



## M-FLOW - Electronic record print

<b>Item Code</b>	FR-8MEL-35-2025
<b>Brand</b>	8 MEL +
<b>Molecule</b>	MELATONIN
<b>Title</b>	Communiqué presse 8:Mel+ Juin 2025
<b>Description</b>	
<b>Target</b>	OTHER
<b>Document ID</b>	workspace://SpacesStore/ebe182ba-2351-4263-a182-ba23515263f8
<b>Process ID</b>	120316894

**Latest Release Note**

# Dormez mieux, vivez +

Problèmes pour s'endormir, réveils difficiles ? Grâce à une association exclusive d'actifs ciblés, 8:MEL+ promet de quitter les bras de Morphée plus en forme que jamais !

8:MEL+ est une nouvelle marque de compléments alimentaires disponible en pharmacie. Elle s'appuie sur les données scientifiques de la « triade de la santé » qui met en évidence que le sommeil est désormais aussi important que l'alimentation et l'activité physique. La formule unique de 8:MEL+ associe la **mélatonine\*** au **complexe MEL+** (composé de précurseur de la synthèse de la mélatonine) pour aider à s'endormir plus rapidement, sans risque de dépendance. De plus, le magnésium contribue à réduire la fatigue.



LES FRANÇAIS  
ET LE SOMMEIL  
EN CHIFFRES\*\*

**6H55**

temps moyen  
de sommeil  
pour les 18-75 ans

**50%**

se plaignent  
d'une difficulté  
de sommeil au cours  
de la semaine écoulée

**28%\*\*\***

sont en  
dettes de  
sommeil

\* La mélatonine contribue à réduire le temps d'endormissement. L'effet bénéfique est obtenu par la consommation de 1 mg de mélatonine avant le coucher. La mélatonine contribue à atténuer les effets du décalage horaire. L'effet bénéfique est obtenu par la consommation d'au moins 0,5 mg juste avant le coucher le premier jour du voyage et les quelques jours suivant le jour d'arrivée à destination.  
\*\* [inserm.fr/dossier/sommeil/Faire la lumière sur notre activité nocturne](http://inserm.fr/dossier/sommeil/Faire_la_lumiere_sur_notre_activite_nocturne). \*\*\* 1h par rapport à leur besoin physiologique.

## AU CŒUR DE SA FORMULATION

### La mélatonine

Cette neurohormone souvent appelée hormone du sommeil, joue un rôle central dans le sommeil et le rythme circadien. Produite chaque soir par la glande pinéale, elle contribue à réduire le temps d'endormissement et atténue les effets du décalage horaire. Or la production naturelle de l'organisme diminue de manière constante dès la puberté, entraînant de facto des effets physiologiques négatifs sur son rôle dans l'alternance veille/sommeil.



### Le complexe MEL+

composé de précurseur de la synthèse de la mélatonine et de vitamines B6 et B9



### Duo magnésium et zinc

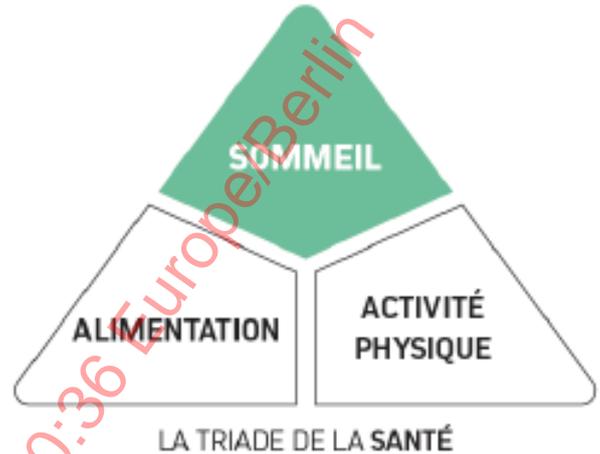
qui, respectivement, réduit la fatigue et contribue au métabolisme normal des acides gras.

Allié du sommeil grâce à sa formule unique combinant le complexe MEL+ et un dosage optimal de mélatonine\*, 8:MEL+ contribue à réduire le temps d'endormissement et à atténuer les effets du décalage horaire\*. La mélatonine participe à la régulation de l'horloge biologique, sans accoutumance. Bien au contraire, après une nuit avec 8:MEL+ vous vous réveillez plus en forme que jamais ! 8 : MEL+ est disponible en deux dosages de mélatonine, 1 mg ou 1,9 mg, pour répondre de façon personnalisée aux besoins variés des personnes souffrant de troubles du sommeil.

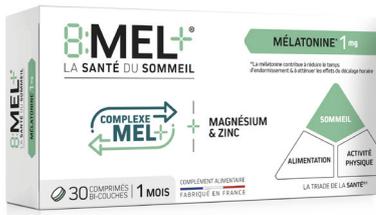
## LA TRIADE DE LA SANTÉ :

BIEN MANGER, BIEN BOUGER, BIEN DORMIR

Avec l'activité physique et une alimentation saine et variée, le sommeil fait partie des piliers essentiels de notre bien-être physique et mental. Des piliers interconnectés, puisqu'une activité physique adaptée et une alimentation équilibrée favorisent un sommeil de qualité. À l'inverse, des nuits peu réparatrices peuvent nous pousser à consommer plus d'aliments gras et sucrés et à moins bouger.



MÉLATONINE\* 1 mg



8:MEL+, 1 MG,  
• 30 comprimés bi-couches, 11,99€  
• 60 comprimés bi-couches, 16,79€

1 Comprimé par jour 30 minutes avant de se coucher



À prendre avec un verre d'eau 30 minutes avant le coucher

MÉLATONINE\* 1,9 mg



8:MEL+, 1,9 MG,  
• 30 comprimés bi-couches, 12,82€  
• 60 comprimés bi-couches, 17,95€

FABRIQUÉ EN FRANCE

\*La mélatonine aide à réduire le temps d'endormissement. L'effet bénéfique est obtenu par la consommation de 1 mg de mélatonine avant le coucher. La mélatonine contribue à atténuer les effets du décalage horaire. L'effet bénéfique est obtenu par la consommation d'au moins 0,5 mg juste avant le coucher le premier jour du voyage et les quelques jours suivant le jour d'arrivée à destination.

LA GAMME 8:MEL+ EST DISPONIBLE EN PHARMACIE

Compléments alimentaires réservés à l'adulte de plus de 18 ans. Les compléments alimentaires ne doivent pas être utilisés comme un substitut d'un régime alimentaire varié et équilibré, ni d'un mode de vie sain. Contient des polyols : une consommation excessive peut avoir des effets laxatifs. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes et aux personnes sensibles souffrant de maladies inflammatoires ou auto-immunes. Ne doit pas être consommé par les personnes devant réaliser une activité nécessitant une vigilance soutenue et pouvant poser un problème de sécurité en cas de somnolence. Les personnes épileptiques, asthmatiques, souffrant de troubles de l'humeur, du comportement ou de la personnalité ou suivant un traitement médicamenteux doivent demander conseil à un professionnel de santé avant consommation de la mélatonine. Limiter la prise à un usage ponctuel. Bien lire les étiquettes avant utilisation.

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR

Version: 4

Document Approvals

<b>Local Product Manager Certification</b>	Océane Grangier ograngier@menarini.fr Local Product Manager 15-Sep-2025 10:13
<b>Local Product Manager Certification</b>	Océane Grangier ograngier@menarini.fr Local Product Manager 15-Sep-2025 10:15
<b>PHARMACEUTICAL AFFAIRS PROJECT approved</b>	Marie Hemery mhemery@menarini.fr PHARMACEUTICAL AFFAIRS PROJECT 16-Sep-2025 17:42
<b>Local Product Manager Certification</b>	Océane Grangier ograngier@menarini.fr Local Product Manager 17-Sep-2025 09:39