



**barinutrics**  
NUTRITIONAL SUPPORT

**Votre nouveau départ,  
nous en ferons quelque chose de beau.**

 **Metagenics®**

# Félicitations !

Si vous lisez ceci, c'est que vous avez fait un choix conscient et judicieux. La première étape est franchie, votre nouvelle vie commence maintenant.

Cela implique quelques ajustements. Mais ne vous inquiétez pas : vous n'êtes pas seul(e).

**Ensemble, nous en ferons quelque chose de beau.**

## Happy & healthy avec BariNutrics®

Que pouvez-vous attendre de nous ? Les vitamines et minéraux appropriés, sous la forme adéquate, au bon dosage et de la plus haute qualité, afin d'assurer une absorption optimale.

**C'est une garantie.**

**Les compléments alimentaires** se trouvent partout, sous toutes formes et tailles. Mais ne vous y trompez pas : la qualité peut varier. Surtout après une réduction de l'estomac, vous avez besoin de suppléments spécifiques, adaptés à vos besoins. Découvrez tout cela dans notre vidéo.



[www.barinutrics.eu](http://www.barinutrics.eu)

## Metagenics®

Saviez-vous que BariNutrics® fait partie de la gamme **Metagenics**, connu entre autres pour MetaRelax®, CurcuDyn® et ImmuDefense® ? Depuis notre siège principal à **Ostende**, nous travaillons chaque jour pour accomplir notre mission : aider les gens à mener **une vie plus heureuse et plus saine**.

Une chose est certaine : vous pouvez compter sur nous.



DISPONIBLE EN PHARMACIE

# La Sainte Trinité

Notre boussole pour développer les produits BariNutrics® ? **La science.**  
Nous nous basons toujours sur les dernières directives internationales pour vous offrir le meilleur soutien.

Selon ces recommandations<sup>1,2</sup> après une réduction de l'estomac, vous devez tenir compte de ces 3 principes :

## Multivitamines

Forme et dosage adaptés

## Calcium

1 500 mg/jour

## Protéines

60g/jour

**Vous verrez : la gamme BariNutrics® est construite selon ces recommandations.** Nous commençons par les bases - Multi, Citrate de calcium et Whey - puis nous proposons des extras si nécessaire.



<sup>1</sup> Directives ASMBS : American Society for Metabolic and Bariatric Surgery, Mechanick et al, Surg Obes Rel Dis 2019/2020

<sup>2</sup> Directives SOFFCO/MM\_AFERO\_SFNCM, Quilliot et al, Journal of Visceral Surgery, 2020

## BARINUTRICS® MULTI



### Votre dose quotidienne de vitamines et minéraux pour vous sentir bien dans votre peau.

BariNutrics® Multi est notre **mélange unique** de 13 vitamines et 8 minéraux, disponible en gélules ou en comprimés à mâcher au goût citron ou cerise. Notre conseil : variez régulièrement, changer fait du bien !



60 ou 180 gélules  
2/jour



90 comprimés à mâcher  
1/jour  
Goût: Citron ou cerise



### Conseils de prise

- Ne pas prendre à jeun, mais pendant ou juste après un repas.
- Les gélules peuvent être ouvertes et mélangées à votre nourriture.
- Les comprimés à mâcher peuvent être mâchés ou cassés en petits morceaux.

## BARINUTRICS® CITRATE DE CALCIUM



**Votre assurance pour des os et des dents solides, toute la vie.**

BariNutrics® Citrate de calcium contient non seulement une bonne dose de calcium, mais aussi de la vitamine D et K2, afin que le calcium parvienne bien jusqu'à vos os. **Commencez dès maintenant avec le calcium** et profitez de tous les avantages plus tard dans votre vie.



90 comprimés à mâcher

2 à 3/jour

Goût : Pêche-mangue, cerise ou citron\*



### Conseils de prise

- Ne pas prendre en même temps que les multivitamines : laissez au moins 2 heures d'intervalle.
- Prenez-les entre les repas ou le soir pour que votre corps ait le temps de tout absorber.



## BARINUTRICS® WHEY



### Vos muscles en pleine forme grâce aux protéines naturelles.

BariNutrics® Whey prend soin de  **votre masse musculaire**  et soutient ainsi votre nouveau style de vie actif. Pour atteindre votre apport quotidien en protéines, vous devriez manger énormément, un complément est donc indispensable.



21 portions (42 cuillères-mesure de 20g de protéines)

1 portion (2 cuillères-mesure)/jour

Goût : Nature

### Conseils de prise

- Mélangez la poudre de protéines avec un repas ou une boisson froide de votre choix, par exemple 200 ml d'eau, de lait, de jus, ou un smoothie.
- Vous pouvez également la mélanger avec des boissons chaudes, bien qu'il puisse y avoir une légère agglomération.
- Soyez créatif : incorporez-la dans des crêpes, des gâteaux, des muffins, du pain, de la soupe, etc.

# BARINUTRICS® PRENATAL



**Votre dose quotidienne de vitamines et minéraux, pour vous et votre bébé.**

BariNutrics® Prenatal est votre multivitamine sur mesure pendant **la grossesse et l'allaitement**. Remplacez votre Multi par Prenatal dès que vous souhaitez tomber enceinte, pour que vous et votre bébé receviez immédiatement tous les nutriments nécessaires.



60 ou 150 gélules  
2/jour

## Conseils de prise

- Ne pas prendre à jeun.
- Les gélules peuvent être ouvertes et mélangées à votre nourriture.

# BARINUTRICS® HAIR



**Vos cheveux restent forts et sains avec 5 ingrédients essentiels.**

BariNutrics® Hair est votre sauveur en cas de **perte de cheveux ou de ralentissement de la croissance capillaire** après votre opération. Et cela avec seulement 1 gélule par jour ! Notre formule innovante donne également plus de volume et de brillance à vos cheveux. Convient aussi bien aux hommes qu'aux femmes.



90 gélules  
1/jour

## Conseils de prise

- Prenez la gélule pendant le repas.
- Ceci ne remplace pas votre multivitamine quotidienne.

# BARINUTRICS® VITAMINE B12 F.I.



**Votre dose supplémentaire de B12 : savoureuse, indolore et efficace.**

Votre médecin a diagnostiqué **une carence en vitamine B12** ? BariNutrics® Vitamine B12 F.I. est là pour vous ! Pour une absorption parfaite par votre corps, nous ajoutons le facteur intrinsèque, une substance auparavant produite par votre estomac. Savoureuse, petite et totalement indolore, un vrai plaisir à prendre.



90 comprimés à mâcher

1/jour

Goût : Framboise

## Conseils de prise

- Suivez les conseils de votre médecin : Prenez ce comprimé à mâcher en cas de carence diagnostiquée en vitamine B12.

# BARINUTRICS® FER



**Votre dose supplémentaire de fer : savoureuse, petite et efficace.**

Votre médecin a diagnostiqué **une carence en fer** ? BariNutrics® Fer est là pour vous ! Nous utilisons une bonne forme de fer, facilement absorbée par votre corps, sans irriter votre estomac ou vos intestins. Finie la fatigue gênante !



90 comprimés à mâcher

1/jour

Goût : Fraise

## Conseils de prise

- Suivez les conseils de votre médecin : Prenez ce comprimé à mâcher en cas de carence diagnostiquée en fer.
- Ne prenez pas ce comprimé en même temps que du calcium, afin que tous les minéraux soient absorbés au maximum.

# Nos histoires de succès

Après votre intervention, vous devrez compenser à vie vos carences en vitamines et minéraux. C'est pourquoi il est super important que vous soyez **satisfait de la qualité et de l'utilisation** de nos produits. Et heureusement, c'est le cas !

Un aperçu des résultats de notre enquête auprès de nos consommateurs<sup>1,2</sup> :

## BARINUTRICS® MULTI

---

**96%**  
ont de meilleures  
valeurs sanguines

**92%**  
ressentent une meilleure  
qualité de vie

**70%**  
ont plus  
d'énergie

## BARINUTRICS® CITRATE DE CALCIUM

---

**82%**  
recommanderaient le  
goût pêche-mangue

**73%**  
trouvent facile de le  
prendre quotidiennement

<sup>1</sup> Enquête consommateurs mars 2023, 312 utilisateurs BariNutrics Multi

<sup>2</sup> Enquête consommateurs mars 2023, 164 utilisateurs BariNutrics Citrate de calcium



# BariNutrics®

## partenaire de votre nouvelle vie

### Toujours au courant des mises à jour et promotions

Inscrivez-vous rapidement à notre newsletter, ainsi vous serez le premier informé des mises à jour et des promotions.



SCANNEZ-MOI

### Recettes saines

Trouvez l'inspiration sur [www.barinutrics.eu](http://www.barinutrics.eu)  
Délicieuses, riches en protéines et faibles en calories.



Smoothie de banane et kiwi



Boulettes épicées



Cabillaud en papillote



SCANNEZ-MOI

### Astuces et conseils sur notre blog

Tout ce que vous devez savoir sur une chirurgie de l'estomac, des conseils pratiques... Ou tout simplement : pourquoi ai-je besoin de calcium ? Vous pouvez tout lire tranquillement sur [www.barinutrics.eu](http://www.barinutrics.eu).



SCANNEZ-MOI



Réduction gastrique : tout ce que vous devez savoir.



Des protéines après une chirurgie bariatrique



Pourquoi les vitamines sont-elles importantes après une réduction gastrique ?

# barinutrics®

## ACTION ÉPARGNE



**4+1** 4 achetés =  
1 gratuit\*

Vous pouvez acheter nos produits facilement dans votre pharmacie (en ligne) ou parapharmacie. Et il y a encore une bonne nouvelle : pour l'achat de 4 produits BariNutrics®, le 5e est gratuit !

### Comment ?

**Option 1 :** Rassemblez vos preuves d'achat et demandez votre produit gratuit sur <https://barinutrics.info/actionepargne>.

**Option 2 :** Rassemblez vos preuves d'achat, remplissez cette carte et envoyez le tout à notre adresse.

### Les règles du jeu

- ✓ Seuls les tickets de caisse originaux sont valables comme preuve d'achat.
- ✓ Cette action épargne ne s'applique qu'aux produits Metagenics achetés en Belgique ou au G.D. de Luxembourg.
- ✓ La carte doit être envoyée **avant le 30/06/2026** (le cachet de la poste faisant foi).
- ✓ Les envois incomplets ne sont pas pris en considération.



SCANNEZ-MOI

### COMPLÉTEZ VOS DONNÉES CI-DESSOUS

Nom: .....

Adresse: .....

Code postal : ..... Localité : .....

Tél.: ..... E-mail: .....

### CHOISISSEZ VOTRE PRODUIT GRATUIT PARMIS CETTE SÉLECTION

- BariNutrics® Multi gélules, 60 gélules
- BariNutrics® Vitamine B12 I.F., 90 comprimés à mâcher
- BariNutrics® Prenatal, 60 gélules
- Fer, 90 comprimés à mâcher
- BariNutrics® Citrate de calcium pêche-mangue, 90 comprimés à mâcher

### ENVOYEZ À

Metagenics Belgium BV  
Action-épargne BariNutrics®  
E. Vlietinckstraat 20, 8400 Ostende



La science source d'équilibre

*Chez Metagenics, nous nous engageons à aider le plus grand nombre de personnes possible à vivre des **vies plus heureuses et plus saines**, en fournissant les produits et solutions nutritionnels les **plus fiables**, et recommandés par les professionnels de la santé.*



**MADE IN  
BELGIUM**



**PROPRE R&D ET  
PRODUCTION**



**LE PREMIER  
CHOIX DU  
MÉDECIN\***

[www.metagenics.eu](http://www.metagenics.eu)