

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Respectez les **précautions d'emploi relatives à chaque produit**. Les compléments alimentaires doivent être consommés dans le cadre d'un mode de vie sain et ne pas être utilisés comme substituts d'un régime alimentaire varié et équilibré. Femmes enceintes et allaitantes, prendre l'attache d'un professionnel de santé avant toute complémentation. **En cas de doute, demandez toujours l'avis d'un professionnel de santé.**

À propos de La Vie Claire :

La Vie Claire, pionnière de la distribution de produits biologiques en France, est aujourd'hui un acteur majeur des enseignes bio sur le marché spécialisé et l'enseigne n°1 de la franchise bio. Forte de plus de 70 ans d'expérience et de savoir-faire, elle propose une offre riche de 6 000 références en moyenne en magasin dont plus de 2000 références à sa marque propre. Avec un réseau de 340 points de vente, La Vie Claire s'engage à garantir des produits biologiques et naturels de haute qualité. Tous sont développés, analysés et sélectionnés selon son propre cahier des charges et exigences. La Vie Claire a également à cœur d'agir afin participer au rayonnement de l'agriculture bio : elle apporte son soutien à des projets agricoles locaux à travers son fonds de dotation La Vie Claire - Eric Pelen. La Vie Claire bénéficie du label Bioentreprisedurable® qui reflète ses engagements forts en termes de stratégie RSE.



Contact média

Célestine Ferreira : c.ferreira@monet-rp.com

Vita Claire

— EXPERTE EN NUTRIMENTS —

LES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

UN SOUTIEN PRÉCIEUX



LES VITAMINES
VITAMINE D3

Vitamine C, etc.



LES MINÉRAUX
& OLIGOÉLÉMENTS

Magnesium
Silicium, etc.



LES PROTÉINES
& LIPIDES

Collagène pur
Omega 3



VITA CLAIRE :



L'ENGAGEMENT DE LA VIE CLAIRE POUR LE BIEN-ÊTRE

Depuis sa création en 1946 par Henri-Charles Geffroy, La Vie Claire s'est imposée comme un acteur pionnier dans le domaine du bien-être et de la nutrition. Visionnaire, Henri-Charles Geffroy a été l'un des premiers à promouvoir une alimentation naturelle et équilibrée, soulignant dès ses débuts l'importance des compléments alimentaires pour répondre aux besoins spécifiques de chacun.

Fidèle à sa tradition d'innovation et forte de son expertise historique, La Vie Claire diversifie son offre et lance sa propre gamme de compléments alimentaires dits "indispensables". Cette nouvelle gamme s'appuie sur le savoir-faire et la vision de son fondateur pour réinventer la manière dont chacun prend soin de soi au quotidien.



Notre
diagnostique

UNE GAMME PENSÉE POUR LES BESOINS DU QUOTIDIEN

Nos rythmes de vie modernes nous poussent souvent à négliger notre santé physique et émotionnelle. Les compléments alimentaires Vita Claire apportent un soutien précieux pour maintenir un équilibre nutritionnel et physiologique au quotidien.

Conscients de ces besoins, **61 % des Français ont consommé des compléments alimentaires au cours des 24 derniers mois, avec un taux de satisfaction atteignant 90 %⁽¹⁾**. Cet engagement grandissant témoigne d'une volonté croissante de prendre soin de soi durablement.

Chaque produit de **la gamme VITA CLAIRE est formulé avec soin**, privilégiant des ingrédients de haute qualité et des formes hautement assimilables pour assurer une efficacité optimale. Avec **11 solutions ciblées** et soigneusement formulées et fabriquées en France, cette gamme répond aux besoins spécifiques de chacun, tout en s'inscrivant dans la tradition de qualité et d'innovation de La Vie Claire.



+15%⁽²⁾

Des Français se considèrent en très "bonne santé"



1/2⁽³⁾

Un Français sur deux mange sur le pouce

En moins de 30 minutes



6H58⁽⁴⁾

De sommeil en moyenne par nuit

Recommandation = 7h30

(1) Baromètre 2024 de la consommation des compléments alimentaires en France réalisé par Harris Interactive, mis en avant sur le site du Synadiet.

(2) Baromètre Néres 2024 - (3) IFOP pour Just Eat - 2019 - (4) American Heart Association.

LES INDISPENSABLES

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRE VITA CLAIRE

LES VITAMINES : DES TRÉSORS INDISPENSABLES

Présentes en petites quantités dans l'alimentation, elles interviennent dans de nombreuses fonctions : renforcement du système immunitaire, santé des os, ou encore vitalité et métabolisme. Comme le corps ne peut pas toutes les produire, une alimentation variée ou une complémentation ciblée est essentielle.

MULTI-VITAMINES

Une sélection de nutriments pour booster l'énergie et soutenir le système immunitaire. La population actuelle a tendance à être en déficit en nutriments. Ainsi un produit généraliste permet de compenser ces petites carences. Il permet de rester en forme tout au long de l'année et d'apporter à notre organisme ce dont il a besoin.

Pourquoi les multi-vitamines sont essentielles ?

Système nerveux et fonctions psychologiques et cognitives - Métabolisme énergétique, anti-fatigue - Système immunitaire - Croissance & capital osseux - Synthèse protéines & acides aminés - Fonction cardiaque - Antioxydant - Beauté peau, ongles, cheveux.

Conseils d'utilisations :

 2 gélules/jour avec un verre d'eau, au cours du repas |  30 jours Renouvelable à chaque changement de saison

PVC* 18,49€

LE SAVIEZ-VOUS ?

À l'exception de deux vitamines (K et D), le corps humain est incapable de fabriquer les autres vitamines. Elles doivent donc être apportées par l'alimentation.



VITAMINE B12

Vitamine essentielle que notre corps ne peut produire et que l'on retrouve principalement dans les produits d'origine animale.

Pourquoi la vitamine B12 est essentielle ?

Système immunitaire - Métabolisme énergétique anti-fatigue - Formation des globules rouges - Fonction psychologique - Processus de division cellulaire.

Conseils d'utilisations :

• En cas de carence

 1 gélule/jour avec un verre d'eau, au cours du repas

 1 à 2 mois

• En programme d'entretien

(apports alimentaires insuffisants ou problématiques d'absorption)

 1 gélule/jour avec un verre d'eau, au cours du repas

 Toute l'année 2 fois par semaine

PVC* 14,99€

VITAMINE C

Considérée par les scientifiques comme l'un des plus grands antioxydants naturels, la vitamine C contribue au fonctionnement normal du système immunitaire, et à réduire la fatigue.

Pour booster son immunité, la vitamine D3, la vitamine C et le Zinc est le combo gagnant. La vitamine C est également idéal pour la fatigue passagère et chronique.

Conseils d'utilisations :

• Adultes

 2/3 gélules/jour avec un verre d'eau, au cours du repas

 20 à 30 jours 2 à 3 fois dans l'année (idéal de le commencer en hiver)

• Enfants de plus de 10 ans

 1 gélule/jour avec un verre d'eau, au cours du repas

 20 à 30 jours 2 à 3 fois dans l'année (idéal de le commencer en hiver)

PVC* 17,99€





VITAMINE D3

Vitale pour l'absorption du calcium, la vitamine D3, surnommée vitamine du soleil, contribue au maintien d'une ossature normale et au fonctionnement du système immunitaire.

Pourquoi la vitamine D3 est essentielle ?

Système immunitaire - Enfants (dès 3 ans) : bon développement - Croissance & os - 60 ans et + : maintien de la fonction musculaire - Santé osseuse - Processus de division cellulaire.

Pour booster son immunité, la vitamine D3, la vitamine C et le Zinc est le combo gagnant.

PVC* 17,49€

Conseils d'utilisations :

• Adultes



1/2 gouttes/jour



1 mois

Pendant toute la période automne/hiver ou toute l'année en cas de faible ensoleillement ou de peau foncée

• Enfants (dès 36 mois)



1 goutte/jour



1 mois

Pendant toute la période automne/hiver ou toute l'année en cas de faible ensoleillement ou de peau foncée

Pour amorcer le compte-gouttes, il faut dévisser le bouchon et mettre le flacon tête en bas. Attendre quelques secondes pour éliminer la bulle d'air.

LES INDISPENSABLES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRE VITA CLAIRE

LES MINÉRAUX ET OLIGO-ÉLÉMENTS : DE MINUSCULES ALLIÉS À GRAND IMPACT

Les minéraux sont indispensables au bon fonctionnement de notre corps. Une alimentation équilibrée nous apportent bon nombre de matières minérales mais parfois ce n'est pas suffisant et un complément peut s'avérer utile. Quant aux oligo-éléments, ces micronutriments sont présents en infimes quantités dans l'organisme, mais leur rôle est immense ! Zinc, fer, sélénium, cuivre... Ils participent à la défense immunitaire, à la production d'énergie, au bon fonctionnement des cellules, etc. Par exemple, le fer contribue à réduire la fatigue, tandis que le zinc est un précieux allié pour la peau et les défenses naturelles.

MAGNÉSIUM

Le magnésium est partout. Il a un rôle dans près de 300 réactions enzymatiques de votre corps et dans de nombreuses fonctions physiologiques fondamentales

Pourquoi le magnésium est essentiel ?

Fonction normale du système nerveux et fonctions psychologiques (stress, équilibre émotionnel, concentration) - Capital osseux - Équilibre électrolytique - Fonction musculaire - Synthèse protéique - Production d'énergie / Anti-fatigue.

Conseils d'utilisations :



1 gélule
3 fois/jour
avec un verre d'eau,
au cours du repas



1 à 3 mois
renouvelable plusieurs
fois dans l'année, selon
les besoins

PVC* 15,99€





CALCIUM

Nutriment clé pour des os et des dents solides, le calcium participe aussi aux fonctions biologiques comme la contraction musculaire, la circulation sanguine ou la division cellulaire.

Pourquoi le calcium est essentiel ?

Capital osseux - Minéralisation & structure du squelette
- Fonctions biologiques - Contraction musculaire, coagulation sanguine, division cellulaire, activation d'enzymes.

Conseils d'utilisations :

• Adultes

2 comprimés - 2X / jour
avec un verre d'eau, au cours du repas

20 à 30 jours
Programme renouvelable

• Enfants de plus de 10 ans

2 comprimés - 2X / jour
avec un verre d'eau, au cours du repas

20 jours
Programme renouvelable

PVC* 14,99€

FER

Essentiel pour la production de globules rouges, le fer joue un rôle crucial dans le transport de l'oxygène dans le corps, soutenant ainsi l'énergie au quotidien.

Pourquoi le fer est essentiel ?

Système immunitaire - Métabolisme énergétique, anti-fatigue - Synthèse hémoglobine & globules rouges
- Fonction cognitive - Oxygénation de l'organisme.

Conseils d'utilisations :

1 gélule/jour
avec un verre d'eau, au cours du repas

30 jours
Entre chaque programme, faire une pause d'au moins 1 mois

PVC* 9,99€



ZINC

Avec son action bénéfique sur la peau, les ongles et les cheveux, le zinc est un nutriment essentiel et contribue au fonctionnement normal du système immunitaire.

Pourquoi le calcium est essentiel ?

Système immunitaire - Beauté de la peau, des ongles & des cheveux - Santé osseuse - Fonction reproductrice
- Antioxydant - Fonctions cognitive & vision - Processus de division cellulaire.

Conseils d'utilisations :

1 gélule/jour
avec un verre d'eau, au cours du repas

30 jours
Entre chaque programme, faire une pause d'au moins 1 mois

PVC* 9,99€

SILICIUM

Ce minéral est présent dans les tissus conjonctifs, les muscles, tendons, phanères. Il est ainsi bon pour les os, le cartilage, les ligaments et contribue à la santé des cheveux, des ongles et de la peau.

Conseils d'utilisations :

Agiter avant emploi. Après ouverture, à conserver au frais (entre 5 et 25 °C) et à consommer dans les 3 mois. À prendre de préférence à jeun le matin.

• En phase d'attaque

45 ml (≈ 3 c. soupe) / jour pendant 21 jours

30 ml (≈ 1 c. soupe) / jour pendant 28 jours

• En phase d'entretien

30 ml (≈ 1 c. soupe) / jour

1 mois

PVC* 29,99€



LES PROTÉINES ET LES LIPIDES : LES SOURCES D'ÉNERGIE DU CORPS

Les protéines sont partout et sont composées d'acides aminés, essentielles pour la construction des tissus, la production d'enzymes et la récupération musculaire. Un bon apport en protéines maintient la force et le tonus. Les lipides, cruciaux pour l'équilibre, participent à la formation cellulaire, au fonctionnement cérébral et à la régulation hormonale. Les oméga-3 favorisent la santé cardiovasculaire et cérébrale. Il est important de choisir de bonnes graisses, provenant des poissons gras, des huiles végétales et des fruits à coque.



OMÉGA 3

Connus pour leur action sur la fonction cardiovasculaire, les oméga 3 soutiennent également la fonction cognitive et contribuent à une bonne santé oculaire.

Pourquoi l'Oméga 3 est essentiel ?

Fonction cardiovasculaire - Fonction oculaire - Fonction cognitive.

Pour les sportifs, l'oméga 3 est l'anti-inflammatoire naturel parfait.

PVC* 16,99€

Conseils d'utilisations :

2 capsules
avec un verre d'eau,
au cours du repas

30 jours
Programme renouvelable,
plusieurs fois dans l'année



COLLAGÈNE PUR

Le collagène est présent dans les tissus conjonctifs, à partir de 25 ans la production de collagène diminue d'environ 1 % chaque année et jusqu'à 30 % après la ménopause.

Pourquoi le collagène pur est essentiel ?

Il est bon pour les os, le cartilage, les tendons - Mais aussi pour les muscles, les ligaments - Pour la beauté des cheveux, des ongles, de la peau.

Pour rayonner de beauté et pour les sportifs, le collagène pur et le silicium sont d'excellents alliés pour les articulations, les tendons et les muscles, tout en offrant une action régénérante et raffermissante.

Conseils d'utilisations :

• Pour la peau

5g
Dans une boisson jusqu'à
dilution complète.

3 à 6 mois
selon l'âge et l'activité
physique

• Pour les os, muscles, tendons, etc.

10g
Dans une boisson jusqu'à
dilution complète.

3 à 6 mois
selon l'âge et l'activité
physique

PVC* 26,99€

LE SAVIEZ-VOUS ?

A partir de 25 ans la production de collagène diminue d'environ 1 % chaque année et jusqu'à 30 % après la ménopause.