

BÉDOUZE, LA VITAMINE B12 VEGAN D'ORIGINE NATURELLE DES BIO FRÈRES

INGRÉDIENTS :

DEXTROSE BIO (qui croque sous la dent),
GOMME D'ACACIA BIO, CARBONATE ET SILICATE DE MAGNÉSIUM : AGENTS DE CHARGE,
ARÔME NATUREL DE BANANE BIO, ARÔME NATUREL DE FRAISE BIO,
POUDRE DE SHITAKÉ BIO** *Lentinus edodes* (qui contient le secret de notre B12 naturelle)
 SOUS LES FORMES ACTIVES ADÉNOSYL, HYDROXY ET MÉTHYLCOBALAMINE,
 **SUPPORT : AMIDON DE TAPIOCA BIO.

CONSEIL D'UTILISATION : 1 COMPRIMÉ PAR JOUR
VITAMINE B12 = 25µg en moyenne

soit 1000% des Apports de Référence

Ne pas dépasser la dose journalière indiquée. Ne se substitue pas à un régime alimentaire varié et équilibré ni à un mode de vie sain. À conserver à une température < 25°C et à l'abri de l'humidité. Tenir hors de portée des jeunes enfants. (Aucune licorne n'a été blessée durant la production)



Découvrez Bédouze, notre vitamine B12 aux formes actives d'origine naturelle particulièrement indiquée pour les régimes alimentaires végétariens et véganes.

Ce complément alimentaire naturel, biologique et vegan permet une complémentation en B12 d'un mois pour une famille de 4 personnes.

Le tout dans un superbe pilulier de 120 comprimés réutilisable en carton recyclé au couvercle de liège renouvelable et durable.

Prendre un comprimé n'est pas toujours une partie de plaisir... Mais pas de panique nous avons pensé à tout en créant 4 goûts exclusifs : pomme, framboise, poire et fruit de la passion pour varier les plaisirs !

Et pour que vous puissiez tous les tester et faire votre choix :

👉 les frais de ports sont offerts à partir de 3 piluliers commandés

🚚 Livraison en 3 à 5 jours ouvrés

Ne se substitue pas à un régime alimentaire varié et équilibré ni à un mode de vie sain. Ne pas dépasser la dose journalière indiquée. Tenir hors de portée des jeunes enfants.

19,90€ – 20,90€

GOÛT :

- Fraise & Banane
- Pomme
- Framboise
- Café
- Poire Vanille
- Fruit de la passion

20,90€

1 AJOUTER AU PANIER



LA VITAMINE B12 C'EST QUOI ?



La B12 (Cobalamine pour les scientifiques ou encore Bédouze pour les intimes) est une vitamine **essentielle à la formation normale de globules rouges, au bon fonctionnement du système nerveux** et qui **contribue à réduire la fatigue**. Elle est produite par un **processus de fermentation bactérienne** qui a lieu principalement chez les bovins. Elle se retrouve ensuite dans la viande consommée par les humains ayant un régime alimentaire omnivore (les mangeurs de viande quoi).

L'être humain n'étant pas en mesure de produire cette B12, s'il souhaite adopter une régime alimentaire végétarien ou végane il doit trouver d'autres sources de B12 pour éviter les carences.

Heureusement pour nous, depuis les années 70 des chercheurs ont réussi à re-créer les conditions de fermentation bactérienne en laboratoire (qui ont naturellement lieu chez les ruminateurs) permettant la synthèse de B12 qui porte dans ce cas le petit nom de Cyanobalamine. Depuis il est enfin possible rester en bonne santé en se supplémentant en B12 sans pour autant consommer de la chair fraîche et vendre son âme de Végane aux bouchers. Malheureusement cette Cyanocobalamine est de synthèse. Elle n'est donc pas naturelle et produite en laboratoire.

Et ça, en s'appellant les Bio Frères, nous ne pouvons pas vraiment être fan...

Mais attend, il y a du neuf :

BÉDOUZE NOTRE VITAMINE B12 NATURELLE



Heureusement encore, il existe aujourd'hui des procédés de fermentation bactérienne naturels produisant de la Bédouze ! La nôtre est donc issue d'une fermentation naturelle sur une matelas de nos amis les champignons Shitakés BIO... Et paif, de la vitamine B12 d'origine naturelle !

Notre poudre de Shitaké BIO contient un cocktail de 3 formes naturelles :

- **L'Hydroxycobalamine** qui n'est pas bioactive, mais qui doit seulement subir 3 méthylation pour le devenir (elle fait donc mieux que la Cyanocobalamine),
- la **Méthylcobalamine** et l'**Adenosylcobalamine** qui sont quand à elles bioactives donc utilisables directement par le corps.

Nous avons mis tout ce BIO-trio dans des comprimés que nous avons conçus avec une recette avec le moins de produits possibles. Par exemple nous avons privilégié une formule sans dioxyde de silicium.

Nous prenons soin de tester chaque lot de comprimés pour nous assurer qu'ils soient toujours sains d'un point de vue microbiologique.

Si tu as un doute, ou entendu que les formes d'origine naturelles ne sont pas efficaces nous t'invitons à lire [notre article complet à ce sujet](#).

COMMENT BIEN SE COMPLÉMENTER EN B12 ?

Les **Apports Journaliers Recommandés (AJR)** sont de **2,5µg** (microgramme) pour la vitamine B12. Malheureusement, **les AJR ne tiennent pas compte des phénomènes d'absorption** qui entrent en jeu dans la prise de compléments alimentaires. **Il ne suffit donc pas de se compléter avec 2,5 µg de vitamine B12 chaque jour** pour prévenir la carence (sinon ça serait trop facile).

Nous avons donc blindé nos comprimés avec **25 µg de B12** (soit **1000% des apports de référence**) pour être sûrs que ton petit corps ait **tout ce dont il a besoin au quotidien** et que tu restes en bonne santé. Pas de panique, **il n'y a pas de dose maximale journalière** pour la B12, une fois que ton corps a ce dont il a besoin, il élimine tout simplement le reste et tout le monde est content.

Il suffit donc de **prendre 1 comprimé par jour au milieu du repas** en mastiquant bien ou en faisant fondre pour atteindre le fameux AJR recommandé et **rester en bonne santé**. Elle est pas belle la vie ?

Pour en savoir beaucoup, beaucoup plus sur la vitamine B12 et la science qui va avec :

[La vitamine B12 : le guide complet](#)

UN PILULIER ÉCOLOGIQUE, RÉUTILISABLE ET SUPER STYLÉ !



Pour contenir tout ça sans trop générer de déchets nous avons prévu un pilulier de **120 comprimés** qui permet une **complémentation en B12 d'un mois pour une famille de 4 personnes**.

Contribuer à la bonne santé des amis des animaux avec des produits plein de plastique n'aurait aucun sens. Nous avons donc tout prévu, notre pilulier est une véritable star de l'écologie.

- Il est fait en carton recyclé n'ayant pas contribué à la déforestation.
- Pour le fermer nous avons choisi un couvercle en liège naturel recyclable à vie !
- Le revêtement intérieur est adapté au contact alimentaire.
- Et le tout est habillé par une étiquette imprimée sur papier FSC (gestion du papier éco-responsable et label Imprim'vert). Elle est décollable facilement rendant le pilulier réutilisable pour limiter les déchets. Nous travaillons d'ailleurs d'arrache-pieds pour vous fournir très rapidement des recharges en sachet recyclables.

DES INGRÉDIENTS SIMPLES & 4 GOÛTS POUR PLAIRE À TOUTE LA FAMILLE



Nous avons choisi avec soin les ingrédients BIO pour obtenir des comprimés agréables à croquer :

- Dextrose bio qui croque sous la dent
- Gomme d'acacia bio & carbonate et silicate de magnésium qui donnent une bonne texture
- Poudre de Shitaké BIO (Lentinus edodes) qui contient le secret de notre B12 naturelle sous les formes actives Adénosyl, hydroxy et Méthylcobalamine
- arôme naturel

Et puisque tous les goûts dans la nature, nous avons soigneusement conçu 4 arômes originaux pour varier les plaisirs et plaire à toute la famille :

- Pomme
- Framboise
- Poire (avec une touche de vanille)
- Fruit de la passion