



*Zen Point Équilibre*

*Ni plus Ni moins*



PRÉPAREZ VOTRE ORGANISME À CHAQUE CHANGEMENT DE SAISON



COMMANDEZ  
EN LIGNE



## GOJI VIVANT

Extrait de Pépins de Pamplemousse

Jus d'Aloe Vera

Magnésium Marin

Aubier de Tilleul

Vitamines D3

Collagène Marin

...



[www.zenpointequilibre.com](http://www.zenpointequilibre.com)

## Avertissement

*"Mère Nature met à notre disposition tant de belles plantes, que j'ai choisi de partager avec vous mes connaissances acquises, tout au long de mes voyages au travers de notre belle Planète."*

*Cette année encore, je vous remercie pour votre confiance et vous propose les nouveautés que j'ai sélectionnées pour votre bien être.*

*Ce fascicule n'a pas pour but de remplacer une prescription médicale. De façon générale, ne prenez jamais de compléments alimentaires sans en avoir parlé avec votre médecin. Ce n'est qu'après avoir obtenu de votre praticien une information claire sur les plantes à consommer, que vous pouvez vous tourner vers celles-ci.*

*Nos compléments alimentaires ne doivent pas se substituer à une alimentation diversifiée, équilibrée et à un mode de vie sain.*

*En effet, il est indispensable de respecter les règles d'une alimentation variée, modérée, et de pratiquer une activité physique régulière bien sûr.*

*Ne dépassez pas la dose journalière conseillée sur toutes nos boîtes.*

*Nous déclinons toute responsabilité en cas d'emploi abusif ou incorrect de nos produits.*

**GAMME BIEN ÊTRE PAGES 3 À 16**

**GAMME PERTE DE POIDS PAGES 17 À 21**

**GAMME GLYCÉMIE PAGE 22**

**GAMME MÉMOIRE PAGE 23**

**GAMME NUIT PAGES 24 À 26**

**GAMME ARTICULATION PAGES 27 À 28**

**GAMME PEAU PAGES 29 À 30**

## BAIES DE GOJI VIVANTES, TENDRES ET MOELLEUSES

Goji d'altitude des Hauts Plateaux Tibétains, Variété Lycium Barbarum. L  
Provenance : Région de Qinghai, sur les hauts plateaux Tibétains.

### "LE FRUIT DE LA LONGÉVITÉ"

Connues depuis des millénaires en Asie, les baies de Goji font partie de l'alimentation quotidienne et sont également utilisées pour leurs vertus reconnues. Les habitants de l'Himalaya ont intégré depuis fort longtemps les baies de Goji à leur régime alimentaire. Les baies de Goji, qui poussent naturellement dans des conditions climatiques extrêmes, sont le fruit d'un arbuste ayant dû faire preuve de qualités adaptogènes hors du commun. La baie de Goji possède des qualités nutritionnelles remarquables de par sa composition en actifs anti-oxydants (notamment caroténoïdes et polysaccharides spécifiques), vitamines, minéraux et oligo-éléments.

Conditionnement : Sachets de 500g ou 1kg



Grâce à son action stimulante et énergisante, il intensifie la production de collagène, booste la régénération cellulaire et aide l'épiderme à éliminer ses toxines.

Le Goji est intimement impliqué dans le bon fonctionnement du cerveau. Il favoriserait l'équilibre nerveux, améliore le sommeil, stimule l'activité intellectuelle. La Baie de Goji vivante est intelligente, elle va trouver le problème où il se trouve.

Le Goji vivant est un véritable anti rouille, antioxydant, tonique, énergisant, protecteur du cœur, des artères, du système circulatoire, du foie. Il est également un excellent régulateur du métabolisme du glucose et du cholestérol.



## AIL NOIR

L'ail noir est appelé "alicament", c'est un aliment-médicament, qui contient tellement de bons principes actifs et molécules que sa consommation nous apporte de multiples bienfaits. L'ail est l'un des rois de cette catégorie. Il affiche des propriétés antioxydantes hors pair. Aucun additif, aucun agent de conservation. Si l'ail noir a de vraies vertus bien être, c'est qu'il contient déjà naturellement une montagne de principes actifs, un système de défense robuste pour se protéger lui-même contre les insectes et les champignons. Plus de 100 composés différents ont été identifiés, dont certains proviennent de la dégradation rapide de l'alicine, sa molécule maîtresse. Antioxydant majeur, l'ail noir contribue à lutter contre le vieillissement des tissus. Il participe au bien-être du cœur et du corps, favorisant la vitalité et le tonus.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 250mg / Tête en boîte (35mg)



## AUBIER DE TILLEUL BIO (DÉTOX)

L'aubier est la partie du tilleul qui se situe sous l'écorce, là où circule la sève. Ses propriétés drainantes dues à sa grande richesse en flavonoïdes ont été découvertes au début du vingtième siècle dans le Roussillon. Depuis, l'aubier de tilleul est très apprécié pour sa contribution aux fonctions d'élimination de l'eau, des toxines et des déchets qui encombreront l'organisme.

L'aubier est récolté au printemps au moment de la montée de la sève. Il est reconnu pour ses remarquables propriétés dépuratives, notamment au niveau du foie et de la vésicule biliaire. L'aubier favorise également la digestion en luttant notamment contre les ballonnements.

Idéal pour préparer l'organisme à chaque changement de saison.

Nous vous recommandons de l'utiliser en cure d'un mois dans le cadre d'une alimentation équilibrée.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 220mg / Sachet Copeaux 500g



## ALOE VERA BIO (JUS OU GEL EXTERNE)

L'Aloe vera est une plante précieuse pour votre bien-être. Contrairement aux idées reçues, ce n'est pas un cactus ! L'Aloe vera appartient à la famille des Liliacées, comme l'ail, l'oignon ou le lys. Originaire d'Afrique du Nord, des Canaries et du Cap-Vert, il est d'ailleurs aussi appelé Lys du Désert. C'est une vivace connue depuis l'Antiquité pour ses qualités (Dermatologique, Nutritionnelle, Hydratante, Adoucissante, Digestive). Ainsi l'Aloe vera est utilisée à la fois en cosmétique et en agroalimentaire. Notre Gel, pour un usage externe, vous ravira par ses qualités dermatologique, hydratante et adoucissante, sur toutes les petites imperfections de la peau.

Nous vous proposons également un Pur Jus Bio pour le confort digestif et intestinal. Grâce à son apport en enzymes et mucilages (fibres solubles), qui améliorent la digestion des aliments et régulent le transit intestinal. L'absence d'aloïne permet d'éviter tout inconfort et toute action laxative directe.

**L'Aloe Vera est aussi un cicatrisant interne et externe extraordinaire.**

**CONDITIONNEMENT** Bouteille 500ml / Gel 200ml (Usage externe)



## ARMOISE

En phytothérapie comme dans la médecine alternative, l'armoise tient une place importante. Mais il faut dire que les avantages apportés par la plante sont connus depuis bien longtemps. Elle était autrefois utilisée dans la médecine traditionnelle des Aztèques. A cette époque, elle était aussi un des ingrédients de nombreux rituels indiens. Tandis qu'en Occident, ses nombreux bienfaits étaient largement employés.

L'armoise est une plante tonique, stimulante, antispasmodique. On l'utilise depuis des milliers d'années pour accompagner le fonctionnement harmonieux de l'organisme. Elle est plus connue pour faciliter l'apparition des règles et en soulager les douleurs.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 250mg



## CANNEBERGE (CRANBERRIES)

Comme tous les antioxydants, ceux de la cranberry protègent nos cellules de l'attaque des radicaux libres. Ils aident ainsi à ralentir le vieillissement ou à prévenir certaines pathologies (maladies rhumatismales et cardio-vasculaires, diabète, cancers). Cependant, ces anti-oxydants ont un «truc en plus»: ils protègent les muqueuses en empêchant les bactéries pathogènes d'y adhérer.

Des études ont ainsi démontré que les cranberries limitent l'apparition de la plaque dentaire, et donc les risques de parodontose (maladie des gencives). Elles renforcent la muqueuse gastrique en la rendant moins sujette aux ulcères d'origine bactérienne et autres lésions pouvant générer des cancers. Enfin, elles assainissent le tractus urinaire et la vessie, prévenant ainsi des cystites, même celles qui résistent aux antibiotiques.

**CONDITIONNEMENT** Boîte de 90 gélules à 392 mg / Sachet de 500g



## CANNELLE

La cannelle présente de nombreuses vertus, connues et utilisées depuis longtemps par la médecine traditionnelle. Elle permet de soigner ou de soulager les personnes souffrant de troubles intestinaux ou d'asthénie. Originnaire du Sri Lanka, la cannelle est davantage connue sous le nom de «cannelle de Ceylan». Utilisée depuis plus de 5000 ans, c'est la médecine ayurvédique (Inde), puis la médecine chinoise qui l'ont utilisée en premier, en association avec le curcuma, le gingembre, la muscade, le clou de girofle ou la cardamome. Au fil du temps, il a été constaté que la cannelle avait des «pouvoirs», comme ceux de lutter contre les infections hivernales (rhumes ou gripes). Si cette plante possède de grandes vertus culinaires, elle peut être aussi utilisée à des fins autostimulantes et digestives.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 350mg



## CHARBON VÉGÉTAL

La Meilleure protection naturelle :

La majorité des agressions que subit notre organisme passe par le système digestif, face à ces attaques brutales ou sournoises, le Charbon Végétal Activé est le meilleur protecteur naturel contre toutes les agressions et intoxications, qu'elles soient médicamenteuses, alimentaires ou industrielles.

C'est le traitement d'activation qui va développer une plus ou moins grande surface d'absorption :

un piège pour chaque agresseur !

Il est capable de fixer, de capter, de séquestrer, de pomper, de piéger en absorbant les substances étrangères ou toxiques.

Ces substances qui empoisonnent notre corps et surchargent nos reins et notre foie, puis le blessent, sont absorbées par le Charbon végétal activé et rejetées hors du corps.

**CONDITIONNEMENT** Pot de 200g



## CHLORELLA BIO

La chlorelle est une micro-algue d'eau douce riche en protéines (1,5 g / 10 comprimés), dont l'apparition remonte à l'origine des végétaux. Elle est découverte au 19ème siècle par un microbiologiste qui remarque son exceptionnelle teneur en chlorophylle. Depuis, la chlorelle à fait l'objet d'un grand nombre d'études. Ses qualités nutritionnelles sont désormais reconnues à travers le monde.

C'est une Source alimentaire riche, exceptionnelle et complète :

- teneur très élevée en chlorophylle
- riche en acides aminés essentiels
- riche en enzymes, protéines, minéraux et vitamines

Détoxifiant puissant, naturel, la chlorelle a un effet alcalinisant. Elle renforce le système immunitaire.

**CONDITIONNEMENT** 100 comprimés à 500mg

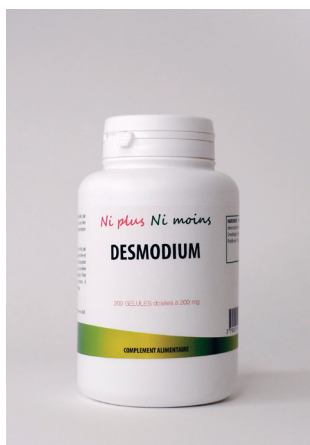


## CURCUMA À 95% DE CURCUMINOÏDES +PIPERINE 3%

Le curcuma est une plante utilisée dans l'alimentation asiatique sous la forme d'un condiment qui donne beaucoup de goût aux mets. Fortement utilisée en Inde aussi bien en épice que pour ses qualités variées, il est considéré comme une véritable panacée. L'origine de son utilisation massive remonte d'ailleurs à l'antiquité où l'on connaissait déjà ses bienfaits. D'où son intégration fréquente dans les compléments alimentaires pour ses effets réputés et constatés par des milliers de personnes dans le monde.

Le Curcuma contient un très grand nombre de composants, comme des curcuminoïdes, des quinoides, des sesquiterpènes, des stéroïdes, des monoterpènes, des phénylpropanoïdes, des lignanes, des benzénoides, de l'huile essentielle, des carbohydrates, des alcaloïdes, une véritable mine de molécules diverses.

**CONDITIONNEMENT** Boite de 90 gélules



## DESMODIUM

Le Desmodium est une plante consommée depuis très longtemps pour ses qualités nutritives, ce qui en fait un excellent complément alimentaire pour atténuer un grand nombre de petits maux du quotidien. Ainsi grâce à ses sanoposides triterpénoides, à ses flavonoïdes et ses alcaloïdes, cette plante est très fréquemment utilisée en tant que plante de l'herboristerie.

Elle est en effet en mesure d'agir sur un grand nombre de maux très différents, au sein de différents endroits du corps. Le Desmodium est reconnu pour son apport en acides aminés, en acides gras et en alcaloïdes. Association idéale avec l'artichaut.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 200mg



## ÉCHINACÉA

Lorsqu'elle est prise sous forme de cure, l'échinacée se complait à elle-même. Toutefois, il est possible d'en allier les bienfaits avec ceux d'autres plantes. Ainsi, vous pouvez combiner les vertus de l'échinacée pourpre avec celles de la gelée royale, de la spiruline ou encore du gingembre.

Les possibles propriétés immunostimulantes des échinacées ont fait l'objet de très nombreuses études in vitro (dans le tube à essai). Elles ont montré que l'acide cichorique, les échinacosides, les alkylamides et les polysaccharides qu'elles contiennent stimulent l'activité immunitaire de certains globules blancs (monocytes et granulocytes) chargés de détruire et de digérer les micro-organismes infectieux. Sur les plaies, les extraits d'échinacée semblent agir en inhibant la prolifération des bactéries et en favorisant la cicatrisation (stimulation de la synthèse de collagène).

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 210mg



## ENCENS EXTRAIT - BOSWELLIA

Boswellia serrata est un arbre qui pousse dans les montagnes indiennes, d'Afrique de Nord et du Moyen-Orient. C'est la résine de son tronc qui est utilisée ici et qui contient de nombreux composants bénéfiques pour la santé.

C'est une des plantes les plus connues en médecine ayurvédique pour calmer les douleurs. Elle est appelée "Gajabhakshya" et signifie que les éléphants, les vieux animaux et ceux qui ont beaucoup de force, consomment cette plante depuis plus de mille ans.

En effet, la Boswellia serrata contribue à une bonne santé articulaire et gastro-intestinale, elle agit sur l'inflammation générale de l'organisme.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 350mg



## EPILOBE

L'épilobe intègre la liste des plantes les plus utilisées dans le monde pour leurs propriétés naturelles, ceci depuis plusieurs années. Les tanins présents dans les feuilles et les fleurs de l'épilobe confèrent par exemple à cette plante des vertus émollientes et astringentes. Idéale pour soulager les inflammations intestinales, cette plante resserre les tissus enflammés.

L'épilobe fait appel aux mucilages pour nourrir les éventuels tissus asséchés. L'effet inhibiteur des prostaglandines qu'il contient permet par ailleurs à cette plante de soulager les troubles de la prostate et d'éliminer les agents pathogènes susceptibles d'infecter cette zone. Diurétique par nature, l'épilobe aide à soigner et à apaiser les inflammations touchant l'appareil urinaire.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 200mg



## FLUIDITÉ BIO

Découvrez la puissance de notre complexe Fluidité Bio, élaboré à partir de 3 plantes biologiques : La Bardane, l'Hamamelis et la Vigne Rouge pour améliorer la circulation. Ce complexe vous permettra de retrouver des jambes légères et une action antioxydante qui protège la jeunesse des vaisseaux.

La synergie de la Bardane, de l'Hamamelis et de la Vigne Rouge va permettre de potentialiser l'action de chacune et d'augmenter ainsi l'action spécifique de ce complexe.

Les comprimés de plantes Bio sous forme de complexe, présentent de gros avantages : ils sont concentrés à 400mg de plantes Bio par comprimé.

**CONDITIONNEMENT** 200 comprimés à 400mg



## GINGEMBRE BIO & GINGEMBRE EN CUBES

Originaire d'Asie, le gingembre est une plante largement plébiscitée pour ses racines. Ces dernières sont particulièrement utiles en cas de fatigue, grâce à leurs vertus tonifiantes et énergisantes exceptionnelles. En effet, le gingembre favorise la résistance de l'organisme face à la fatigue.

Il est également réputé pour agir sur les sensations d'inconfort lié à l'utilisation des transports, tels que les vomissements. Il sera alors votre allié lors de vos voyages prolongés en voiture ou avion.

Ainsi, en cure d'1 mois, ce complément alimentaire à base de gingembre permettra de renforcer l'organisme des personnes sujettes à des baisses d'énergie passagères et/ou au mal des transports.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 250mg / Paquets de 500 g en cubes



## GRIFFE DU CHAT

Originnaire du Pérou, la griffe de chat est une plante grimpante. Elle doit son nom aux épines recourbées en forme de griffes qu'elle possède. Véritable concentré d'actifs, la griffe de chat permet de renforcer les défenses naturelles, favorisant ainsi le bon fonctionnement du système immunitaire. De plus, la présence de cuivre contribue au maintien du métabolisme énergétique, nécessaire au bien-être général.

Ainsi, en cure d'1 mois renouvelable, la Griffe du chat sera d'une aide précieuse pour renforcer vos défenses immunitaires

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 220mg



## HARPAGOPHYTUM BIO

L'harpagophytum est utilisée depuis des siècles pour calmer diverses douleurs et maux. Dans la médecine traditionnelle des populations sud-africaines, la griffe du diable est utilisée en décoction comme un tonique amer et pour améliorer la souplesse des articulations, des mouvements et des déplacements. Les personnes habituées à l'effort physique soutenu et les sportifs confirmés accordent eux aussi à l'harpagophytum un intérêt tout particulier en raison des capacités récupératrices et la souplesse qu'elle procure. Le principe actif Harpagoside est principalement présent dans les racines.

**CONDITIONNEMENT** 200 comprimés à 400mg



## HUILE DE FOIE DE MORUE

L'Huile de foie de morue est un fortifiant naturel utilisé traditionnellement depuis des générations pour soutenir la croissance et les forces vitales en période froide et humide où en manque de luminosité. L'Huile de foie de morue est un complément alimentaire conditionné sous forme de capsules, sans goût.

Sa consommation, tant conseillée par nos grands-mères, fournit de précieux nutriments à l'organisme notamment en hiver. L'huile de foie de morue est riche en vitamine D en vitamine A et renferme des acides gras essentiels riches en Oméga-3. Elle est également riche en EPA DHA, des acides gras essentiels difficilement fabriqués par le corps.

**CONDITIONNEMENT** 200 capsules à 500 mg



## HUILE DE PÉPINS DE COURGE

La Courge fait partie de la famille des cucurbitacées. La graine de courge contient de puissants principes actifs, et son huile contient des stérols. L'huile de Pépins de Courge fournit en grande quantité l'une des deux bonnes graisses que nous ne savons pas fabriquer : l'acide linoléique.

Elle contient également de la cucurbitine, des oligo-éléments, des vitamines et des phytostérols.

L'huile de pépin de courge est reconnue pour son action sur le confort urinaire, et ses propriétés décongestionnantes amélioreraient l'évacuation urinaire chez l'homme notamment à partir de 50 ans

**CONDITIONNEMENT** Boite de 200 capsules d'huile dosées à 420mg



## KUDZU

Kudzu, de son nom latin *Pueraria lobata* signifie "toujours en état de jeunesse" (puer = enfant). Originaire de Chine et du Japon où sa racine est utilisée en cuisine comme fécule (le kudzu possède deux fois le pouvoir épaississant de l'arrow-root), il entre donc dans de nombreuses préparations culinaires.

Le Kudzu est présent en médecine traditionnelle chinoise depuis 200 ans avant J.-C. En chinois, kudzu se traduit par "dissipateur d'ivresse". Les racines du kudzu sont riches en substances actives : des isoflavones de la famille des flavonoïdes (la daidzéine, la génistéine, mais surtout, le kudzu constitue la seule source de puérarine). Attention : la prise d'isoflavones doit impérativement être accompagnée d'un suivi médical.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 250mg



## LEVURE DE BIÈRE BIO

La réputation de la levure de bière n'est plus à faire. Biologiquement, la levure de bière est une concentration de champignons microscopiques de l'espèce des *Saccharomyces cerevisiae* ou *Candida utilis*.

Ces micro-organismes n'ont aucun effet néfaste. Leur taille se situe entre 6 à 10 microns. Leur métabolisme leur permet de digérer et de transformer certains glucides (glucose, amidon) en de nombreuses molécules (protides, vitamines, etc.).

Dans son processus de fabrication, la levure de bière a été chauffée afin d'éliminer les champignons. Il ne reste alors que les vitamines et les minéraux que cette levure contient.

**CONDITIONNEMENT** 200 comprimés à 400 mg



## EXTRAIT DE LEVURE DE RIZ ROUGE BIO

La levure de riz rouge est le produit d'un champignon microscopique cultivé sur le riz. Ce micro-organisme, "*Monascus purpureus*", produit un pigment rouge caractéristique qui a donné son nom à la levure. Bien entendu, la levure de riz rouge a des propriétés très intéressantes sur le plan nutritionnel.

En Asie, la levure de riz rouge est un produit alimentaire utilisé comme colorant ou rehausseur de goût depuis l'an 800 avant notre ère.

En tant que complément alimentaire, parmi ses composants, la levure de riz rouge contient des statines, des monacolines, comme la monacoline K par exemple, qui a une action probante sur l'organisme.

**CONDITIONNEMENT** 60 comprimés (600mg à 1,6%)



## LITHOTHAMNE

Le lithothamne : algue naturelle aux propriétés alcalinisantes et reminéralisantes : Le lithothamne est une algue qui se développe sur les fonds sableux de certaines baies à une profondeur de trente mètres environ.

Sa croissance lente couplée à sa remarquable porosité lui permettent d'absorber tous les nutriments de la mer, notamment le calcium et le magnésium marin.

Le lithothamne a une action reminéralisante puissante grâce à sa teneur en calcium et magnésium. Cela permet un entretien des os et dents.

De plus, cela lui confère de grandes propriétés alcalinisantes ce qui permet de tamponner l'acidité de l'organisme et préserver les articulations, tendons, os, ligaments et muscles. Le lithothamne étant riche en minéraux est aussi basique, ce qui aide à tamponner l'acidité dans l'estomac.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 440mg / Poudre 250 g



## MACA BIO

La Maca, aussi appelée "*lepidium meyenii*" ou "Ginseng Péruvien" est une plante sud-américaine qui pousse dans les Andes péruviennes. Elle est cultivée comme aliment et comme plante de l'herboristerie depuis le Néolithique entre 3500 à 4200 mètres d'altitude. La Maca est une plante adaptogène.

Ce tubercule est l'une des rares plantes à pouvoir survivre dans les conditions climatiques extrêmes qui sévissent sur les hauts plateaux Andins : soleil et températures élevées le jour, gel intense la nuit, vents violents qui dessèchent la plupart des végétaux et causent une érosion des sols, créant de ce fait des conditions semi-désertiques.

**CONDITIONNEMENT** 340 comprimés à 500 mg / Poudre 500 g



## MYRTILLE BAIE BIO

Les myrtilles, également appelées bleuets, sont de petites baies de couleur bleu-violacé, issues d'une plante vivace. Ce fruit est reconnu depuis des siècles pour son utilisation en phytothérapie.

Riche en polyphénols, la myrtille possède des vertus exceptionnelles permettant de soutenir le confort visuel. Cette baie contribue à améliorer l'acuité visuelle nocturne, autrement dit elle aide à un ajustement de la vision plus rapide en cas d'obscurité.

Ainsi, en cure d'1 mois renouvelable, notre complément alimentaire Myrtille vous permettra de soutenir votre bien-être oculaire dans le cadre d'une alimentation équilibrée.

**CONDITIONNEMENT** 100 gélules à 250 mg



## NIGELLE & GRAINES DE NIGELLE

L'huile de nigelle, riche en vitamines et en minéraux, stimule les défenses naturelles de l'organisme et renforce dans le même temps le tonus et la vitalité.

Les graines de cette fleur annuelle sont noires et sont utilisées pour créer une huile riche en nutriments essentiels, par pression à froid. En Asie et au Moyen-Orient, la nigelle est utilisée comme le poivre noir en Europe.

La composition du nigelle lui confère des vertus tonifiantes importantes permettant de stimuler les défenses naturelles.

Elle est particulièrement utilisée au printemps pour se prémunir des agressions printanières.

**CONDITIONNEMENT** 200 capsules à 500 mg / Pot de 275 g graines



## OLIVIER FEUILLE BIO

L'Olivier est aussi appelé "Olea europea".

C'est grâce à sa feuille que l'olivier peut survivre en milieu aride. Quand il pleut, les cellules foliaires s'allongent pour emmagasiner l'eau. Et, en cas de sécheresse, les feuilles se rétractent et bloquent l'activité de photosynthèse au détriment des fruits.

L'olivier est traditionnellement connu pour aider la circulation du sang et la tension vasculaire. L'olivier comporte d'excellentes propriétés pour réguler la tension grâce aux oleuropéosides.

Les feuilles d'Olivier contribuent à l'équilibre physiologique des sucres.

C'est un Antioxydant naturel.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 200 mg



## OMEGA 3

Un acide gras essentiel à notre bien-être, à notre joie de vivre !

Les oméga-3 font partie intégrante de ces aliments santé que l'on nous conseille de consommer au quotidien. Il s'agit en effet, d'acides gras essentiels dont les vertus sont nombreuses, et que nous nous devons d'apporter d'une part, par notre alimentation, et éventuellement pour des effets supplémentaires, par le biais de compléments alimentaires, pris dans le cadre d'un régime quotidien équilibré, bien entendu. Les oméga-3 sont de deux natures distinctes, il s'agit généralement d'EPA et de DHA, deux éléments complémentaires. Les deux oméga-3 les plus importants : EPA & DHA. L'EPA a une action positive sur l'amélioration de l'humeur et de la joie de vivre. Le DHA contribue au fonctionnement normal du cerveau pour une consommation journalière de 250mg. Les oméga-3 (EPA et DHA) sont des acides gras polyinsaturés dits essentiels car ils sont indispensables au bon fonctionnement de l'organisme qui ne peut les fabriquer lui-même. Ils doivent donc être apportés par l'alimentation. Les oméga 3 sont donc très utiles en cas de période de stress ou de petites baisses de moral.

**CONDITIONNEMENT** 100 capsules à 505 mg



## ONAGRE BOURRACHE

Ce complément alimentaire nourrit en profondeur la peau.

L'association de deux huiles précieuses permet le maintien d'une hydratation cutanée, permettant ainsi de limiter l'apparition des premières rides. L'Onagre est une plante bisannuelle, dont l'huile est obtenue à partir des graines préalablement séchées. Cette huile de couleur jaune, extraite par simple pression à froid, est naturellement riche en acide linoléique et gamma-linolénique. Ces deux acides gras sont particulièrement recommandés pour faire face aux désagréments féminins.

L'Onagre est un véritable concentré d'acides gras essentiels et de vitamines spécifiques des besoins féminins. L'Onagre vous aidera donc à atténuer les troubles pré-menstruels tels que les bouffées de chaleur, l'irritabilité ou encore les règles douloureuses.

**CONDITIONNEMENT** 100 capsules à 503 mg



## ONGLES ET CHEVEUX

Ongles et Cheveux contient des extraits de plantes riches en acides aminés (blé, sésame) et minéraux (ortie, prêle) ainsi que des vitamines du groupe B et des oligo-éléments, notamment du zinc et du sélénium, contribuant au maintien de cheveux et d'ongles sains.

Le collagène quant à lui est une protéine. Les protéines favorisent le développement et le maintien de la masse musculaire et améliorent la santé des os.

De plus, comme il est hydrolysé, c'est-à-dire décomposé en plus petites particules, il peut être traité plus facilement par le corps.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 400 mg



## ORTIE FEUILLE BIO

L'ortie est pourvue de nombreux effets positifs sur notre organisme, ce qui explique pourquoi on la consomme fréquemment par le biais de compléments comme celui-ci. Il n'est pas rare également de croiser la grande ortie dans nos aliments, car on l'utilise notamment pour ses fibres.

Bien qu'urticante quand on l'applique contre la peau, elle est pourvue de qualités nutritives qui sont plus qu'intéressantes. Ainsi, elle n'a pas à souffrir de sa réputation, puisqu'elle nous apporte bien plus qu'elle ne nous cause, en définitive.

**CONDITIONNEMENT** 200 comprimés à 210 mg / Poudre 500g



## PÉPINS DE PAMPLEMOUSSE

L'extrait de pépins de pamplemousse peut aider à renforcer vos défenses naturelles, particulièrement aux changements de saisons (printemps et automne), et vous permettre de passer un hiver serein. L'intérêt du Pépin de Pamplemousse réside dans le fait que son effet est totalement neutre pour la flore intestinale. Il n'entraîne donc aucun trouble digestif, même s'il est pris sur une longue période. L'extrait de Pépins de Pamplemousse est riche en bioflavonoïdes. Ces polyphénols, agissent en synergie dans un large spectre d'action. Réputés pour leurs propriétés antiseptiques, ils participent à la défense de l'organisme. Les bioflavonoïdes sont d'une importance capitale pour l'organisme et leur consommation aide à conserver une forme optimale. De plus, ils aident à absorber la vitamine C et à potentialiser son action.

Nous vous proposons une version BIO en gouttes, sans alcool et sans conservateur (à conserver au réfrigérateur après ouverture) ainsi qu'une version en gélules enrichies en vitamine C (pratique à emporter partout avec soi).

**CONDITIONNEMENT** Boite de 90 gélules / 100ml dosés à 800mg

**Ni plus Ni moins**

## KLAMATH

90 gélules à 350 mg

**Bio**

COMPLÉMENT ALIMENTAIRE

## KLAMATH BIO

L'aliment le plus complet par sa composition. L'algue bleu vert du Lac Klamath, ou Algue Super Blue Green, est un fortifiant nerveux et musculaire : ses bienfaits peuvent être expliqués par la richesse de ses nutriments. C'est une source importante de chlorophylle, d'antioxydants, de vitamines et de minéraux. Elle est connue pour son action tonifiante du système nerveux.

Deux de ses acides aminés font sa particularité : la glutamine et l'asparagine. Elle est cultivée à l'air libre dans les eaux fraîches du lac d'altitude Klamath, loin de toute pollution dans un environnement préservé. Elle renforce le moral et le tonus musculaire. Par sa richesse exceptionnelle en protéines, elle contribue à augmenter et à maintenir la masse musculaire. Par les vitamines B1 qu'elle contient, elle favorise les fonctions psychologiques et nerveuses. C'est un superaliment pour compléter l'alimentation, notamment chez les végétariens.

**CONDITIONNEMENT** 90 gélules à 350 mg



## SAUGE BIO

La sauge possède des vertus exceptionnelles permettant d'accompagner les femmes en période de ménopause.

Les feuilles de sauge permettent d'améliorer le confort et le bien-être de la femme. En effet, les bénéfices de cette plante sont nombreux.

Elle contribue à maintenir la reminéralisation osseuse souvent diminuée chez les femmes au fur et à mesure du temps. La sauge vous permettra également d'agir sur les sueurs nocturnes, fréquentes à l'approche de la cinquantaine.

Ainsi, en cure d'1 mois renouvelable, notre complément alimentaire Sauge sera un allié utile durant cette période.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 250 mg



## SPIRULINE BIO

La spiruline, faible en calories, contient une mine de nutriments dans un très petit volume.

Elle contient des protéines d'excellente qualité, des bêta-carotène, du fer, des acide gamma-linolénique, un acide gras insaturé de la famille des oméga-6.

De plus, la spiruline est riche en phycocyanine, le seul pigment bleu naturel pouvant servir de colorant alimentaire et auquel on attribue une activité antioxydante.

**CONDITIONNEMENT** 300 comprimés à 500 mg / Poudre 100 g ou 500 g



## SELENIUM + VITAMINES A-E-C

Le sélénium est un oligoélément ayant des propriétés antioxydantes. Il joue donc un rôle majeur dans l'organisme aux côtés des autres substances antioxydantes que sont les flavonoïdes, présentes notamment dans le vin rouge et le thé vert.

L'autre caractéristique de cet oligoélément particulier est qu'il doit impérativement être apporté par notre alimentation ou par un complément alimentaire.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 250 mg



## VISION

Vision est spécialement formulé à base d'extraits végétaux, vitamines et minéraux pour une action ciblée sur la sphère visuelle. La myrtille apporte notamment des antioxydants appelés anthocyanosides, aidant à maintenir des fonctions rétiniennes normales. La riboflavine (vitamine B2) et le zinc contribuent au maintien d'une vision normale ; les vitamines B2, B6 et C contribuent à réduire la fatigue tandis que la vitamine E, le sélénium et le zinc contribuent à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

Il est déconseillé de prendre ce complément alimentaire en dehors des repas. Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes, aux enfants et aux adolescents, sauf avis médical contraire.

**CONDITIONNEMENT** Boite de 60 gélules



## VITAMINE D3

Saviez-vous que 80% des Français ont un apport insuffisant en vitamine D ?

La Vitamine D3 est l'une des principales vitamines nécessaires à notre corps. Un apport journalier optimal maintient la santé du système immunitaire et est nécessaire pour la santé des muscles et des os. Le soleil est la principale source de vitamine D mais en raison de divers facteurs, 80% de la population mondiale manque de Vitamine D.

**CONDITIONNEMENT** Boite de 200 comprimés



## VITAMINE C LIPOSOMALE

La vitamine C (acide L-ascorbique) est un puissant nutriment hydrosoluble aux fonctions multiples ; elle fortifie l'organisme contre le stress oxydatif, régule l'immunité et sert de cofacteur dans la formation du tissu conjonctif, parmi de nombreux autres rôles.

La carence en vitamine C est la quatrième carence en nutriments la plus répandue. Dans les fruits et légumes, elle est rapidement dégradée lors de la récolte. D'autres pertes se produisent pendant le stockage et la cuisson, nous laissant avec des aliments considérablement épuisés de leur teneur originelle en vit. C. Même les meilleurs mangeurs peuvent ne pas consommer suffisamment de vitamine C pour soutenir une santé optimale. Le corps humain ne peut pas fabriquer de vit. C de manière endogène, ce qui nécessite son inclusion dans l'alimentation. L'absorption intestinale de la vitamine C par voie orale est limitée, tombant à moins de 50% à des doses supérieures à 1 gr. Un supplément de vitamine C complète à merveille une alimentation saine, aidant à profiter pleinement des bienfaits pour la santé de ce nutriment vital.

**CONDITIONNEMENT** 180 gélules à 200 mg



## BEURRE DE KARITÉ ALIMENTAIRE BIO

Le beurre de karité est un beurre végétal, conçu à partir d'une noix, le fruit de l'arbre de karité présent en Afrique de l'Ouest.

Il est riche en acides gras mono insaturés, autrement appelé acide oléique : c'est ce que l'on appelle «le bon gras»

Il existe du bon et du mauvais gras, et celui-ci offre un effet bénéfique sur le système cardio-vasculaire. Le beurre de karité est également enrichi en vitamine E et en polyphénols, des antioxydants (mais dans sa formule pure et non raffinée uniquement). Bien sûr, comme pour tout autre produit gras, la consommation alimentaire du beurre de karité doit être modérée.

**CONDITIONNEMENT** Pots de 150 g et 400 g



## HUILE DE COCO BIO

Si l'huile de coco est un ingrédient phare en cosmétique, c'est grâce à ses propriétés nourrissantes et réparatrices.

Très riche en acides gras essentiels, en acide laurique et en acide myristique, elle possède une action relipidante et est très facilement absorbée par la peau.

Hydratante, apaisante, antioxydante... l'huile de coco regorge de bienfaits. Elle s'utilise sans modération sur la peau, sur les cheveux, et peut se substituer à de nombreux produits de beauté.

Elle remplace en effet parfaitement le démaquillant, le dentifrice, le déodorant, les masques capillaires et la crème de jour. En application sur le visage, elle est réservée aux peaux sèches. Cependant, avec un indice de comédogénicité de 4 sur 5, elle est déconseillée aux peaux grasses et/ou à tendance acnéique.

**CONDITIONNEMENT** Pots de 500 ml

## JE PENSE À RESPIRER EN CONSCIENCE



Idéalement dans un lieu calme, à un moment disponible, où vous n'êtes pas dérangé par du bruit, la présence ou le passage d'autres personnes.

Allongé sur le dos, assis, debout les deux pieds plantés dans le sol. L'important est que le corps ne soit pas en tension.

Prenez conscience de votre respiration, de sa présence, de l'air en vous, du trajet emprunté dans votre nez, trachée, poumons. Puis, progressivement, expirez et inspirez plus longuement, sans forcer. Remplissez plus vos poumons, du ventre jusqu'aux clavicules, suspendre votre inspiration puis expulsez l'air jusqu'au bout, de manière naturelle et douce.

Placer la main gauche au niveau du sternum, et la main droite par-dessus aide à ressentir la respiration profonde et à se connecter à son intériorité. Vous pouvez en même temps visualiser que le qi, -ou énergie vitale-, circule en vous, de votre tête jusqu'au bout de vos mains, de chaque doigt, puis jusqu'à vos pieds, irriguant tout votre corps et organes. Vous pouvez associer une image de lumière très vive à ce qui circule en vous et s'intensifie au fur et à mesure.

Prenez le temps de ressentir ce qui se passe et ce que cette respiration a amené en vous pendant 3 à 4 mn idéalement 4 à 5 fois / jour.

# DÉCOUVREZ NOTRE GAMME MINCEUR

## COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES



### ANANAS TIGE

L'ananas est riche en sucres, en acides organiques et en vitamines, dont les caroténoïdes qui colorent sa pulpe.

Deuxième fruit exotique le plus consommé en France, l'ananas est utilisé depuis la nuit des temps par les populations d'Amérique latine pour ses vertus médicinales.

En effet, ils se servaient de la pulpe et des tiges de ce fruit pour calmer l'inflammation sur les blessures et les lésions cutanées, et buvaient également son jus dans le but de soulager les indigestions et les maux d'estomac. On sait à présent que c'est la bromélaïne qui donne à l'ananas ses multiples vertus.

L'ananas, qui au delà même d'être un fruit, est aussi une plante se trouve généralement dans les zones tropicales des Caraïbes, d'Amérique Centrale et d'Amérique du Sud, notamment au Brésil.

**CONDITIONNEMENT** 100 gélules à 280 mg



### CAFÉ MINCEUR

Pour une efficacité minceur optimisée. Ces délicieuses préparations pour boissons minceur sont spécialement formulées pour aider à brûler les graisses de réserve et les calories. Conjuguées à une alimentation adaptée, elles facilitent la perte de poids en préservant la vitalité et le tonus.

En effet, les différents extraits végétaux sélectionnés, additionnés de vitamine B3 et de chrome, apportent notamment de la caféine et des fibres, largement reconnues pour leurs effets sur la minceur. Le fructose, grâce à son pouvoir sucrant supérieur au saccharose, permet d'obtenir une même saveur sucrée pour un apport calorique inférieur.

**CONDITIONNEMENT** 160 gr soluble



## DRAINEUR BIO (ARTICHAUT, RADIS NOIR)

Vous retrouverez dans ces comprimés tous les bienfaits de l'association de l'artichaut et du radis noir. Le radis noir et l'artichaut soutiennent la fonction digestive.

Les principes actifs de ces deux plantes exercent une action synergétique pour un effet renforcé. La racine du radis noir a un goût piquant et s'utilise depuis l'antiquité pour stimuler la digestion.

L'artichaut, pour ses fibres et antioxydants, est traditionnellement utilisé pour ses fonctions dépuratives.

**CONDITIONNEMENT** 120 comprimés à 400 mg



## DRAINEUR CHROME

Sélection d'actifs naturels pour aider à : Brûler des calories, Déstocker les graisses, Limiter les grignotages.

Ce draineur favorise l'élimination des surcharges graisseuses localisées et des capitons grâce à un principe de micro-phytothérapie basée sur l'action combinée du thé vert et de 14 extraits végétaux pour un effet recherché brûle-graisse renforcé par l'action du chrome.

**CONDITIONNEMENT** Boite de 60 gélules



## GRAINES DE CHIA

Aucun aliment ne peut vous faire perdre du poids à lui seul. Une alimentation équilibrée basée sur des aliments bruts et nutritifs oblige votre organisme à puiser dans ses réserves de graisse pour l'utiliser comme source d'énergie.

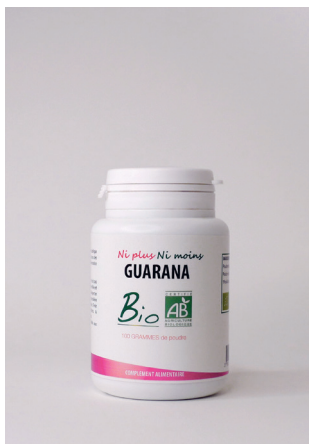
Cependant, la valeur nutritionnelle des graines de chia suggère qu'elles peuvent favoriser une perte de poids de plusieurs manières.

Les graines de chia contiennent des fibres solubles qui peuvent absorber plus de 10 fois leur poids en eau. Ces fibres forment une sorte de «gel» et ralentissent l'absorption des aliments.

Théoriquement, vous vous sentez plus rassasié et cela vous aide à consommer moins de calories, les fibres agissent comme coupe-faim naturel.

Les fibres sont également très importantes pour nourrir les bonnes bactéries de votre microbiote. Ce dernier est essentiel pour préserver votre santé et la recherche actuelle démontre un lien entre le microbiote et la prise de poids.

**CONDITIONNEMENT** Sachet de 500g



## GUARANA BIO

Le Guarana est une plante qui trouve ses origines au sein de forêt humide Amazonienne. C'est une plante qui est utilisée par les indiens depuis des milliers d'années, notamment parce qu'elle est reconnue pour ses vertus énergisantes.

Le Guarana est composé de très nombreux éléments, parmi lesquels : caféine, anéthol, glucose, guanine, nicotinique, amidon, saccharose, résines et tanins entre autres.

Il est également composé de nombreux autres nutriments naturels indispensables : protéines, vitamines, fer, magnésium, potassium... Sa spécificité vient notamment de sa teneur exceptionnelle en guaranine, qui est une substance naturelle équivalente à la caféine, et qui est plus puissante que le café noir en lui-même ; en fait, le Guarana serait entre 4 et 7 fois plus puissant que ce dernier.

**CONDITIONNEMENT** Boite de de 100g solubles



## GYMNEMA

Le Gymnema est une plante grimpante ligneuse originaire des forêts tropicales de l'Inde, aujourd'hui cultivée un peu partout sous les tropiques.

Depuis plus de 2 500 ans, la médecine ayurvédique utilise le gymnema, appelé shardunika, pour traiter ce que les médecins indiens nomment madhu meha, "urine de miel". En Inde, la plante est aussi nommée gurmara, littéralement "qui détruit le sucre".

En Australie, au Japon et au Vietnam, on emploie aussi le gymnema de façon traditionnelle.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 250 mg



## KONJAC

Le konjac est un moyen naturel efficace pour aider à la réduction des excès pondéraux. Cette plante est originaire d'Asie où elle est utilisée en cuisine comme légume. La racine de konjac est connue pour être très pauvre en calorie et permet de modérer son appétit.

Coupe-faim naturel car il contient du glucomannane. Cette substance assimilable à un gélifiant absorbe l'eau et remplit l'estomac, donnant une impression de satiété.

Au contact de l'eau, son volume est multiplié par 17, une très faible quantité suffit donc, pour obtenir ses bienfaits et procurer ainsi un effet de satiété. Le glucomannane consommé dans le cadre d'un régime hypocalorique contribue à la perte de poids.

**CONDITIONNEMENT** Boite de 200 gélules dosées à 652mg (à ingérer avant les repas) / 100gr soluble



## MORINGA BIO

Le moringa est considéré comme un super-aliment, notamment grâce à ses propriétés antioxydantes et nutritives.

Egalement appelé « Arbre de vie » le moringa a vu le jour dans la région de l'Himalaya, puis s'est développé dans des régions tropicales. Les feuilles de moringa sont utilisées depuis toujours comme fortifiant naturel grâce à leurs vertus nutritives.

Ainsi, le moringa est reconnu pour ses vertus exceptionnelles. En effet, cette plante est une source exceptionnelle de nutriments essentiels tels que des vitamines et des minéraux, indispensables à l'organisme. Le moringa couplé à la vitamine E permettra également de lutter contre le stress oxydatif, grâce à une action antioxydante.

Ainsi, en cure d'1 mois renouvelable, notre complément alimentaire Moringa permettra à votre organisme de faire le plein d'antioxydants et de nutriments !

**CONDITIONNEMENT** 250 gr poudre soluble / 200 gélules dosées à 400 mg



## NOPAL

Le Nopal est un emblème de la culture mexicaine et du pays. Des archéologues ont découvert dans la vallée de Tehuacán des graines de ce cactus, ce qui prouve qu'on le cultivait déjà à cet endroit, il y a 700 ans. En fait, les experts croient que sa culture a débuté, il y a environ 5000 ans. Vers 1587, les Aztèques, qui lui donnaient le nom de nopali, l'ont fait découvrir aux Espagnols.

Le nopal, ou figuier de Barbarie (*Opuntia ficusindica*), est un cactus qui pousse en Amérique centrale et dans le Bassin méditerranéen. Ses feuilles contiennent des fibres qui lui confèrent un fort pouvoir lipophile. Cette propriété permet de capter une partie des graisses et des sucres alimentaires ingérés dans l'organisme pour les évacuer naturellement en limitant leur absorption.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules dosées à 450mg



## PSYLLIUM BIO

Le Psyllium blond est l'ami de votre colon. Il s'agit d'une graine connue depuis des millénaires que l'on utilisait déjà à l'époque de l'Antiquité égyptienne. Le mucilage que contient l'enveloppe de la graine de psyllium a une caractéristique d'un grand intérêt : elle est très hydrophile.

Les substances mucilagineuses que contient le psyllium absorbent l'eau des aliments. Autrement dit, elle est capable d'absorber et de retenir de l'eau en grandes quantités.

**CONDITIONNEMENT** Sachet de 250 gr



## EXTRAIT DE THÉ VERT

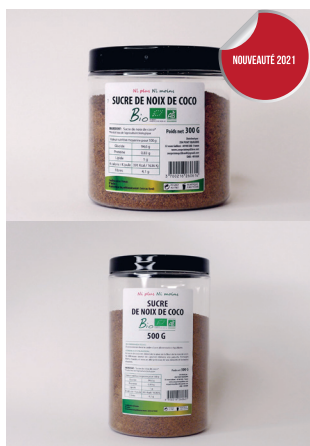
Le thé vert pourra aider votre organisme à brûler des calories et favoriser le processus d'élimination naturelle afin de vous accompagner dans votre régime amincissant.

Le thé vert est obtenu à partir des feuilles de théier, un arbre au feuillage important originaire du sud de la Chine. Riche en polyphénols, catéchines et caféines, le thé vert possède de nombreuses vertus permettant de soutenir l'amincissement en combattant les excès de poids.

Le thé vert est doté de propriétés exceptionnelles pour stimuler le métabolisme afin de faciliter la combustion des graisses. En inhibant la catéchol-O-méthyltransférase, une enzyme impliquée dans la thermogénèse (production de chaleur dans l'organisme), le thé vert assure sa fonction de brûleur de graisses.

Grâce à sa teneur en polyphénols, le thé vert de dieti-natura a un effet diurétique sur l'organisme permettant de favoriser l'élimination rénale de l'eau. Il s'avère également être un puissant anti-oxydant permettant de lutter contre l'effet néfaste des radicaux libres.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 250 mg



## SUCRE DE COCO BIO

Le sucre de coco a un index glycémique bas

L'index glycémique (IG) du sucre de coco est situé entre 25 et 30 alors qu'il se situe autour de 70 pour du sucre blanc classique.

Lors de l'ingestion d'un aliment à IG haut, la glycémie sanguine augmente rapidement et l'organisme va devoir sécréter une importante quantité d'insuline pour prendre en charge le glucose sanguin.

À long terme, l'ingestion d'aliments à Index glycémique haut est responsable de l'hyperinsulinisme, de l'épuisement du pancréas et de l'intolérance au glucose. Autrement dit, c'est le début des ennuis et du diabète de type 2. Sans compter que cet hyperinsulinisme est aussi un des responsables de la prise de poids et des maladies de civilisation. Parmi tous les bienfaits du sucre de fleur de coco, son index glycémique bas est particulièrement séduisant. À noter qu'il s'agit d'un sucre particulièrement intéressant pour les personnes diabétiques.

**CONDITIONNEMENT** Boîtes de 300 g ou 500 g



## VENTRE PLAT

Ventre Plat, issu de l'association originale de probiotiques et de prébiotiques, est un aide minceur de premier ordre.

À cela s'ajoute des extraits de chicorée et curcuma, reconnus pour faciliter la digestion.

Il permet en effet de réduire les ballonnements et de faciliter la digestion, ce qui aide à récupérer rapidement et efficacement un ventre plat. 3 gélules apportent 1,5 milliard de ferments lactiques.

**CONDITIONNEMENT** Boîte de 60 gélules

# DÉCOUVREZ NOTRE GAMME GLYCÉMIE

## COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES



### GLUCO-CORRECT

Connues depuis longtemps et utilisées par les médecines chinoises et ayurvédiques, de nombreuses plantes, font leur apparition dans la médecine occidentale, telle l'Epinevinette que l'on connaît sous le nom de berbérine. La berbérine aide à diminuer le vieillissement et le diabète puisqu'en améliorant la sensibilité à l'insuline et en facilitant le transport du glucose dans les cellules, elle permet à l'organisme de mieux utiliser à la fois le glucose et l'insuline et ainsi d'abaisser la glycémie.

Gluco-correct, est composé d'extraît d'Epine-vinette et apporte 1 g de berbérine par jour. Le chrome contribue au maintien normal de la concentration de glucose dans le sang, donc contribue au maintien d'une glycémie normale. Il contribue également au métabolisme normal des macronutriments.

**CONDITIONNEMENT** Boite de 90 comprimés



### KONJAC

Le konjac est un moyen naturel efficace pour aider à la réduction des excès pondéraux.

Cette plante est originaire d'Asie où elle est utilisée en cuisine comme légume. La racine de konjac est connue pour être très pauvre en calorie et permet de modérer son appétit.

Limiteur d'appétit naturel car il contient du glucomannane. Cette substance assimilable à un gélifiant absorbe l'eau et remplit l'estomac, donnant une impression de satiété.

**CONDITIONNEMENT** 200 gélules à 652 mg ou Pot de 100 g en poudre

# DÉCOUVREZ NOTRE GAMME MÉMOIRE

## COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES



### MÉMOIRE

La formule Mémoire vous propose une synergie d'extraits végétaux, vitamines et minéraux associés à de la caféine, augmentant la vigilance et l'attention.

Le magnésium et les vitamines B3 (niacine) et C contribuent à réduire la fatigue.

Le fer et le zinc jouent un rôle dans le processus de division cellulaire et contribuent à une bonne fonction cognitive (mémoire et attention).

**CONDITIONNEMENT** Boite de 60 gélules



### GINKGO BILOBA BIO

Pour la mémoire et la vivacité de l'esprit

Difficultés de concentration ? Baisse de vigilance ?

Le Ginkgo Biloba contribue à une bonne micro-circulation, préserve la mémoire, maintient un bon équilibre nerveux et mental. Ses feuilles sont riches en flavonoïdes. Véritable source d'antioxydants naturels, il permet de protéger l'organisme des radicaux libres, responsables des dommages oxydatifs sur les cellules. Ses feuilles sont également indiquées pour la vascularisation cérébrale, indispensable au bon fonctionnement de la mémoire.

**CONDITIONNEMENT** Boite de 200 comprimés dosés à 300 mg

# DÉCOUVREZ NOTRE GAMME SOMMEIL

## COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES



### GRIFFONIA 5-HTP

Le 5-htp (5-hydroxy-tryptophane) de ce complément alimentaire est 100% végétal, issu de la graine de Griffonia simplicifolia (plante africaine traditionnellement utilisée pour ses effets sur l'humeur et la qualité du sommeil).

Le 5-htp est le précurseur direct de la sérotonine, qui joue un rôle essentiel dans de nombreux processus émotionnels (humeur, stress) et physiologiques (appétit, sommeil).

**CONDITIONNEMENT** Boite de 90 gélules / 936 mg pour 2 gélules



### MAGNÉSIUM MARIN + VITAMINE B6

Vital pour l'organisme, le magnésium n'est pas synthétisé naturellement ce qui signifie que ses apports sont dépendants de l'alimentation quotidienne, notamment en noix, oléagineux, fruits secs, légumes verts, légumineuses, fruits de mer, céréales complètes et eau minérale. Or, selon l'INRA, la plupart des Français ont une carence en magnésium, ce qui s'explique par une alimentation moderne plus carencée, un stress quotidien ainsi que par une consommation excessive de café, sodas... En situation de stress, le magnésium est surconsommé, ses réserves s'amointrissent ainsi plus vite. Pour mieux gérer son stress, sans répercussions négatives sur les équilibres de l'organisme au sens large, il est donc bienvenu de renforcer ses apports en magnésium avec l'aide de complément alimentaire. Le magnésium contribue à l'équilibre électrolytique, à un métabolisme énergétique normal, à la synthèse des protéines, au fonctionnement normal du système nerveux, au maintien d'une ossature et une dentition normales, à une fonction musculaire normale, à un métabolisme énergétique normal, à une synthèse protéique normale, à des fonctions psychologiques normales, à réduire la fatigue...

**CONDITIONNEMENT** 200 comprimés à 550 mg



## MÉLATONINE

Difficultés de concentration, irritabilité, oublis répétés, les conséquences d'un manque de sommeil sont nombreuses. Une nuit blanche, un désordre affectif ou un décalage horaire et c'est tout le rythme du sommeil qui se dérègle.

La mélatonine, communément appelée (hormone du sommeil) est naturellement produite par le cerveau durant la nuit, elle joue un rôle primordial dans la synchronisation de l'horloge biologique à la tombée de la nuit (rythme circadien interne). Sa production diminue régulièrement à partir de l'adolescence jusqu'à l'âge de 70 ans où elle ne représente plus que 10 % de son niveau initial\*\*.

**CONDITIONNEMENT** 60 comprimés dosé à 1,8 mg



## MILLEPERTUIS BIO

Aujourd'hui, près de 2 français sur 3 se disent stressés en particulier au travail. Le stress est une réponse naturelle de notre organisme liée à un changement dans notre environnement. Il peut être à l'origine, dans certains cas, de désagréments collatéraux tels que des problèmes de sommeil, une baisse de moral ou encore un état de fatigue.

On l'utilise depuis de nombreuses années, en tant que complément alimentaire. Ce n'est pas dû au hasard car cette plante est pourvue de nombreuses qualités, et donc fréquemment employée.

Cependant, cette plante peut avoir des contre indications aussi il est important de demander l'avis de votre médecin avant d'envisager une cure de millepertuis.

**CONDITIONNEMENT** 200 comprimés à 400 mg



## PASSIFLORE BIO

La passiflore originaire d'Amérique du Sud est connue traditionnellement pour ses qualités apaisantes et calmantes. On utilise généralement les parties aériennes de la passiflore pour réaliser des compléments alimentaires (ou *passiflora incarnata*). Les alcanoides et les polyphénols qu'elle contient sont à l'origine de ses propriétés calmantes.

Elle facilite l'endormissement, ce qui favorise également un sommeil plus réparateur. Un esprit moins agité, plus détendu, s'endort plus facilement et profite donc d'un sommeil plus réparateur.

**CONDITIONNEMENT** 200 comprimés à 400 mg



## RHODIOLA

La Rhodiola (*Rhodiola rosea* L.) est une petite plante vivace qui trouve son origine dans les pays Nordiques. Capable de résister aux climats extrêmes, son usage est très ancien, notamment en Sibérie et en Scandinavie. Ce sont les médecins russes qui ont été les premiers à l'étudier, en l'incluant dans la préparation des cosmonautes et des athlètes olympiques. Depuis une cinquantaine d'années des chercheurs du monde entier se penchent sur ses étonnantes propriétés : elle a le pouvoir de s'adapter aux besoins spécifiques de l'organisme. C'est donc une plante dite « adaptogène » qui aide spécifiquement l'organisme à résister au stress et à la fatigue.

La rhodiola est aujourd'hui reconnue pour aider l'organisme à s'adapter au stress émotionnel, à l'effort physique, et pour être bénéfique en cas de fatigue induite par le stress.

**CONDITIONNEMENT** 100 comprimés à 250 mg

## 11 CONSEILS ESSENTIELS POUR BIEN DORMIR

1. Établir un horaire de vie régulier
2. Éteindre son portable la nuit
3. Pratiquer une activité physique quotidienne
4. Limiter les siestes et ne dépassez pas 20 minutes
5. Dormir dans l'obscurité totale
6. Garder le contact avec la lumière naturelle en journée
7. Bien composer son dîner, manger léger et au moins deux heures avant le coucher
8. Ne pas surchauffer la chambre pour permettre au corps de se réguler
9. Éviter les somnifères et anxyolitiques pour éviter la dépendance
10. Se détendre avant d'aller dormir en lisant, en méditant... Attention aux applications qui nécessitent de laisser son téléphone allumé
11. 20 à 25 respirations conscientes au moment du coucher : Inspirer profondément par le nez, suspendre sa respiration et souffler lentement par la bouche.

# DÉCOUVREZ NOTRE GAMME ARTICULATIONS COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES



## CHONDROÏTINE + GLUCOSAMINE

Articulations sensibles, manque de souplesse et raideurs font partie des préoccupations majeures de la population. Avec l'âge, le cartilage des articulations peut se fragiliser et entraîner une perte de souplesse.

Glucosamine - Chondroïtine est un complément alimentaire destiné à soutenir la mobilité en préservant la structure du cartilage. La glucosamine et la chondroïtine sont des micronutriments naturellement présents dans l'organisme et nécessaires à la structure du cartilage et des tissus conjonctifs.

Ils participent en effet à la préservation et à la régénération du tissu cartilagineux. Ils ralentissent également la dégénération du cartilage. Leur association permet de soutenir la mobilité et de maintenir la souplesse et l'élasticité des articulations. Par ailleurs, ce produit comporte d'excellentes propriétés liées à la bonne santé des os. En effet, l'apport en manganèse permet de contribuer au maintien de l'ossature.

**CONDITIONNEMENT** 60 gélules à 545,4 mg



## HYDROLYSAT DE COLLAGÈNE MARIN

Le collagène est naturellement produit par le corps humain. Cette protéine structurale fibreuse compose les fibres blanches de la peau, des cheveux mais aussi des cartilages, des muscles et des os.

Il participe à la fermeté et à l'élasticité de la peau, ainsi qu'à la mobilité et au confort articulaire. Notre mélange contribue à la formation normale de collagène pour assurer la fonction normale des cartilages et de la peau. Notre collagène marin vient de la peau de poissons blancs des mers, transformée et purifiée.

**CONDITIONNEMENT** Poudre 100 g / Poudre 250 g + Vit C  
220 gélules à 350 mg + Vit C à 40 mg



## HARPAGOPHYTUM GEL ARTICULAIRE

Gel de massage à base d'harpagophytum et d'huiles essentielles, favorisant la détente musculaire et articulaire. La présence de menthol procure un effet rafraichissant agréable.

Conseils d'utilisation : appliquer en massages circulaires sur la zone visée. (bras et/ou jambes) 3 fois par semaine. Précautions d'emploi : usage externe. Ne pas avaler. Ne pas appliquer sur des plaies ouvertes, la peau lésée, les muqueuses et le visage. Usage réservé à l'adulte.

**CONDITIONNEMENT** Flacon de 200 ml (usage externe)



## SILICIUM ORGANIQUE

Le silicium organique est la forme naturellement présente dans les principaux tissus de soutien du corps humain comme les muscles, les os, les articulations, les tendons ou les cartilages. Elle se trouve aussi dans la carapace de certains animaux. Le silicium organique est également présent dans les compléments alimentaires sous forme d'acide orthosilicique. Cette composition est très assimilée par l'organisme et dispose d'une bonne capacité d'absorption au niveau intestinal.

En plus d'avoir de nombreux bienfaits pour les os, le silicium organique favorise la santé de la peau, des cheveux et des ongles. Le silicium organique est fortement impliqué dans les premières étapes de la production de collagène et participe à la formation osseuse.

Enfin, le silicium organique peut jouer un rôle important dans le système immunitaire car il est nécessaire dans le procédé de fabrication d'anticorps.

**CONDITIONNEMENT** Flacon de 1 litre

## 8 CONSEILS POUR PRÉSERVER VOS ARTICULATIONS

1. Nettoyer votre corps (Cure d'Aubier de Tilleul conseillée)
2. Faire le plein d'aliments et d'épices riches en antioxydant
3. Complémenter l'alimentation par des apports en plantes et en produits de la mer peut vous aider
4. Maintenir un équilibre acido-basique en vous préservant du stress et en améliorant votre alimentation (consommer du Lithotamne)
5. Apaiser la douleur par des massages
6. Pratiquer une activité physique adaptée en demandant conseil à un spécialiste
7. Prévenir une augmentation de poids pour ne pas sursolliciter vos articulations
8. Eviter les produits laitiers

# DÉCOUVREZ NOTRE GAMME PEAU

## COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES



### ACIDE HYALURONIQUE

La peau, avec l'apparition des rides, le relâchement des tissus, est le témoin du vieillissement du corps le plus visible et celui qu'on n'accepte le moins. Pour vous aider à préserver la jeunesse et donc l'hydratation de votre peau, nous vous proposons d'essayer l'acide hyaluronique. Il est bénéfique pour l'hydratation, l'élasticité et la fermeté de la peau mais également pour la bonne tenue des tissus de collagène articulaire.

L'acide hyaluronique est une molécule que l'on trouve un peu partout dans notre organisme. Nos cellules en sont en effet pourvues, mais aussi différents tissus situés plus en profondeur, sans oublier le cartilage par exemple. C'est donc une substance qui se trouve naturellement dans notre corps. L'acide hyaluronique a différentes fonctions, et parmi celles-ci, il a pour but d'aider les cellules à migrer et à se reproduire au quotidien. Il retient l'eau et les nutriments dans le derme permet le maintien et l'enrobage du réseau de fibres de collagène et d'élastine indispensable au maintien et à l'élasticité des tissus.

**CONDITIONNEMENT** 60 comprimés à 559 mg



### BIOTINE

La Biotine ou vitamine B8 est essentielle au renouvellement des cellules de la peau, des ongles et des cheveux, trois rôles qui sont à l'origine de ses principales indications.

**Problèmes capillaires :** La biotine est souvent utilisée en traitement contre la chute de cheveux. Elle serait principalement efficace chez les personnes présentant une carence ou une déficience en B8. D'après une récente étude plus d'une femme sur 3 concernée par l'alopécie diffuse (perte de cheveux sur l'ensemble du crâne) serait carencée en B8.

**Améliore l'état de la peau :** Un manque de vitamine B8 peut être à l'origine d'une dermatose séborrhéique (dermatose inflammatoire se présentant sous forme de plaques rouges) ou d'acné.

**Fortifie les ongles :** Les ongles faisant partis des phanères au même titre que les cheveux, la biotine permet également d'en améliorer la santé et la qualité. Les ongles ont tendance à devenir plus épais et moins cassants sous l'effet de la biotine.

**CONDITIONNEMENT** Boite de 120 comprimés dosées à 10 000 µg



## CITRATE DE ZINC

Le zinc est bénéfique pour augmenter la résistance de l'organisme. C'est un élément indispensable et de teneur élevée dans l'organisme, il participe à la quasi-totalité des processus cellulaires.

Le zinc est un oligo-élément qui intervient dans de nombreuses réactions enzymatiques et joue un rôle important dans le métabolisme des protéines, des glucides et des lipides. Important dans les fonctions immunitaires, l'équilibre de la balance minérale, la croissance des ongles, cheveux, l'équilibre hormonal masculin...

C'est un anti-oxydant majeur et il interviendrait dans la prévention des effets toxiques dus aux radicaux libres.

Il est très efficace pour lutter contre les acnés, les infections de la peau et stimuler la cicatrisation, les défenses immunitaires.

**CONDITIONNEMENT** 60 comprimés 15 mg



## COLLAGÈNE MARIN + VITAMINE C

Le collagène est tout particulièrement important pour la peau, car il permet notamment de résister aux contraintes et agit dans le processus de cicatrisation. Sa quantité tend à diminuer avec l'âge, c'est pourquoi une supplémentation en collagène peut être importante. Collagène Marin est un produit capable d'assurer une fonction normale du collagène afin d'agir sur la peau.

En plus du collagène, il contient aussi de la vitamine E et de la vitamine C. Ces deux vitamines sont des micronutriments essentiels au bon fonctionnement de l'organisme. Grâce à elle, Collagène Marin protège les cellules contre le stress oxydatif. Avec l'âge, les cellules sont de plus en plus touchées par les radicaux libres et l'oxydation. Apporter une source d'antioxydants permet ainsi de lutter contre ces effets et d'assurer une fonction anti-âge.

**CONDITIONNEMENT** Poudre 100 g / Poudre 250 g + Vit C  
220 gélules à 350 mg + Vit C à 40 mg



## HUILE DE COCO BIO

L'huile de coco présente de nombreux bienfaits. Tout d'abord, elle contient beaucoup d'acide laurique, un acide gras saturé ayant une forte affinité pour la peau et les cheveux. C'est d'ailleurs le principale acide gras saturé du lait maternel, qui constitue une protection vis à vis de certains virus. Transformé en monolaurine, il présente également des propriétés antimicrobiennes.

L'acide laurique appartient à une famille d'acides gras intéressants, dont l'huile de coco regorge : les acides gras à chaîne moyenne (65%), ou triglycérides à chaîne moyenne (TCM). Les TCM sont métabolisés dans le foie pour produire de l'énergie, ou sont transformés en cétones qui peuvent avoir un effet thérapeutique : anticonvulsivants chez les épileptiques, amélioration des symptômes du diabète de type 2 et des maladies cardiovasculaires. Les TCM augmentent la capacité de l'organisme à utiliser les gras (15 à 30 grammes de TCM par jour augmentent la consommation d'énergie de 5%, soit 120 calories par jour). Cette augmentation de la dépense énergétique est toutefois temporaire : après environ deux semaines, le corps s'adapte et utilise les TCM au même titre que les autres types de gras.

L'huile de coco contient de la vitamine A et E qui sont de puissants antioxydants.

**CONDITIONNEMENT** Pot de 500 ml



*Zen Point Équilibre*

*Ni Plus, Ni Moins*



## **NOS MAGASINS**

**34 Cours Gallieni 40100 Dax**

*Ouvert du Lundi au Vendredi 10h-12h / 14h-18h*

*Consultation Eric (MAGNÉTISEUR, REBOUTEUX, COUPEUR DE FEU & ÉNERGÉTICIEN)*

*Les Mardi et Jeudi de 16h à 18h (Sur RDV)*

**29 Rue Rene Vielle, 40320 Eugenie-les-Bains**

*Sur le marché le matin - 14h - 16h au magasin (Sur RDV)*

## **NOUS SOMMES À VOTRE ÉCOUTE**

*zenpointequilibre40@gmail.com*

*Commercial : 06 59 21 05 19*

*Bureau : 06 22 48 41 24*



**COMMANDEZ VOS PRODUITS EN LIGNE**

**WWW.ZENPOINTEQUILIBRE.COM**

THÉRAPEUTES / REVENDEURS VOTRE CODE ICI :