

Allergie-informatie

Flinndal Vitamine D en Flinndal Vitamine D Forte bevatten geen allergenen (zoals gluten, vis of pinda) en kunnen worden gebruikt wanneer er sprake is van een lactose-intolerantie.

Flinndal Vitamine D is geschikt voor vegetariërs.

Flinndal Vitamine D Forte is niet geschikt voor vegetariërs.

De capsule is namelijk gemaakt van gelatine (rond).

Wetenschappelijk onderzoek

De gezondheidsclaims die wij doen over vitamine D zijn als wetenschappelijk bewezen beoordeeld door de Europese Unie (EFSA, European Food Safety Authority).



Wist je dat?

We in Nederland al sinds 1961 vitamine D toevoegen aan margarine, halvarine en andere bak- en braadproducten? Dit is besloten omdat veel Nederlanders te weinig vitamine D binnen krijgen. Via deze verplichte toevoeging van vitamine D aan een algemeen gebruikt voedingsmiddel als margarine wordt geprobeerd om de vitamine D status van de bevolking te verbeteren.

Wie is Flinndal?

Hoge kwaliteit

Flinndal is één van de grootste leveranciers van voedings-supplementen in Nederland. Flinndal gelooft in producten van hoge kwaliteit met een optimale dosering voor een eerlijke prijs. Daarom is ervoor gekozen om alleen ons eigen merk voedings-supplementen te verkopen. Zo weten we zeker dat we producten verkopen volgens de laatste wetenschappelijke inzichten die voldoen aan alle kwaliteitseisen.

Fijne service

Bij kwaliteit hoort ook fijne service. Daarom is onze klantenservice gratis bereikbaar en mag je elk pakket tot 30 dagen na ontvangst kosteloos retourneren. Bestel je voor 22:00? Dan heb je de bestelling de volgende dag al in huis (bezorgdagen zijn van dinsdag t/m zaterdag).

Kies voor de kwaliteit van Flinndal

- ✓ HACCP gecertificeerde productie
- ✓ Geen onnodige toevoegingen
- ✓ Veilig gedoseerd
- ✓ Samengesteld o.b.v. wetenschappelijk onderzoek

Flinndal Vitamine D of Vitamine D Forte bestellen?

www.flinndal.nl

klantenservice@flinndal.nl

Bel gratis: 0800-7080, werkdagen 9:00 - 19:00 uur

en op zaterdag 10:00 - 16:00 uur

Gezondheid is belangrijk en dat vraagt om kwaliteit. Die kwaliteit vind je bij Flinndal.

FLINDAL®
Zuiver voor jou

Flinndal Vitamine D

Waarom heb jij het nodig?



Vitaminen?
www.flinndal.nl

Vitamine D

Vitamine D is een in vet oplosbare vitamine die je weinig in voeding terugvindt. De meeste vitamine D maakt je huid zelf aan onder invloed van zonlicht. Slechts een klein deel halen we uit voedingsmiddelen zoals vette vis. Om een vitamine D tekort te voorkomen is het belangrijk dat je voldoende buiten komt en minimaal één keer per week vette vis eet.



Wat doet vitamine D in je lichaam?

Vitamine D is betrokken bij veel processen in het lichaam. We zullen dit hieronder kort uitleggen.

Behoud van sterke botten

Vitamine D verhoogt de opname van calcium in de botten en is van belang voor het behoud van sterke botten.

Sterke tanden en spieren

Vitamine D draagt bij aan het behoud van sterke tanden en is goed voor de spierfunctie.

Immuunsysteem en weerstand

Vitamine D ondersteunt ook het immuunsysteem en zorgt mede voor een goede weerstand.

Celdeling

Vitamine D is betrokken bij de celdeling en draagt zo bij aan de aanmaak van cellen en weefsels.

Voor wie?

Kinderen van 0 tot 4 jaar

Kinderen tot vier jaar hebben extra vitamine D nodig voor de botontwikkeling. Daarom wordt aan kinderen in deze leeftijdscategorie dagelijks een aanvulling van 10 mcg vitamine D geadviseerd.

Vrouwen vanaf 50 en vrouwen en mannen vanaf 70 jaar

Bij het ouder worden maakt de huid steeds minder pigment aan. Ook de aanmaak van vitamine D wordt dan minder. Het is daarom belangrijk om een supplement te gebruiken als aanvulling op de voeding. De Gezondheidsraad adviseert vrouwen vanaf 50 jaar om dagelijks 10 mcg vitamine D extra in te nemen. Voor mannen en vrouwen vanaf 70 jaar bedraagt dit advies 20 mcg vitamine D per dag.

Mensen met een getinte of donkere huid

Mensen met een getinte of donkere huid maken minder vitamine D aan dan mensen met een lichte huid. Hen wordt daarom ook geadviseerd om dagelijks 10 mcg vitamine D extra in te nemen.

Zwangere vrouwen

Voor zwangere vrouwen geldt het advies om dagelijks 10 mcg vitamine D extra in te nemen. Deze hoeveelheid wordt aanbevolen voor een normale groei en ontwikkeling van de botten van het kindje.

Welke producten zijn rijk aan vitamine D?

De belangrijkste bron voor vitamine D is zonlicht. Daarom wordt geadviseerd om per dag minimaal 15 tot 30 minuten buiten te komen, als de zon hoog staat (tussen 11:00 en 15:00). In de winter is de zon niet krachtig genoeg en is aanvulling op de voeding zinvol. Daarnaast is vette vis, zoals zalm, makreel of ansjovis, rijk aan vitamine D. Je vindt ook kleine hoeveelheden in voedingsmiddelen als boter, rundertartaar, varkensfilet en een gekookt ei.



Flinndal Vitamine D

- ✓ Voor botten, spieren en weerstand
- ✓ Zeer goed opneembaar (D3)
- ✓ Krachtige dosering, 10 mcg (400 IE)

Flinndal Vitamine D heeft een verantwoorde hoeveelheid (200% van de ADH) die goed aansluit bij de dagelijkse verhoogde behoefte van veel mensen in Nederland.

Flinndal Vitamine D Forte

- ✓ Voor botten, spieren en weerstand
- ✓ Bevat 20 mcg vitamine D3 (800 IE)
- ✓ Speciaal voor 70+ of bij een verhoogde behoefte

Flinndal Vitamine D Forte heeft een verantwoorde hoeveelheid (400% van de ADH) die goed aansluit bij mensen vanaf 70 jaar of bij een verhoogde behoefte.

Flinndal Vitamine D en Vitamine D Forte zijn gemaakt van cholecalciferol (D3). Deze vorm is beter opneembaar dan D2. Uit wetenschappelijk onderzoek is namelijk gebleken dat de gunstige invloed van vitamine D3 maar liefst 87% groter is dan bij D2, omdat het lichaam de D3 vorm beter kan opnemen.