

" En santé " avec **GAGNÉ EN SANTÉ**

Bienfaits d'une cure de désintoxication



Notre mode de vie et nos habitudes alimentaires nous conduisent à absorber toujours plus de substances chimiques. Si on ne les élimine pas, elles risquent d'agir dans notre corps comme des toxines.



Rachelle et Richard Gagné

On attribue souvent au stress et au vieillissement le fait de ne pas se sentir en pleine forme mais ces symptômes légers montrent que notre système de désintoxication commence à sentir le surmenage. Les organes d'élimination éprouvent de la difficulté à traiter les déchets et les toxines.

Le foie est le premier organe à souffrir lorsque le système est engorgé; symptômes possibles : (nausées, ballonnement, maux de tête, constipation, etc.).

Les reins filtrent les déchets toxiques présents dans le sang et les éliminent par le biais des urines. Les reins travaillent mieux lorsqu'on boit beaucoup d'eau.

Une élimination efficace par les intestins est essentielle puisque c'est la voie prise par le foie pour détruire le surplus de toxines du corps.

Se désintoxiquer, c'est d'abord changer ses habitudes alimentaires et adopter une nouvelle hygiène de vie qui inclut des exercices physiques.

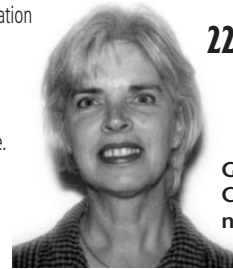
L'exercice agit comme draineur. La transpiration qui survient lorsqu'on s'active suffisamment physiquement entraîne avec elle un lot de déchets. La sédentarité par contre laisse place aux toxines et ouvre la porte à toutes sortes de symptômes.

Il va de soi que pendant la durée de la cure, l'alimentation doit être la plus saine possible afin de maximiser les résultats. Éviter alcool, café, sucres, boissons gazeuses, viandes rouges, nicotine, additifs alimentaires... Augmenter légumes, fruits, poissons, poulet de grain, céréales entières, tisanes, eau...

La cure printemps-automne est non drastique et facile à employer soit une ampoule à prendre le matin à jeun et le soir sur 12 jours ou le matin à jeun sur 24 jours pour les gens plus sensibles. Des comprimés pour les intestins sont mis séparément permettant aux gens de mieux doser la quantité à prendre selon leurs besoins. Cette cure travaille sur les 5 émonctoires soit peau,

poumons, foie, reins et intestins. Grâce à ses plantes régénératrices et protectrices, elle redonne énergie à notre corps tout en améliorant la digestion et notre résistance à l'infection.

Trouvez énergie, vitalité et santé par la stimulation des fonctions d'élimination. Se désintoxiquer signifie améliorer notre qualité de vie.



561-6727
224 Bellehumeur,
Gatineau

Gervaise Foley Charbonneau, naturopathe, n.d.

ENCORE QUELQUES KILOS EN TROP? PURATIV-CONTROL-CF-SVELTOGEN, LE TRIO PARFAIT!

PROGRAMME EN TROIS ÉTAPES

Bien débiter

Pour bien débiter un programme de perte de poids, il faut d'abord faire une cure pour permettre aux organes d'élimination (foie, intestins, reins, peau) de bien fonctionner. PURATIV contient tous les ingrédients pour faire ce travail, en plus de vous donner de l'énergie. C'est un bon moyen pour commencer à perdre ce fameux « petit ventre ».



Avoir moins faim et brûler des gras

La Cayenne et le thé vert favorisent la thermogénèse, c'est-à-dire le fait de brûler plus de calories au repos. La glucomannane est faite d'une fibre qui prend vingt fois son volume dans votre estomac et agit comme coupe-faim. Le garcinia cambogia quant à lui est un fruit qui contient une enzyme empêchant la conversion des glucides en nouveaux gras. Le produit CONTROL-CF contient tous ces ingrédients et est un outil idéal pour un programme de perte de poids.

Raffermer la peau

Vous voulez perdre du poids, mais vous avez peur que votre peau devienne flasque? SVELTOGEN, l'hydrolysat de collagène le plus étudié cliniquement, aide votre corps à se raffermir.

ISOFLEX

Pourquoi devrais-je prendre des protéines ?

- facilite la perte de poids
- augmente le métabolisme
- réduit la fatigue
- reconstruit: organes, peau, tissus, etc.
- fortifie le système immunitaire
- construit les muscles
- prévient les maladies

ISOFLEX:

- haute qualité d'isolat de protéines
- qualité pharmaceutique
- faible en gras, glucides, goût extra
- ce mélange instantanément
- pas de ballonnements, sans aspartame
- vrai morceaux de chocolat et fruits

portion de 30gr =

protéine..... 27gr
gras..... 0.5gr
glucides..... 1gr



Équilibrez votre système immunitaire

Moducare®



Un système immunitaire faible peut nuire à la capacité de votre corps à se défendre contre les maladies et les toxines. Cependant, un système immunitaire trop actif peut également affecter votre capacité de maintenir une bonne santé.

Il existe maintenant des nutriments végétaux qui, selon une association et une quantité appropriées, maintiennent l'équilibre du système immunitaire. En adoptant un style de vie sain et en favorisant l'équilibre de votre système immunitaire, vous et votre famille pourrez profiter d'une santé resplendissante.

Les stérols et stérolines végétaux sont reconnus parmi les plus importants nutriments pour le système immunitaire. Moducare® a fait l'objet de nombreux tests et essais cliniques, y compris des études à double insu contrôlées contre placebo.

Moducare® est le seul produit avec la formule brevetée de stérols et stérolines dans une proportion de 100:1.

Earth Shake, la santé sans compromis!

Enfin un breuvage de soya pour toute la famille! Les enfants adorent son look vraiment cool et son goût délicieux. Les adultes craquent pour ses qualités nutritives et son goût qui plaît même à ceux qui n'aiment habituellement pas les breuvages de soya. Fait d'ingrédients naturels, excellente source d'oméga 3, de calcium et de vitamine D, Earth Shake répond aux plus hautes exigences de parents et des nutritionnistes. Avec Earth Shake, plus besoin de faire de compromis sur le goût pour boire santé! Disponible en trois délicieuses saveurs: original, vanille et chocolat en format boîte à lunch 250ml, 946 ml et 1.89l réfrigéré.

Portez un toast à votre santé avec Earth Shake!

