

**HU Centrum Good Night Sleep** kétrétegű étrend-kiegészítő tableta vitaminokkal, ásványi anyagokkal, melatoninnal és valeriánával. **Használati útmutató:** Kizárólag felnőtteknek szánt étrend-kiegészítő. Az ajánlott napi fogyasztási mennyiség 1 tableta naponta lefekvés előtt a melatonin jótékony hatásának eléréséhez. Az ajánlott napi fogyasztási mennyiséget ne lépje túl! Amennyiben gyógyszert szed beleértve az alvászsegítő gyógyszereket is vagy ha jelenleg bármilyen betegsége van, használat előtt konzultáljon kezelőorvosával. Nem okoz hozzá szokást. A készítményt kisgyermekek elől elzárva kell tartani! Száraz helyen, legfeljebb 25 °C-on tárolandó. Az egészséges életmód, valamint a kiegyensúlyozott, vegyes étrend fontos. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot! A részletes figyelmeztetések és a további információk a tégely belső matricáján található ("PULL HERE"). Kérjük a készítmény dobozát őrizze meg, mert fontos információkat tartalmaz! 30 db kétrétegű tableta

**HU Összetevők:** tömegnövelő szerek: E 170, E 460(i); magnézium-karbonát; stabilizátorok: E 463, E 464; macskagyökér (*Valeriana officinalis*); magnézium-oxid; csomósodást gátló anyagok: E 468, E 470b; L-aszorbinsav; spirulina koncentrátum; maltodextrin; cink-glükonát; fényezőanyagok: E 904; piridoxin hidroklorid; melatonin; nedvesítőszer: E 422; aromaanyag

**RO Supliment alimentar. MOD DE UTILIZARE:** doar pentru adulți. Doza recomandată: 1 comprimat pe zi, preferabil în timpul mesei, aproape de ora de culcare pentru a obține un efect benefic al melatoninei. Dacă luați medicamente, inclusiv medicamente pentru somn, sau dacă aveți orice afecțiuni preexistente, consultați medicul înainte de utilizare. Suplimentele alimentare nu înlocuiesc o dietă variată și echilibrată și un mod de viață sănătos. Nu provoacă obișnuință. Nu depășiți doza zilnică recomandată. A nu se lăsa la vedere și îndemâna copiilor mici. A se păstra la loc uscat, la temperaturi sub 25°C. Avertismente detaliate și informații suplimentare se găsesc pe eticheta interioară a flaconului („PULL HERE”). Nu aruncați cutia deoarece conține informații importante.

**30 comprimate dublu-strat.**

**RO Ingrediente:** agenți de încărcare: E 170, E 460(i), carbonat de magneziu, stabilizatori: E 463, E 464, extract de valeriană (*Valeriana officinalis*), oxid de magneziu, agenți antiaglomeranți: E 468, E 470b, acid L-ascorbic, colorant alimentar (concentrat de spirulină), maltodextrină, gluconat de zinc, agent de glazurare E 904, clorhidrat de piridoxină, melatonină, agent de umezire E 422, aromă.

**SK Výživový doplnok. NÁVOD NA POUŽITIE:** Len pre dospelých. Odporúčaná denná dávka: 1 tableta denne tesne pred spaním, aby ste dosiahli priaznivý účinok melatonínu. Odporúča sa užívať tabletu s jedlom. Neprekračujte odporúčanú dennú dávku. Tak, ako pri užívaní iných výživových doplnkov, ak užívate lieky, vrátane liekov na spanie, alebo ak máte nejaké už existujúce ochorenie, poraďte sa pred použitím so svojím lekárom. Uskladňujte mimo dohľadu a dosahu malých detí. Uchovávajte na suchom mieste pri teplote do 25 °C. Pestrá a vyvážená strava a zdravý životný štýl sú dôležité. Tento výživový doplnok sa nesmie používať ako náhrada pestrej stravy. Podrobné upozornenia a ďalšie informácie nájdete na vnútornej etikete fľaše („PULL HERE”). Krabičku si uschovajte, pretože obsahuje dôležité informácie. 30 dvojvrstvových tabliet. ►



LOT/Ανάλωση κατά προτίμηση πριν από το τέλος:

Gyártási szám/Minőségét megőrzi a jelzett hónap végéig:  
lásd a csomagolás alján.

LOT/A se folosi preferabil înainte de data de expirare de pe ambalaj:

Č. šarže: / Minimálna trvanlivosť do konca:

**(SK) Zloženie:** objemové činidlá: E 170, E 460(i); uhličitan horečnatý, stabilizátory: E 463, E 464; extrakt z koreňa valerjány lekárskej (*Valeriana officinalis*), oxid horečnatý, protihrudkujúce látky: E 468, E 470b; kyselina L-askorbová, potravinové farbivo (koncentrát spirulíny), maltodextrín, glukózan zinočnatý, leštiaca látka: E 904, pyridoxínhydrochlorid, melatonín, zvlhčovadlo: E 422, aróma.

**Κατασκευαστής/ Producător/ Manufacturer:** S.I.I.T. S.r.l., Via L. Ariosto 50/60, 20090 Trezzano sul Naviglio (MI), Italy

**(GR) Υπεύθυνος Κυκλοφορίας στην Ελλάδα:** HALEON ΕΛΛΑΣ, Λ. Κηφισίας 11, 151 23, Μαρούσι. Τηλ.: +302102217200

**Κύπρος - Τοπικός Αντιπρόσωπος:** C.A.Papaellinas Ltd., Λεωφ. Γιάννου Κρανιδιώτη 179, 2234 Λατσία, Λευκωσία, Κύπρος, Τηλ.: 22741741

Αριθμός Γνωστοποίησης ΕΟΦ: 88006/18-7-2025 (Το προϊόν δεν υπόκειται σε διαδικασία αδειοδότησης)

**(HU) Forgalmazza:** Haleon Hungary Kft. 1538 Budapest, Pf. 586., Magyarország  
Tel.: +36 1 225 5800

**(RO) Deținător de notificare și distribuitor:** Haleon România SRL, Opera Center One, Str. Costache Negri 1-5, București, România, Tel +40213028208.  
Certificat de notificare INSP-CRSPC: 2025

**(SK) Distribútor v SR:** Haleon Slovakia s.r.o., Galvaniho 7/A, 821 04 Bratislava 2

✉ [mystory.gr@haleon.com](mailto:mystory.gr@haleon.com)

SK: [mystory.cz@haleon.com](mailto:mystory.cz@haleon.com)

☎ GR: +302111998612

🌐 [vitamins.centrum.gr](http://vitamins.centrum.gr)

<https://www.centrum-multivitamin.hu/>

[www.centrumvitamine.ro](http://www.centrumvitamine.ro)

Καθαρό βάρος:

Nettó tömeg:

Canțitate netă:

Hmotnosť:

30 g e



Trademarks owned or licensed by Haleon.

©2025 Haleon or licensor

Gluten free Non-GMO



**GR** <sup>1</sup>Η Μελατονίνη συμβάλλει στη μείωση του χρόνου που απαιτείται για να κοιμηθείτε. Η Βιταμίνη Β6 και το Μαγνήσιο συμβάλλουν στη μείωση της κόπωσης και της κόπωσης.

**HU** <sup>1</sup>A melatonin segít csökkenteni az elalváshoz szükséges időt, a B6-vitamin és a magnézium pedig hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.

**RO** <sup>1</sup>Melatonina contribuie la reducerea timpului necesar pentru a adormi, vitamina B6 și magneziul contribuie la reducerea oboseții și extenuării.

**SK** <sup>1</sup>Melatonin pomáha skrátiť čas potrebný na zaspánie, vitamín B<sub>6</sub> a horčík prispievajú k zníženiu únavy a vyčerpania.

**1 δισκίο περιέχει /1 tableta tartalmaz /**

**1 comprimat conține/ Každá tableta obsahuje:**

Βιταμίνη C/C-vitamin/vitamina C/Vitámín C: 12 mg (15 %\*); Βιταμίνη Β6/B6-vitamin/  
vitamina B<sub>6</sub>/Vitámín B<sub>6</sub>: 1,4 mg (100 %\*); Μαγνήσιο/Magnézium/magneziu/Horčík:  
56 mg (15 %\*); Ψευδάργυρο/Cink/zinc/Zinok: 1,5 mg (15 %\*); Μελατονίνη/  
Melatonin/melatonină/Melatonin: 1,0 mg (\*\*); Εκχύλισμα Βαλεριάνας (*Valeriana  
officinalis*)/Macskagyökér kivonat (*Valeriana officinalis*)/ extract de valeriană (*Valeriana  
officinalis*)/Extrakt z koreňa valeriány lekárskej: 50 mg (\*\*). \*RI: Προσλαμβανόμενη  
Ποσότητα Αναφοράς, \*\*Δεν έχει καθοριστεί η Προσλαμβανόμενη Ποσότητα  
Αναφοράς/\*NRV: napi beviteli referencia érték; \*\*: nem áll rendelkezésre ajánlott napi  
beviteli érték/\*V.N.R.: Valoare Nutrițională de Referință. \*\*V.N.R. nestabilită la nivel  
UE/\*Referenčná výživová hodnota; \*\*Referenčná výživová hodnota nie je stanovená

**GR** **Συμπλήρωμα διατροφής. ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ:** Μόνο για ενήλικες.

Συνιστώμενη ημερήσια δόση: 1 δισκίο την ημέρα, κοντά στην ώρα κατάκλισης για να έχετε την ευεργετική δράση της μελατονίνης. Να μη γίνεται υπέρβαση της συνιστώμενης ημερήσιας δόσης. Εάν βρίσκεστε υπό φαρμακευτική αγωγή, συμπεριλαμβανομένης και αγωγής για τον ύπνο, ή αντιμετωπίζετε άλλα προβλήματα υγείας, συμβουλευτείτε τον γιατρό σας. Δεν συνιστάται για εγκύους ή θηλάζουσες μητέρες. Η ποικίλη και ισορροπημένη διατροφή και ο υγιής τρόπος ζωής είναι σημαντικά. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατο μίας ισορροπημένης διαίτας. Να φυλάσσεται μακριά από τα μικρά παιδιά. Το προϊόν αυτό δεν προορίζεται για την πρόληψη, αγωγή ή θεραπεία ανθρώπινης νόσου. Φυλάσσεται σε ξηρό μέρος και σε θερμοκρασία όχι πάνω από 25°C. Να κλείνετε πάντα το καπάκι μετά τη χρήση. Οι λεπτομερείς προειδοποιήσεις και οι επιπλέον πληροφορίες βρίσκονται στην εσωτερική ετικέτα του μπουκαλιού. Μην πετάξετε την εξωτερική συσκευασία καθώς περιέχει σημαντικές πληροφορίες. Περιεχόμενο συσκευασίας: 30 δισκία δύο στιβάδων. Τηλέφωνο Κέντρου Δηλητηριάσεων: 2107793777

**GR** **Συστατικά:** Διογκωτικοί παράγοντες: E 170, E 460(i), Ανθρακικό μαγνήσιο, Σταθεροποιητές: E 463, E 464, Εκχύλισμα βαλεριάνας (*Valeriana officinalis*), Οξείδιο του μαγνησίου, Αντιοξειδωτικοί παράγοντες: E 468, E 470b, L-ασκορβικό οξύ, Χρωστική από τρόφιμα (σμπύκνωμα σπιρουλίνας), Μαλτοδεξτρίνη, Γλυκονικός ψευδάργυρος, Υλικό για γλασάρισμα: E 904, Υδροχλωρική πυριδοξίνη, Μελατονίνη, Υγροσκοπικό μέσο: E 422, Αρωματική ύλη