

Contactez notre Représentante en Suisse-Romande pour découvrir nos offres

Mme Giller.  
Tél 079 614 50 24  
viviane.giller@bionaturis.ch

Nous serons également ravis de vous répondre au  
Tél. 032 423 00 25 — ou à info@bionaturis.ch

**Nouveauté**  
exclusive en Suisse 

## Mental<sup>top</sup>

Notre formule enrichie en citicoline

# Domptez la charge mentale



Offrez à votre esprit la clarté qu'il mérite!



### Citicoline

#### POUR UN CERVEAU AU SOMMET

La citicoline, également connue sous le nom de CDP-choline, est une substance naturelle présente dans le cerveau qui joue un rôle crucial dans le maintien de la santé cognitive.

L'un des principaux avantages de la citicoline est son rôle dans l'amélioration de la mémoire et des fonctions cognitives.

Des études ont montré que la citicoline peut favoriser la formation de nouvelles connexions neuronales, augmenter la plasticité cérébrale et améliorer la capacité d'apprentissage et de mémorisation.

### Tyrosine

#### POUR UNE ÉNERGIE DE TYRANNOSAURE

La tyrosine est un précurseur de la dopamine, un neurotransmetteur impliqué dans la régulation de l'attention et de la concentration.

En augmentant les niveaux de dopamine dans le cerveau, la tyrosine peut aider à améliorer la concentration mentale et la vigilance.

### Rhodiola

#### S'ADAPTER À TOUTES LES SITUATIONS

La rhodiola ou orpin rose est une plante adaptogène utilisée depuis longtemps dans la médecine traditionnelle pour ses propriétés bénéfiques sur la santé mentale et physique.

Elle favorise la clarté mentale et aide à réguler le stress.

### Safran

#### JOIE ET BONNE HUMEUR

Le safran utilisé dans Mental Top est le safran breveté Safr'Inside™.

Plusieurs études cliniques prouvent son effet sur l'amélioration de l'humeur et la réduction de l'anxiété.

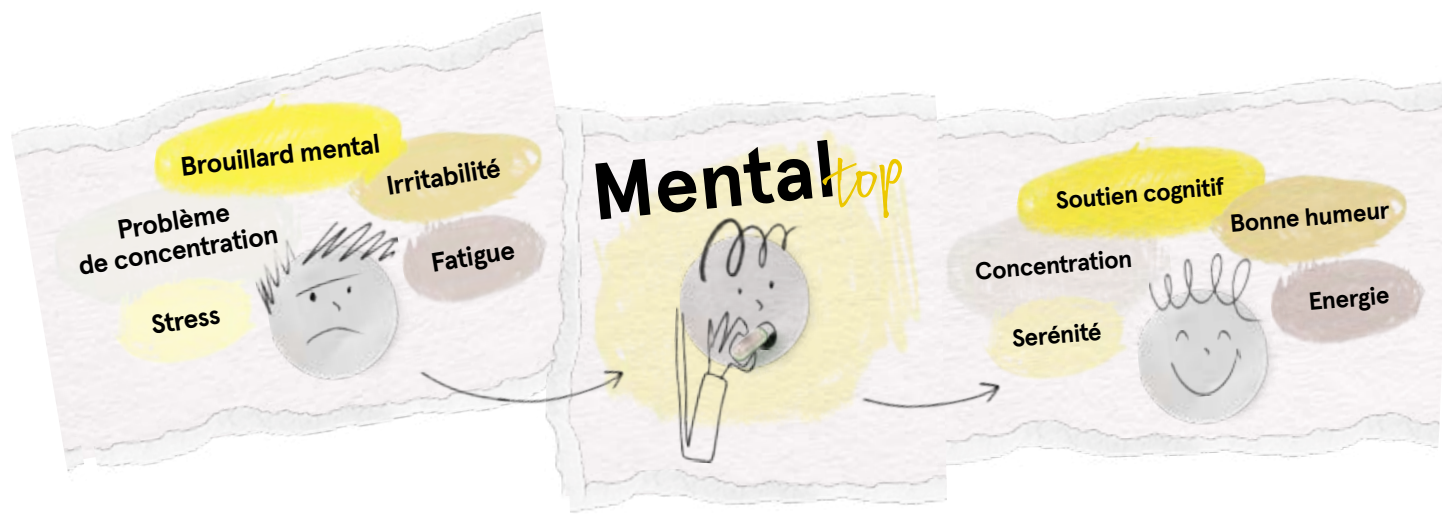
Safr'Inside™, est le seul extrait de safran encapsulé qui propose la plus haute concentration en safran pur (0,2% U-HPLC) agissant comme un amplificateur de sérotonine, l'hormone de la sérénité.

### Vitamines B6 et B12

#### LES INDISPENSABLES

Les vitamines B6 et B12 jouent un rôle dans le maintien de la santé cognitive et de la fonction cérébrale.

Elles contribuent à la formation des cellules du cerveau, à la régulation de l'activité électrique du cerveau et à la protection contre le stress oxydatif, ce qui peut favoriser une meilleure fonction cognitive et une gestion efficace des tâches mentales.



Quels sont les avantages de Mental Top ?

#### RÉDUCTION DE LA FATIGUE MENTALE

La citicoline et la rhodiola peuvent aider à réduire la fatigue mentale en améliorant l'endurance et la résilience mentales. La combinaison peut soutenir la clarté mentale et atténuer les symptômes de l'épuisement lié au stress.

#### SOUTIEN COGNITIF

La citicoline est un composé qui joue un rôle dans la fonction cérébrale et la santé des cellules nerveuses. Elle peut favoriser l'amélioration de la mémoire, de l'apprentissage et de la concentration. La tyrosine, qui soutient la production de neurotransmetteurs offre un soutien supplémentaire à la fonction cognitive.

#### AMÉLIORATION DE L'HUMEUR

Le safran et les vitamines B6 et B12 ont été associés à l'amélioration de l'humeur et au soulagement des symptômes de la dépression légère à modérée. Ils peuvent favoriser l'équilibre émotionnel et réduire les sentiments de stress et d'anxiété.

#### GESTION DU STRESS

La rhodiola ou orpin rose est connue pour sa capacité à aider le corps à s'adapter au stress. Elle peut atténuer les effets négatifs du stress sur la charge mentale et favoriser une réponse plus saine aux situations stressantes.

#### AUGMENTATION DE L'ÉNERGIE

La tyrosine est un acide aminé précurseur de la dopamine, qui est impliquée dans la motivation et l'énergie mentale.

La combinaison de tyrosine et de rhodiola peut contribuer à augmenter la résistance mentale au stress et à soutenir une énergie mentale optimale.

#### Une composition innovante

Complément alimentaire qui associe de la citicoline, du safran, de la tyrosine, de la rhodiola, de la vitamine B6 et de la vitamine B12.

Composition pour 2 gélules	quantité	AJR
Citicoline	250mg	
Tyrosine	250mg	
Rhodiola ES	100 mg	
Safran « Safr'Inside™ »	30 mg	
Vitamine B6	1.4mg	100%
Vitamine B12	2.5µg	100%

#### Consommation recommandée

2 gélules par jour, de préférence une le matin et une à midi.

• 60 gélules • Pharmacode: 1044220

Références:  
1. Jackson, P.A. (2021) Effects of Saffron Extract Supplementation on Mood, Well-Being, and Response to a Psychosocial Stressor in Healthy Adults: A Randomized, Double-Blind, Parallel Group, Clinical Trial. *Frontiers in Nutrition*, volume 7, Article 606124  
2. Monchaux De Oliveira, C. (2021) Saffron Extract-Induced Improvement of Depressive-Like Behavior in Mice Is Associated with Modulation of Monoaminergic Neurotransmission. *Nutrients*, 13:904  
3. Al-kuraishi, H.M. (2019) Citicoline improves human vigilance and visual working memory: the role of neuronal activation and oxidative stress. *Basic and Clinical Neuroscience*, 11(4): 425-432  
4. Tetard S. (2021) Neurohacking et nootropiques. Paris : Guy Trédaniel

Allégations: Les vitamines B6 et B12 contribuent au fonctionnement normal du système nerveux et contribuent à réduire la fatigue.

Safr'Inside™ est une marque déposée d'Activ'Inside

## Libérez votre potentiel mental avec notre formule exclusive!

De la citicoline pour la concentration, du safran pour l'équilibre émotionnel, de la rhodiola pour la résistance au stress et de la tyrosine pour l'énergie.

A qui conseiller Mental Top ?



AUX PERSONNES SOUMISES À UNE CHARGE MENTALE IMPORTANTE

Lorsque les pensées et les émotions sont surchargées par tout ce qui doit être accompli et toutes les choses auxquelles il faut penser, Mental Top peut être d'une aide bienvenue.



AUX ÉTUDIANTS ET AUX PROFESSIONNELS QUI ONT BESOIN D'UNE CONCENTRATION ACCRUE

Les étudiants qui doivent se concentrer sur leurs études, ainsi que les professionnels qui ont besoin de performances mentales optimales, peuvent bénéficier de Mental Top pour atteindre leurs objectifs.



AUX PERSONNES SOUFFRANT DE TROUBLES DE L'HUMEUR

Le safran est connu pour ses effets positifs sur l'humeur et la dépression légère à modérée. Associé aux autres ingrédients de Mental Top, il soulage les personnes souffrant de mal-être.



A TOUS LES ADULTES SOUCIEUX DE LEUR SANTÉ MENTALE ET DE LEUR BIEN-ÊTRE

Les ingrédients sélectionnés dans Mental TOP offrent un soutien à la cognition, à l'humeur et à la gestion du stress, ce qui peut contribuer à une meilleure santé mentale globale.



Mental<sup>top</sup> on peut faire sans mais c'est mieux avec!

B'Onaturis SA  
CH-2800 Delémont  
www.bionaturis.ch



  Suivez-nous!

Contactez notre représentante en Suisse-Romande pour découvrir nos offres

Mme Giller.  
Tél 079 614 50 24  
viviane.giller@bionaturis.ch

Nous serons également ravis de vous répondre au  
Tél. 032 423 00 25 — ou à info@bionaturis.ch



Kontaktieren Sie unsere Händlerin in der Deutschschweiz, um von unserem Angebot zu geniessen:

Frau Wernli.  
Tel 079 102 55 29  
andrea.wernli@bionaturis.ch

Oder unser Büro  
Tel. 032 423 00 25 – info@bionaturis.ch

**Exklusive Neuheit**  
in der Schweiz 

## Mental<sup>top</sup>

mit Citicolin angereicherte Formel

# Überwinden Sie psychische Belastungen



Schenken Sie Ihrem Verstand die Klarheit, die er verdient!



### Citicolin

#### FÜR EIN GEHIRN IN TOPFORM

Citicolin, auch als CDP-Cholin bekannt, ist eine Substanz, die natürlicherweise im Gehirn vorkommt und eine entscheidende Rolle beim Erhalt der kognitiven Gesundheit spielt.

Einer der Hauptvorteile von Citicolin ist, seine Rolle bei der Verbesserung des Gedächtnisses und der kognitiven Funktionen. Studien haben gezeigt, dass Citicolin die Bildung neuer neuronaler Verbindungen fördert, die Plastizität des Gehirns steigern und das Lernen und Merken neuer Informationen verbessern kann.

### Tyrosin

#### FÜR EINE ENERGIE WIE EIN TYRANNOSAURUS

Tyrosin ist eine Vorstufe von Dopamin, einem Neurotransmitter, der an der Regulierung der Aufmerksamkeit und der Konzentration beteiligt ist. Indem Tyrosin das Dopaminlevel im Hirn steigert, kann es zu einer verbesserten mentalen Konzentration und Aufmerksamkeit führen.

### Safran

#### FREUDE UND GUTE LAUNE

Der Safran, der für Mental TOP verwendet wird, ist der patentierte Safran Safr'Inside™.

Mehrere klinische Studien belegen seine Wirkung im Hinblick auf eine verbesserte Stimmung und verringerte Angstgefühle.

Safr'Inside™ ist ein Safranextrakt in Kapselform mit der höchsten Konzentration an reinem Safranin (0,2% U-HPLC), das Serotonin, das sogenannte Glückshormon, verstärkt.

### Rhodiola

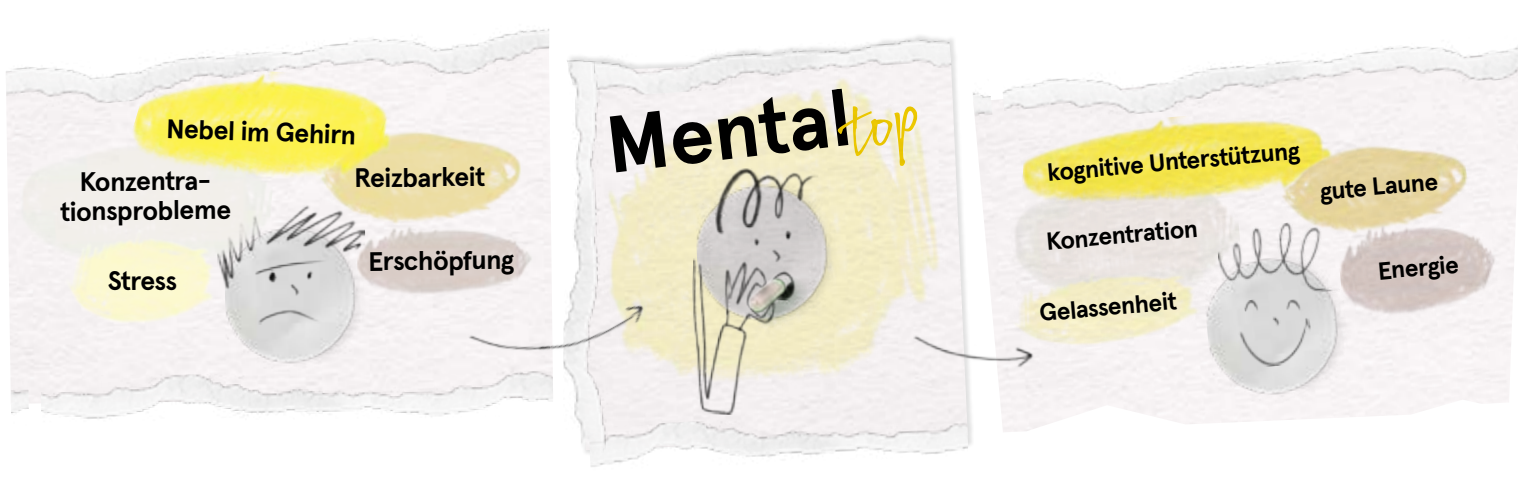
#### UM SICH AN ALLE SITUATIONEN ANZUPASSEN

Rhodiola oder Rosenwurz ist eine adaptogene Pflanze, die seit langem in der traditionellen Medizin für ihre positiven Auswirkungen auf die mentale und psychische Gesundheit geschätzt wird.

Sie fördert geistige Klarheit und hilft beim Umgang mit Stress.

### Vitamine B6 und B12 UNVERZICHTBAR

Die Vitamine B6 und B12 sind wichtig für den Erhalt der kognitiven Gesundheit und der Hirnfunktion. Sie tragen zur Bildung von Gehirnzellen, zur Regulierung der elektrischen Aktivität im Hirn und zum Schutz vor oxidativem Stress bei, was eine bessere kognitive Funktion und eine effiziente Steuerung der geistigen Aufgaben fördern kann.



Was sind die Vorzüge von Mental TOP?

#### KOGNITIVE UNTERSTÜTZUNG

Citicolin ist eine Verbindung, die für die Hirnfunktion und die Gesundheit der Nervenzellen von Bedeutung ist. Sie kann zu einer Verbesserung des Gedächtnisses, von Lernprozessen und der Konzentration beitragen. Tyrosin, das die Produktion von Neurotransmittern unterstützt, wirkt sich ebenfalls positiv auf die kognitive Funktion aus.

#### AUFHELLEN DER STIMMUNG

Safran und die Vitamine B6 und B12 werden mit einer verbesserten Stimmung und einer Linderung der Symptome von leichter bis mittelschwerer Depression in Verbindung gebracht. Sie können das emotionale Gleichgewicht fördern und Gefühle wie Stress und Angst reduzieren.

#### STRESSMANAGEMENT

Rhodiola oder Rosenwurz ist dafür bekannt, dem Körper bei der Anpassung an Stress helfen zu können. Es kann die negativen Auswirkungen von Stress auf

die psychische Belastung lindern und eine gesündere Reaktion auf anstrengende Situationen bewirken.

#### STIEGERUNG DER ENERGIE

Tyrosin ist eine Aminosäure und die Ausgangssubstanz für Dopamin, das wichtig ist für die Motivation und die mentale Energie. Die Kombination von Tyrosin und Rosenwurz kann dazu beitragen, die mentale Widerstandsfähigkeit gegenüber Stress zu steigern und eine verbesserte mentale Energie aufrechtzuerhalten.

#### VERRINGERUNG VON PSYCHISCHER ERSCHÖPFUNG

Citicolin und Rosenwurz können helfen, psychische Erschöpfung zu verringern, indem sie die geistige Ausdauer und Resilienz verbessern. Die Kombination kann geistige Klarheit fördern und die Symptome von stressbedingter Erschöpfung mildern.

Eine unvergleichliche Zusammensetzung

Nahrungsergänzungsmittel mit Citicolin, Safran, Tyrosin, Rhodiola, Vitamin B6 und Vitamin B12.

Inhaltsstoffe Pro 2 Kapseln		AJR
Citicolin	250mg	
Tyrosin	250mg	
Rhodiola ES	100 mg	
Safran « Safr'Inside™ »	30 mg	
Vitamin B6	1.4mg	100%
Vitamin B12	2.5µg	100%

Zulässige Angaben: Die Vitamine B6 und B12 tragen zur normalen Funktionsweise des Nervensystems bei und dazu, Erschöpfung zu reduzieren.

Safr'Inside™ ist eine eingetragene Marke von Activ'Inside

Empfehlung für die Einnahme

2 Kapseln pro Tag, idealerweise eine morgens und eine mittags.

• 60 Kapseln • Pharmacode: 1044220

- Einige Literaturangaben:
- Jackson, P.A. (2021) Effects of Saffron Extract Supplementation on Mood, Well-Being, and Response to a Psychosocial Stressor in Healthy Adults: A Randomized, Double-Blind, Parallel Group, Clinical Trial. *Frontiers in Nutrition*, volume 7, Article 606124
  - Monchaux De Oliveira, C. (2021) Saffron Extract-induced Improvement of Depressive-Like Behavior in Mice Is Associated with Modulation of Monoaminergic Neurotransmission. *Nutrients*, 13, 904
  - Al-kuraishi, H.M. (2019) Citicoline improves human vigilance and visual working memory: the role of neuronal activation and oxidative stress. *Basic and Clinical Neuroscience*, 11(4) 423-432
  - Tetard S. (2021) Neurohacking et nootropiques. Paris : Guy Trédaniel

## Setzen Sie Ihr geistiges Potential frei mit unserer exklusiven Formel!

Citicolin für die Konzentration, Safran für das emotionale Gleichgewicht, Rhodiola für die Stressresistenz und Tyrosin für die Energie.

Für wen wird Mental TOP empfohlen?



FÜR PERSONEN MIT HOHER PSYCHISCHER BELASTUNG

Wenn man geistig und emotional überfordert ist von allem, was erledigt und an was gedacht werden muss, kann Mental Top eine willkommene Hilfe sein



FÜR STUDIERENDE UND BERUFSTÄTIGE, DIE SICH BESONDERS KONZENTRIEREN MÜSSEN

Studierende, die sich auf ihr Studium konzentrieren Leistungen erbringen müssen, können von Mental Top profitieren, um ihre Ziele zu erreichen.



FÜR PERSONEN MIT STIMMUNGSSCHWANKUNGEN

Safran ist für seine positive Wirkung auf die Stimmung bekannt. Zusammen mit den anderen Inhaltsstoffen von Mental TOP kann er Menschen helfen, denen es nicht gut geht.



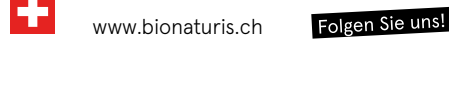
FÜR ALLE ERWACHSENEN, DENEN IHRE PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM ALLGEMEINEN AM HERZEN LIEGT

Die ausgewählten Inhaltsstoffe von Mental Top bieten Unterstützung für die kognitiven Funktionen, die Stimmung und das Stressmanagement können so zu einer verbesserten mentalen Gesundheit im Allgemeinen beitragen.



Mental<sup>top</sup> Es geht ohni...  
Aber mit goht's viel besser!

B'Onaturis SA  
CH-2800 Delémont  
www.bionaturis.ch



Kontaktieren Sie unsere Händlerin in der Deutschschweiz, um von unserem Angebot zu geniessen:

Frau Wernli.  
Tel 079 102 55 29  
andrea.wernli@bionaturis.ch

Oder unser Büro  
Tel. 032 423 00 25 – info@bionaturis.ch