualität), denn er enthält nur die roten Spitzen der Safranfäden.

### Pantothensäure und Vitamin B12

Vitamin B12 (Methylcobalamin) trägt zu einer normalen **psychischen Funktion** und zu einer normalen Funktion des **Nervensystems** bei. Pantothensäure zählt auch zu den B-Vitaminen (Vitamin B5) und unterstützt die normale **geistige Leistung**. Beide zusammen tragen zur **Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung** bei und unterstützen zudem einen normalen **Energiestoffwechsel**. Eine zusätzliche Eigenschaft der Pantothensäure ist es, zu einer normalen Bildung und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen **Neurotransmittern** beizutragen.

Zu den Steroidhormonen zählen Cortisol und Sexualhormone. Neurotransmitter im Gehirn sind Botenstoffe von Nervenzellen.

### Cefasafra® – vegan & pur

Cefasafra® ist ein hochwertiges Produkt mit wertvollem Safran-Extrakt und hochdosierten B-Vitaminen. Die Einnahme der kleinen Cellulose-Kapseln sollte von Erwachsenen morgens und abends erfolgen. Auf die Verwendung von Zusatzstoffen wurde weitgehend verzichtet.

### Seele und Körper etwas Gutes tun

Achten Sie gut auf sich! Dazu gehört: Bewegung, Entspannung, gutes Essen, genug Wasser trinken, soziale Kontakte und vor allem Stress vermeiden! Wir wünschen Ihnen beste Gesundheit.

#### **Zudem erhältlich:**

- **Cefasafra® Stix:** Praktische Portionsbeutel mit Safran-Extrakt, Pantothensäure und Vitamin B12. Die Stix sind zu 100% vegan, schmecken aromatisch frisch nach Ananas und können direkt ohne Flüssigkeit eingenommen werden.

### Nahrungsergänzungsmittel mit Safran-Extrakt, Pantothensäure und Vitamin B12.

**2 Kapseln enthalten:** 30 mg Safran-Extrakt, 25 mg Pantothensäure und 100 µg Vitamin B12.

**Verzehrempfehlung:** Erwachsene nehmen morgens und abends je eine Kapsel. Die Kapseln unzerkaut mit ausreichend Wasser einnehmen.

Zusammensetzung (durchschn. Gehalte)	Tagesdosis <b>2 Hartkapseln</b>	% der empf. Tagesdosis (NRV)
Safran-Extrakt (Safranfäden, Crocus sativus L.)	<b>30 mg</b>	*
Pantothensäure (Vitamin B5)	<b>25 mg</b>	417 %
Vitamin B12 (Methylcobalamin)	<b>100 µg</b>	4.000 %

**Zutaten:** Füllstoff Mikrokristalline Cellulose, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Calcium-D-pantothenat, Safran-Extrakt, Maltodextrin, Reisextrakt, pflanzliches Öl (Sonnenblumenöl), Methylcobalamin (Vitamin B12).

NRV: nutrient reference value = Nährstoffbezugswert nach LMIV; \*keine NRV-Vorgabe

**Cefasafra®** trägt mit Vitamin B12 zu einer normalen Funktion des **Nervensystems**, zu einer normalen **psychischen Funktion** und zusammen mit Pantothensäure zur **Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung** bei. Pantothensäure unterstützt eine normale **geistige Leistung** und zudem eine normale Bildung und einen normalen Stoffwechsel einiger **Neurotransmitter**, Steroidhormone und Vitamin D. Neurotransmitter im Gehirn sind Botenstoffe von Nervenzellen.

**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.

Nicht für Kinder, Jugendliche, Schwangere, Stillende und Personen mit Blutuserkrankungen bestimmt. Bei gleichzeitiger Einnahme mit synthetischen Antidepressiva (Psychopharmaka) empfehlen wir die Rücksprache mit dem Therapeuten.

100% vegan. Glutenfrei. **Ohne Zusatz von:** Allergenen, Aroma, Farbstoffen, Gelatine, Hefe, Lactose.

Bitte kühl, trocken, lichtgeschützt und außer Reichweite von kleinen Kindern lagern.

**Packungsgrößen:** Inhalt: 50/100 Hartkapseln = 7,3 g/14,6 g.

**Nur in der Apotheke erhältlich.**

 **Hergestellt in Deutschland (Kempten/Allgäu).**

Was Sie noch aus dem hochwertigen **Cefa...** Sortiment interessieren könnte:

Selen	<b>Cefasel 50/100/200 nutri®</b>
Melone + Granatapfel + Selen + D3 + Zink	<b>Cefaimmun®</b>
Curcuma + D3 + C	<b>Cefacur®</b>
Curcuma + D3 + C + K2 + Weihrauch	<b>Cefacur® K2 Boswellia</b>
Safran + B5 + B12	<b>Cefasafra®</b>
Melatonin	<b>Cefanight®</b>
Vitamin D3	<b>Cefavit® D3 1.000/2.000/7.000 I.E./Liquid</b>
Vitamin K2	<b>Cefavit® K2</b>
Vitamin D3 + K2	<b>Cefavit® D3 K2 Liquid</b>
Vitamin D3 + K2 + Magnesium	<b>Cefavit® D3 K2 Mg 2.000/4.000/7.000</b>
Vitamin B-Komplex	<b>Cefavit® B-complete</b>
Vitamin B12	<b>Cefavit® B12</b>
Eisen plus	<b>Cefavit® ferrit</b>
Babyplanung/Schwangerschaft/Stillzeit	<b>Cefavit® natal</b>
Magnesium	<b>Cefamag® 300/400</b>
Omega-3	<b>Cefaomega®</b>
Ginkgo / Mistel / Weißdorn	<b>Cefavora®</b>
Rhodiola plus	<b>Cefavora® memo</b>
Mahlzeiteratz	<b>Cefamagar® Vitaldiät</b>



**Sie haben noch Fragen oder möchten Informationsmaterial – wir informieren Sie gerne!**

**Cefak KG · Verbraucherservice · Postfach 1360 · D-87403 Kempten · Tel.: 0831/57401-0  
Fax: 0831/57401-50 · E-Mail: cefak@cefak.com · Internet: www.cefak.com**