

L'aloès, un concentré de nutriments



L'Aloe Vera est une plante appartenant à la famille des liliacées, famille commune à l'ail, la tulipe, l'asperge...

Elle se présente sous la forme d'une plante arborescente d'environ 80 cm de haut. La coupe transversale d'une feuille permet de distinguer au centre une pulpe épaisse qui n'est autre que le précieux gel tant recherché pour ses salutaires vertus.

La gelée d'Aloès contient plus de 200 éléments dont 80 nutriments : vitamines A, B1, B2, B3, B6, B9, B12, minéraux (calcium, chlore, cuivre, chrome, fer, zinc, lithium, magnésium, manganèse, phosphore), acides aminés (7 des 8 essentiels, 11 des 14 secondaires), enzymes (amylase, catalase, cellulase, lipase, oxydase, et phosphatase), mono et poly saccharides (cellulose, glucose, mannose).

La réputation acquise par l'aloès sur les cinq continents, ne semble pas usurpée.

- Il est aujourd'hui prouvé que le gel guérit beaucoup de petits maux quotidiens de la vie domestique tels que les piqûres d'insectes, brûlures, coupures, mais aussi, eczéma et psoriasis.
- Depuis longtemps, certains athlètes en usent pour prévenir et soigner les entorses, les foulures, les tendinites et autres accidents.
- Sous forme de jus, il nous offre un étonnant complément alimentaire tonique et vivifiant.

Régulateur du transit intestinal - facilite la digestion - active l'irrigation sanguine
active la circulation lymphatique - active les fonctions rénales, hépatiques et biliaires
atténue les douleurs arthritiques et rhumatismales.

- Comme traitement de fond de l'hépatite, de l'asthme et des maladies de peau, certains disent qu'il n'y a rien de tel.
- Certains sportifs l'absorbent comme stimulant naturel, sans risquer les foudres du contrôle antidopage.
- Les femmes en font des masques de beauté, des crèmes de jeunesse, des shampooings ou des lotions capillaires.

LE NONI

Noni est le nom commun donné au fruit de l'arbre Morinda Citrifolia. À cause de sa grande valeur médicinale et nutritive, il est considéré comme la reine des plantes parmi les quelques 80 autres espèces de Rubiaceae. Cette plante pousse en Polynésie depuis plus de 2000 ans. Elle y est utilisée comme plante médicinale populaire.

Le noni reçoit de plus en plus d'attention de la part des herboristes, des médecins et des biochimistes de haute technologie. Des études scientifiques menées au cours des dernières décennies viennent corroborer les affirmations des Polynésiens. Ces études ont révélé que le jus du fruit noni contient plusieurs attributs curatifs tels que: **des composés antibactériens, analgésiques, anti-congestifs, hypotensifs et inhibiteurs de cancer.**

Cette plante sauvage s'acclimatant en région subtropicale, est appelée arbre « anti-mal » de tête, et plante anti-douleur. Dans d'autres cultures, elle fut utilisée pour de nombreuses affections comme le cancer, diabète, arthrite, problèmes de peau, d'os, d'articulations et ce pendant des siècles.



Il revitalise et renforce le système immunitaire. Diminue l'arthrite et le diabète.

Le Dr Ralph Heinicke (biochimiste spécialiste de la cellule, chercheur employé par la compagnie Dole et anciennement de l'Université d'Hawaii), a isolé à l'intérieur du jus de noni une proenzyme qui stimule le corps à produire une substance qu'il a nommé xéronine, un élément vital qui permet aux protéines et aux cellules de bien remplir leurs différentes fonctions : donner et maintenir la structure propre de chaque cellule, permettre l'assimilation des nutriments et l'élimination des déchets au niveau cellulaire, agir comme hormone pour coordonner les différentes activités du corps au niveau moléculaire, favoriser l'action des protéines dans la production d'anticorps et renforcer ainsi le système immunitaire.

A Hawaï, le morinda citrifolia est employé dans des préparations à base de plantes et administré lors de *cancer, problèmes respiratoires et autres.*

Aux Philippines, dans le cas de *dépurations de l'intestin*, le morinda est conseillé contre les parasites.

En Malaisie, il fut utilisé lors de *toux, problèmes menstruels, affections de la vessie et diabète*

Aux Caraïbes, il fut donné lors de *foulures, blessures, fièvre* et autres maux.

Le chlorure de Magnésium

Le chlorure de magnésium n'est pas un produit récent, ses différentes qualités curative ont été mises en évidence par le professeur Delbet Pierre (1861-1957) lauréat à plusieurs reprises de la faculté et de l'académie de médecine. Mobilisé durant la 1ère guerre mondiale comme chirurgien, il se posa différentes questions sur l'efficacité des antiseptiques et de leurs effets secondaires, il en vient alors à penser qu'il valait mieux stimuler et renforcer le système immunitaire des malades.

Il commença alors différentes recherches sur le sujet et sur le fonctionnement de notre système immunitaire. Ces travaux l'amènèrent à découvrir et à tester sous différentes formes le chlorure de magnésium, notamment à l'hôpital Necker à Paris.

Il testa aussi celui-ci sur les animaux et constata les mêmes résultats, il fit même l'expérience sur lui même qui souffrait de lésions cutanées précancéreux, et là encore il obtient un résultat positif.

Le chlorure de magnésium aurait donc une action préventive contre certaines infections y compris le cancer mais il est aussi efficace en application externe pour nettoyer ou traiter une plaie ou une maladie de la peau comme l'eczéma.

L'action du chlorure de magnésium serait de nourrir les cellules de l'organisme afin de stimuler la résistance du corps contre les maladies. Il est un traitement efficace et indiscutable contre la polio s'il est utilisé dès les premiers signes de la maladie mais il est aussi efficace pour : un abcès, de l'acné, une amygdalite, une angine, l'arthrose, l'asthénie, l'asthme, la bronchite, en prévention du cancer, les caries, la coqueluche, les crampes, les dermatoses, la diarrhée, la diphtérie, l'eczéma, la fièvre, les oreillons, la gale, les gingivites, la grippe, l'hypertension, l'impétigo, les otites, les panaris, la polio, les rhino, les rhumes, la rougeole, la scarlatine, la tuberculose, l'urticaire, etc...

Pour vous même, vos enfants, vos animaux, ayez toujours sous la main un sachet de chlorure de magnésium il peut vous être très utile. Attention toutefois le chlorure de magnésium n'est pas un remède miracle et cela n'empêche pas de consulter son médecin traitant et surtout ne pas arrêter un traitement médical.

Conseils d'utilisation du chlorure de magnésium : 20 gr pour 1 litre d'eau, boire 50 ml par jour.

Pour atténuer le mauvais goût, la dose peut être prise dans un verre d'eau sucré, jus de fruit. En cas de problèmes intestinaux espacer les doses.



LA PROPOLIS

Un important travail de recherche sur la propolis a été fait dans les années 70 par l'apiculteur Lund Aagaard. Après s'être guéri d'une angine avec cette substance, il se lança dans une étude empirique. Suite à 16 000 expériences effectuées à travers la Scandinavie, il constata les effets bénéfiques de la propolis dans le traitement des infections de la bouche, de la gorge, du nez, des sinus et autres malaises affectant la tête après contamination par des virus ou des bactéries.

Ajoutée à la nourriture, la propolis se révéla également efficace contre les infections des reins, de la vessie, de la prostate... Cette glue résineuse, qui tapisse les ruches, empêche le développement des micro-organismes et protège l'abeille contre l'infection. Elle n'est pas un simple agent antiseptique, elle est riche en vitamines, nommées **flavonoïdes** qui sont des rééquilibrants de l'organisme à des niveaux différents.

Agent bactéricide et immunostimulant par la production d'anticorps, elle s'avère aussi agent anti-douleur, calmant nerveux, anti-neurasthénique, bio stimulant en matière de circulation sanguine.

Son activité régulatrice sur le système de défense du corps provient de son action sur le thymus, glande minuscule mais capitale dans le contrôle du rythme vital.

C'est une substance gommeuse et résineuse que l'abeille butine sur les bourgeons et l'écorce de certaines plantes, tout en l'imprégnant des sécrétions de ses propres glandes.

Elle protège l'essaim d'abeilles des virus et bactéries qui pourraient décimer la ruche. Elle est connue et utilisée depuis plus de 5000 ans. La propolis augmente l'efficacité de certains antibiotiques utilisés en allopathie.

Ses propriétés actuellement connues : antibactérienne, antivirale, antifongique, antigermanique, anti-inflammatoire, anesthésique, régénératrice des tissus immunologique, désodorisante, anti-oxydante.

Ce sont les **flavonoïdes** contenus dans la propolis qui lui confèrent une action puissante dans de nombreuses sphères de la thérapeutique médicale.

Sphère d'activités de la propolis et utilisations....

Oto-rhino-laryngologie (ORL) et appareil respiratoire, ophtalmologie, stomatologie, allergie humorale, circulation sanguine, appareil digestif, appareil génito-urinaire, dermatologie, cosmétiques, os et articulations, système endocrinien.

- la puissance de la propolis est confortée par l'emploi de 3 autres produits de la ruche: le **pollen** des fleurs, la **gelée royale** et le **miel**.

- l'emploi de la propolis peut être conjugué avec un traitement allopathique ou homéopathique. Bien qu'elle ne comporte aucune incompatibilité, nous conseillons néanmoins de prendre l'avis d'un praticien, et tout particulièrement pour ceux qui souffrent d'allergies.

LE MATE

On appelle communément THE des Jésuites (ce sont les Jésuites qui s'intéressèrent au MATE et lui donnèrent son nom scientifique) la YERBA en espagnol. Le MATE est un arbre de 10 mètres de haut environ dont on prélève les feuilles avec lesquelles les Brésiliens font la boisson qu'ils nomment le MATE.

Le Docteur VALNET (phytothérapie, ed Maloine) le présente comme un stimulant du système nerveux sans qu'il ai les inconvénients du thé ou du café. Il signale sa richesse en chlorophylle (62 g par Kg) comme triple du thé. La chlorophylle est bénéfique pour le sang apportant du fer qui lui-même permet la fixation et le transport de l'oxygène dans l'organisme.

On trouve dans le MATE du calcium, du magnésium, du manganèse et à doses plus ou moins importantes d'autres minéraux soit +/- de 50g de minéraux pour 1000g de MATE. Il est riche également en vitamines C, A, B1 et B2 etc. ...

Le MATE N'EST PAS UN MEDICAMENT bien qu'il soit utilisé dans un but nutritionnel et diététique. Il convient à tous et a été reconnu pour être une boisson de haute valeur par un grand nombre de personnalités médicales et scientifiques. Le MATE VERT permet de garder la forme, la beauté du corps et de l'esprit.

En fait le MATE favorise la diurèse, la digestion, permet de lutter contre la fatigue etc. C'est un très PUISSANT DESINTOXIQUANT, particulièrement utile chez les enfants et les vieillards, pour maintenir l'anaclyoridrie gastrique nécessaire à leur âge. (*Profs. LESNE et COFFIN, société de biologie 1927*)

Le MATE facilite la digestion, réduit l'aérophagie, supprime les ballonnements de l'estomac et de l'intestin en régularisant le PH des liquides digestifs et muqueuses viscérales. Il a une action diurétique associant le pouvoir anti-infectieux particulièrement remarquable vis à vis des colibacillooses rénales et vésicales, ainsi que d'autres microbes du genre coccie : streptocoques, staphylocoques, etc.

Le MATE agit sur cette activité du tissu rénal et augmente son activité glandulaire.

(Profs. R. FABRE et ROUGIER, Physiologie médicale).

Le MATE est recommandé contre les rhumatismes et l'arthrite, ainsi que la goutte. Contre les maladies du Foie et de la vésicule biliaire, le MATE est précieux. Pour les cardiaques, variqueux, hypertendus et pour la circulation du sang en général. Le MATE agit d'abord comme tonocardiaque éprouvé par l'action spécifique de l'alkaloïde du MATE : la Matéine.

La Matéine [C8 H11 N2 O4] sans avoir les inconvénients des autres boissons puriques, puisque caféinées (café, thé, etc.) est nettement différent de la caféine.

Aucun des sujets soumis à des expérimentations n'a durant la cure matéique présenté de symptôme cardiaque-cardiorénal, ni d'insomnie. C'est en raison de toutes ces indications que le MATE doit être prescrit à un grand nombre de personnes, d'autant plus qu'il n'existe pas de contre-indication

(Docteur de Golfiem).

LAPACHO

Les Incas utilisent, depuis des générations, l'aubier d'un arbre appelé chez eux "l'arbre de vie" à cause de ses propriétés très précieuses.

Depuis que cet arbre est connu dans le monde occidental, les polémiques n'ont cessé autour de ses bienfaits. Cependant, depuis ces dernières années, les hommes de science font des recherches sérieuses pour obtenir des preuves et des analyses irréfutables. Qu'il s'agisse, aux yeux de quelques-uns placebo ou pas le Pau d'Arc - Lapacho a des effets certains. Patients et docteurs témoignent des résultats remarquables obtenus :

Revue SPOTLIGHT (janvier 1980)

Alec de Montmorency écrit que le journal brésilien "O Cruzeiro" a fait paraître, le 18. 3. 67 et le 27. 3. 67, deux longs articles sur l'hôpital saint André qui utilise le Pau d'Arco pour soigner certaines maladies. Le premier article insiste sur le fait que de nombreuses maladies telles que la leucémie, le diabète et certains cancers sont en cours de rémission grâce au Pau d'Arco - Lapacho. Celui-ci est obtenu en prélevant de fines lamelles de bois (l'aubier de l'arbre) entre l'écorce et l'âme du bois.

Les habitants de Sao paulo (ville de 250 000 habitants) sont ainsi traités gratuitement dans l'hôpital local, ce qui a permis expérimentations et tests dont le journal "O Cruzeiro" fait état, malgré les réticences des autorités médicales et pharmaceutiques.

Cette écorce est un tonique puissant, régénérateur de sang, ce qui renforce les défenses naturelles, revitalise l'organisme en formant de nouvelles cellules. Il est sédatif, diurétique, légèrement hypotensif ; il est analgésique et les germes nocifs ne résistent pas aux antibiotiques naturels de cet arbre. Ces propriétés justifient les raisons pour lesquelles on le conseille dans les cas de leucémie, anémie, gastrite, ulcères, diabète et rhumatismes. Elle dit aussi que les cas les plus désespérés ont vu des résultats fulgurants par la simple épuration de la composition du sang et la modification profonde du métabolisme du corps.

Le Pau d'Arco contient un pourcentage élevé de fer assimilable. Il aide à l'ingestion d'autres substances médicamenteuses et à l'élimination des déchets et toxines.

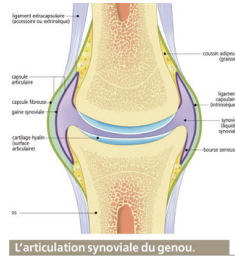
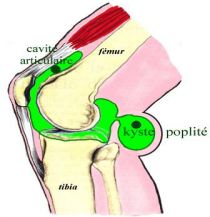
Le Professeur Walter Accorsi, spécialiste de recherches expérimentales, a découvert dans le Pau d'Arco deux facteurs primordiaux :

1. Il multiplie la quantité de globules rouges, facilitant la lutte contre la maladie.
2. Il fait disparaître les douleurs causées par la maladie.

Le professeur Accorsi a été stupéfait en constatant que l'écorce, non seulement combattait la maladie mais qu'elle rectifiait certaines carences ou douleurs chez le malade notamment dans le cas de diabète, d'ulcères, de douleurs rhumatismales et d'arthrite. C'est le Dr Accorsi qui a complété la liste des différentes maladies ci-après :

Anémie, artériosclérose, asthme, bronchite, cystite, diabète, eczéma, gastrite, maladie de Parkinson, les polypes (intestins et vésicule), prostate, psoriasis, pyorrhée, rhumatismes, maladies de peau, ulcères gastrique et duodénal, ulcères variqueux.

LES GÉLATINES NATURELLES



On n'attribue aux gélatines naturelles les effets additionnels suivants :

- Contribution à la régénération des disques intervertébraux.
- Apport supplémentaire de protéines à l'alimentation normale en cas de mise à contribution corporelles chez les personnes âgées et chez les sportifs.
- Complément nutritionnel en cas de carences en protéines.
- Apport de protéines lors de cures d'amaigrissement avec régime pauvres en calories.

L'effet dans le tube digestif réduit la sensation de faim.

- En outre, l'holoprotéine protège contre un excès d'acidité dans le tube digestif.

L'arthrose et l'holoprotéine

L'arthrose est une inflammation qui provoque la disparition progressive des cartilages. Elle occasionne des douleurs de plus en plus insupportables ainsi qu'une déformation des os. **La gélatine naturelle contient en forte concentration les reconstituants naturels** que votre organisme ne fournit plus en quantité suffisante, mais qui sont indispensables à la régénération des cartilages et des tissus conjonctifs.

Les gélatines naturelles apportent donc à votre corps les reconstituants nécessaires pour qu'il puisse régénérer les cartilages.



LE DESMODIUM

C'est une plante herbacée qui se dresse contre les troncs de certains arbres : palmiers, cacaoyers, etc...

On la récolte, après la floraison, en Afrique, plus précisément au sud du Sierra Léone et au nord du Libéria.

On utilise ses parties aériennes non fleuries, c'est-à-dire les tiges et les feuilles.

Le bétail, les chèvres particulièrement, la recherche en tant que fourrage. Plante ancestrale s'il en est, les fameux "tradi-praticiens" d'Afrique Noire l'utilisent depuis toujours avec succès pour combattre la redoutable "jaunisse".

Propriétés :

Grâce aux remarquables travaux d'une équipe de chercheurs en relation avec ces tradipraticiens et en étroite collaboration scientifique avec eux, nous avons maintenant à notre disposition une plante formidable pour lutter contre les agressions du foie (d'origine virale, toxique, alcoolique).

Parallèlement, il faut observer que dans ces affections hépatiques sévères, le DESMODIUM permet :

- la prévention de la cirrhose par l'atténuation des poussées inflammatoires .
- une normalisation des transaminases
- la reprise de l'appétit
- une disparition rapide de la fatigue .

Le DESMODIUM, sans aucune toxicité, n'agit pas par une action antivirale, mais par une régénération et une protection des cellules hépatiques.

Utilisation

3 à 6 gélules par jour avant chacun des trois repas, sans aucune incompatibilité avec un régime ou un autre traitement.

Les chandelles auriculaires

METHODE DOUCE ET NATURELLE POUR L'HYGIENE DES OREILLES

Transmise à travers les temps par les indiens Hopi, peuple d'une grande connaissance.

LES ESSENTIELS BIENFAITS :

- facile, indolore, permet l'extraction en douceur des bouchons de cérumen et améliore l'audition.
- stimulante du système lymphatique.
- efficace pour lutter contre les rhumes, sinusites, vertiges, otites, migraines.
- relaxante et énergisante en cas de stress, fatigue.
- décongestionnante, améliore la circulation sanguine au sein de l'oreille.



LE SILICIUM ORGANIQUE

Le silicium minéral est le principal constituant de l'écorce terrestre (27,80 % en poids) après l'oxygène (46,60 %). On le trouve sous forme amorphe ou cristalline dans de nombreuses roches telles que les granites, les sables, les argiles, etc.

Le silicium organique, constituant de tous les organo-siliciés (dans la famille desquels on trouve les silanols, silane-diols et silane-triols), se différencie du précédent par la présence d'un (ou de plusieurs) atome(s) de carbone associé(s) à de l'hydrogène. Sous cette forme, c'est un des éléments essentiels de la matière vivante. Dans le corps, on en trouve notamment une quantité importante dans les tissus, les cartilages, le thymus, les parois vasculaires, les surrénales, le foie, la rate, le pancréas, etc.

C'est un complément alimentaire parfaitement assimilable par l'organisme et immédiatement bio-disponible par les cellules. Dissolution parfaite, non colloïdale, sans présence de cristallisations. Le Silicium ne présente aucune contre-indication, ni accoutumance, ni aucun effet secondaire. « En raison de carences de cet élément chez de nombreuses personnes, l'apport en silicium est très important. (Seaborn Nielsen 1993-2004). »

Le Silicium est **précieux** et très utile pour les personnes âgées, les sportifs ainsi que toutes personnes convalescentes, en **état de faiblesse** et bien entendu pour le **bien-être général** de chacun.

À l'âge adulte notre réserve en silicium diminue régulièrement mais reste un élément indispensable pour le bon fonctionnement de l'organisme. Il fait partie du métabolisme du phosphore, du magnésium et du calcium. Il permet au calcium de se déposer sur les os. Il contribue à rendre une bonne élasticité à l'ensemble de nos tissus.

Il est également bénéfique pour le maintien de la flexibilité des **articulations**, la régénération du **cartilage**, l'élasticité de la peau et la préservation des cheveux et des ongles sains, contre la déminéralisation.

Il joue un rôle important dans la restructuration des fibres d'élastine et de collagène, dans les stades précoces de la minéralisation osseuse et dans le métabolisme général de l'organisme.

Le jus de Goji



100% pur jus de baies de Goji, fraîches et mûres

Le jus de Goji est **un jus pressé de baies de Goji fraîches et mûres** qui sont d'origine du plateau tibétain, où les buissons sont cultivés sans pesticides et en respectant l'environnement.

Les baies de Goji (*Lycium barbarum*) sont une riche source d'acides aminés, de vitamines et de minéraux. Ils contiennent en plus, **au moins 300 fois plus de vitamine C** que les oranges. Riche en polysaccharides

Les scientifiques ont constaté que le **Goji** pouvait être la source la plus riche de **polysaccharides** jamais trouvée pour renforcer notre système immunitaire. Il a été découvert de nombreuses raisons différentes d'utiliser ces baies dans notre alimentation quotidienne.

En voici quelques-unes :

- Contribuer à accroître votre énergie pour lutter contre la maladie, mieux dormir
- Contribuer à faire baisser le taux de cholestérol et l'hypertension
- Aider à équilibrer le taux de glycémie
- Renforcer la réponse de votre système immunitaire
- Favoriser la mémoire et atténuer l'anxiété
- Bon pour la santé

L'expérience montre que les nutriments dans les fruits améliorent la communication entre les cellules et qu'ils ont des propriétés anti-inflammatoires.

Demandez le jus de Goji 100% pur jus de Goji de qualité exceptionnelle !

100% pur jus de Goji de qualité exceptionnelle

Sans conservateur, sans sucre ajouté, sans additifs

Une source naturellement riche en antioxydants

Renforce notre système immunitaire

Le jus de grenade

Stabiliser les taux stables de P.S.A chez les hommes souffrant de cancer de la prostate

D'après une étude conduite par le Dr. Allan Pantuck (professeur en urologie), et ses collaborateurs de l'université de Californie, boire du jus de grenade une fois par jour augmente de quatre fois environ la période pendant laquelle les taux de P.S.A restent, chez les hommes traités pour cancer de la prostate, stables.

Selon le Dr Pantuck, cette boisson n'est pas un traitement, mais un moyen de modifier la croissance du cancer de la prostate. L'effet bénéfique du jus de grenade serait dû aux polyphénols et aux isoflavones que l'on retrouve aussi dans le thé vert et à l'acide ellagique qui pourrait être déterminant dans le décès des cellules cancéreuses. Selon le professeur A. Pantuck les bienfaits du jus de grenade serait plutôt dû à un effet global du jus de grenade que de l'effet d'un seul ingrédient

Selon le Dr Pantuck, boire du jus de grenade peut prévenir la nécessité d'une thérapie hormonale et donner ainsi une meilleure qualité de vie aux personnes souffrant de cette affection.

Les patients de cette étude n'ont eu aucun effet secondaire et aucun des participants n'a eu de métastases cancéreuses.

L'étude a été publiée le 1er juillet 2006 dans le journal médical *Clinical Cancer Research*. (centre de recherche sur le cancer)

Prévenir ou ralentir le développement du cancer de la prostate



Jus de baies d'Açaï

Un ANTI-OXYDANT EXCEPTIONNEL par sa PUISSANCE
INCOMPARABLE!



L'açaï est connu pour avoir de puissantes propriétés antioxydantes.

Des études montrent que les baies ont une teneur jusqu'à 30 fois supérieure au vin rouge en anthocyanines.

La couleur pourpre sombre du fruit est due à la présence de composés phénoliques.

Au cours d'un test in vitro, des phénols et les anthocyanines, très connus pour leur pouvoir antioxydant, ont été extraits du fruit.

Outre son puissant pouvoir antioxydant, l'açaï apporte également :

- des vitamines B1, B2 et B3, 9 (des huiles bénéfiques),

ainsi que des phytostérols et contient une quantité notable de manganèse, cuivre, brome, et chrome !

La baie d'Açaï est aussi une source excellente de fibres diététiques pour un système digestif sain !

Le mangoustan

On utilise le mangoustan pour..Plusieurs parties du mangoustanier font l'objet d'usages médicaux dans les pharmacopées asiatiques traditionnelles (Chine, Thaïlande, Inde, notamment), généralement en combinaison avec d'autres plantes. La peau du fruit, les feuilles de l'arbre et le cœur de son bois sont, par exemple, employés pour soulager les douleurs abdominales, traiter la diarrhée, les infections, l'inflammation, les allergies, la dépression et les troubles cutanés. Les herboristes de ces pays s'en servent aussi pour prévenir les troubles cardiovasculaires et le cancer.

Le **mangoustan** est un fruit arrondi, violacé, de la taille d'une balle de golf. Sa peau, aussi appelée péricarpe est épaisse et amère. Le fruit renferme une chair blanche divisée en cinq à six quartiers, au goût fin mêlant agréablement l'acide et le sucré.

Depuis quelques années, c'est surtout le **fruit**, le **mangoustan**, qui retient l'attention des Occidentaux pour sa teneur en antioxydants.

Le jus de mangoustan, tout comme celui du goji ou de l'açaï arrive de loin, avec une réputation de panacée. Mais les essais cliniques manquent à l'appel. Il est par conséquent impossible d'évaluer l'efficacité de ce fruit pour la prévention ou le traitement des maladies.



Le jus de myrtilles

Propriétés

Les tanins contenus dans les baies de myrtille ont une action :

- Antibactérienne des intestins (ce qui lui confère une action antidiarrhéique)
- Antidiarrhéique
- Antidouleur
- Anti-infectieux de l'appareil urinaire (colibacille)
- Contre les spasmes intestinaux
- Contre la colite
- Sur la perte de perméabilité des petits vaisseaux
- Baisse légèrement le taux de sucre dans le sang surtout pour un âge avancé

Les pigments contenus dans les baies et de myrtille favorise

La régénération du pourpre rétinien et donc la récupération après un surmenage visuel (ordinateur), contribuant à la sécurité pendant la conduite de nuit.

Indications

- Diarrhée
- Colite
- Amélioration de la vision de nuit
- Fragilité des capillaires (couperose)
- Cystite
- Inflammation des muqueuses (couche de cellules recouvrant l'intérieur des organes creux) de l'œil et de la bouche
- Diabète



Le jus de Canneberge



La contenance en antioxydant de la canneberge fait l'unanimité auprès de la communauté scientifique. La contenance de sa puissante action, antioxydante permet de la mettre première parmi devant plus de vingt fruits reconnus antioxydants, comme la pomme, la fraise, le pamplemousse, le raisin rouge et la pêche. De plus, elle est reconnue comme le fruit renfermant la quantité de composés phénoliques (dont font partie les flavonoïdes).

Infections du système urinaire. Des études cliniques ont estimé et évalué la canneberge sur la prévention des infections du système urinaire. Il en ressort que la consommation de canneberge, a été mise fortement en évidence contre les infections urinaires. De plus, que la consommation de canneberge pendant un an ralenti la conséquence d'infections du système urinaire.

Maladies cardiovasculaires. De façon générale, l'effet cardioprotecteur de la canneberge, sont les flavonoïdes qui amoindrie le risque d'athérosclérose (Épaississement de la paroi intérieure des artères.) Les recherches prouvent d'une manière évidente, que les flavonoïdes s'opposent à l'oxydation des LDL (mauvais cholestérol), et aussi améliorent la capacité à se dilater et à se contracter, des parois des vaisseaux sanguins. Un aspect crucial pour prévenir de la maladie coronarienne.

La canneberge, et les soins dentaires. Les études du Dr Grenier montrent la disposition des proanthocyanidines composants de la canneberge à empêcher les bactéries d'adhérer entre elles pour former un film protecteur. Ce film protecteur agit comme une couche protectrice sous laquelle foisonnent les organismes responsables de la carie, comme la gingivite.

Canneberges, calculs rénaux. Des recherches ont montrées l'efficacité de la canneberge, à lutter contre les calculs rénaux, un problème connu aussi sous le nom de pierres aux reins. L'effet de la canneberge a acidifié l'urine participe à l'élimination de certain type de calculs rénaux comme les apatites, brushites ou struvites.

LE SEL DE L'HIMALAYA

Le sel de l'Himalaya s'est formé il y a 250 millions d'années, lorsqu'une partie de l'océan primitif qui recouvrait la presque totalité de la planète, à été englouti lors de la formation du massif de l'himalaya. Cette mer s'est donc retrouvée entre 400 et 600 mètres sous la couche terrestre. L'eau s'est évaporée, le sel avec tous les minéraux et oligo-éléments originels s'est cristallisé sous la pression géologique. Ce sel ainsi formé contient tous les éléments qui constituent la planète mais aussi l'organisme humain. Ces éléments sont au nombre de 84, mais si l'on se réfère aux plus récentes analyses, on peut en dénombrer une centaine. On y trouve : du Potassium (K) 373 mg/kg, du Magnésium (Mg) 142 mg/kg, du Calcium (Ca) 1,70 g/kg, du Sodium (Na) 400 g/kg, du chlorure (Cl) 591 g/kg, du Fer (Fe) 44,8 mg/kg, mais aussi dans des proportions moindres, du cuivre, du manganèse, du zinc, de l'aluminium, du sélénium etc....Ajoutez à ces éléments une eau de sources et vous retrouvez une formule identique à l'originale, celle qui a fait apparaître la VIE.

Un sel complet, non pollué, non raffiné

Comme la farine complète et le sucre non raffiné, nous disposons aujourd'hui d'un sel non pollué et non raffiné contenant tous les éléments minéraux et oligo-éléments dont notre organisme à besoin pour trouver son équilibre. Tous ces éléments sont à l'état originel et naturel.

En cuisine

On utilise le sel finement moulu, le gros sel ou la saumure pour l'assaisonnement ou le salage de vos plats.

En saumure

La cure de saumure est un autre moyen de profiter des bienfaits du sel cristallisé par la prise orale d'une cuillère à café, une fois par jour, le matin avant le petit déjeuner. La saumure aura été préparée avec de gros morceaux et une bonne eau de source dans un bocal en verre. Il n'est pas sûr que cela puisse s'appliquer à tous. Les personnes souffrant d'hypertension artérielle, de troubles cardiaques ou rénaux ou de rétention d'eau devraient, avant d'entamer une telle cure, en parler à leur médecin. Pour éviter tout risque de surdosage, nous conseillons la prise de quelques gouttes dans un grand verre d'eau une fois par jour, le matin à jeun.

En sel de bain

Les bains de sel sont indiqués dans le cas de peau sèche, un tel bain permet de désintoxiquer l'organisme, l'action de désintoxication est proportionnelle à la concentration de sel dans l'eau.

En soins bucco-dentaires

Brossez-vous les dents plusieurs fois par jour avec de la saumure, massez-vous les gencives, faites aussi des gargarismes avec de la saumure. Vous pouvez également utiliser un dentifrice neutre sur lequel vous aurez déposé une pincée de sel fin.

