



Natures Harmony®

Sommeil d'or^{MC} Mélatonine

1 mg

**Aide à augmenter
votre temps de sommeil
total et sa qualité**

90 capsules
NPN 80000738

Usage recommandé: Aide à accroître la qualité du sommeil et le temps de sommeil total, chez les personnes qui souffrent d'un manque de sommeil ou d'une perturbation du sommeil, causés par exemple par les quarts de travail ou le décalage horaire. Aide à atténuer la fatigue de jour attribuable au décalage horaire. Aide à réduire le temps qu'il faut pour s'endormir, chez les personnes affectées par le syndrome du retard de phase. Aide également à rétablir le cycle veille-sommeil du rythme circadien.

Posologie recommandée (adultes): Prendre 1 capsule par jour au coucher seulement. Pour un usage de plus de quatre semaines, consulter un praticien de soins de santé.

Ingédients médicinaux: Chaque capsule contient: Mélatonine (synthétique).....1 mg
Ingédients non médicinaux: cellulose, gélatine, dioxyde de silicium, stéarate de magnésium.

Ce produit ne contient pas de maïs, ingrédients laitiers, oeuf, gluten, crustacés, soya, sulfites ou colorants, arômes ou agents de conservation artificiels.

Renseignements sur les risques: Ce produit n'est pas indiqué pour les femmes enceintes ou qui allaitent. Les personnes qui souffrent d'un trouble hormonal, de diabète, d'une maladie hépatique ou rénale, de paralysie cérébrale, de convulsions, de migraines, de dépression et/ou d'hypertension artérielle, ou celles qui prennent des médicaments antihypertenseurs ou des sédatifs/hyponotiques doivent consulter un praticien de la santé avant d'utiliser ce produit. Si les symptômes persistent de façon continue pendant plus de quatre semaines ou si une douleur ou d'autres facteurs semblent être la cause de l'insomnie, consulter un praticien de la santé. Non indiqué pour les personnes qui prennent un médicament immunodépresseur. Ne pas conduire un véhicule automobile ou faire fonctionner une machine dans les cinq heures après avoir pris ce produit.

RANGER DANS UN ENDROIT FRAIS ET SEC.
TENIR HORS DE PORTÉE DES ENFANTS.

Recommended Use: Helps increase total sleep time and sleep quality in people suffering from sleep restriction or altered sleep schedule, e.g. shift-work, jet lag. Helps to relieve the daytime fatigue associated with jet lag. Helps reduce the time it takes to fall asleep in people with delayed sleep phase syndrome. Helps reset the body's sleep-wake cycle aspect of circadian rhythm.

Recommended Dose (Adults): Take 1 capsule daily at bedtime only. For use beyond four weeks, consult a health care practitioner.

Medicinal Ingredients:

Each capsule contains:
Melatonin (synthetic).....1 mg

Non-medicinal Ingredients: Cellulose, gelatin, silicon dioxide, magnesium stearate.

This product does not contain corn, dairy, egg, gluten, shellfish, soy, sulfites or artificial colours, flavours, or preservatives.

Risk Information: Do not use if you are pregnant or breastfeeding. Consult a health care practitioner prior to use if you have a hormonal disorder, diabetes, liver or kidney disease, cerebral palsy, seizure disorders, migraine, depression and/or hypertension or if you are taking blood pressure or sedative/hypnotic medications. If symptoms persist continuously for more than four weeks or if pain or other factors appear to be the cause of sleeplessness, consult your health care practitioner. Do not use if you are taking immunosuppressive drugs. Do not drive or use machinery for five hours after taking melatonin.

STORE IN A COOL DRY PLACE.
KEEP OUT OF THE REACH OF CHILDREN.



Natures Harmony®

Sleep TightTM Melatonin

1 mg

**Helps Increase Total Sleep
Time & Sleep Quality**

90 Capsules
NPN 80000738

Actual Size
Grandeur réelle

DO NOT USE IF SEAL UNDER CAP IS BROKEN.
NE PAS UTILISER SI L'OPERCULE INTÉRIEUR EST BRISÉ.

www.naturesharmony.com
1-877-929-2548



SunOpta Inc.
6 Commerce Crescent
Acton, ON L7J 2X3



A Proud Canadian Company
Une compagnie canadienne
fière de l'être.

