



CONSO / DOSSIER

## FORME

### Des huiles essentielles en microdoses

BioFloral innove cette année avec des perles d'huiles essentielles à laisser fondre sous la langue pour soulager les maux du quotidien. Parce qu'il est indispensable de savoir bien doser son utilisation d'huiles essentielles, riches en principes actifs, chaque petite bille contient 1/6<sup>e</sup> de goutte pile. Les Complexes répondent à des besoins spécifiques : le manque de soleil ou de vitalité, les problèmes de digestion, de maux de tête ou d'allergie. La gamme Mono propose une déclinaison de huit huiles essentielles, dont l'arbre à thé, le ravintsara et la lavande officinale. Les petites perles peuvent aussi être diluées dans un peu d'eau chaude pour une infusion santé au goût original. ●

Perles d'huiles essentielles, Biofloral, flacons de 240, gamme Mono 7,20 €, gamme Complexe 9,20 €, en vente en magasins bio et sur [www.biofloral.fr](http://www.biofloral.fr).



### Le totum de la ruche

L'utilisation des produits de la ruche est fondamentale pour passer un hiver en bonne santé. Mais lequel choisir ? Miel de manuka antibactérien, propolis désinfectante ou gelée royale stimulante ? Pour nous éviter ce choix cornélien, les laboratoires Super Diet proposent cet hiver un complément alimentaire qui allie, sous forme d'ampoules, ces trois substances magiques élaborées par les abeilles. À prendre en cure, dans un verre de jus ou d'eau pour ceux qui aiment le goût assez fort de la propolis. ●



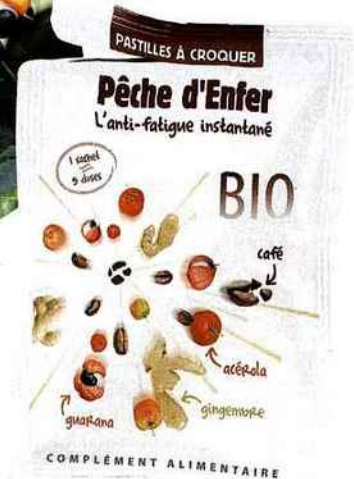
Ruche Premium bio, Laboratoires Superdiet, boîte de 10 ampoules, 21,10 €, liste des points de vente sur [www.superdiet.fr](http://www.superdiet.fr).



### Graines d'énergie

Le tout jeune laboratoire AB Activ' innove en proposant un complément alimentaire anti coup de barre dont l'efficacité rivalise avec celle du fameux Red Bull, la nocivité et beaucoup de sucre en moins (ce qu'il y a de pire dans les boissons énergisantes). Tous les ingrédients vitalité de la nature se sont alliés dans cette petite pastille pour le moins surprenante : guarana, gingembre, acérola et café. À sucer en cas de petite fatigue ou de gros coup de pompe. Réveil immédiat garanti ! Petit hic : l'efficacité à un goût, il faut l'avouer, un peu amer en raison de la présence de café. Ce n'est pas pour rien qu'il est inscrit sur le paquet : « Ce n'est pas un délice, mais ça réveille. » Vous êtes prévenu. ●

Pêche d'Enfer, d'AB Activ' Laboratoire, le sachet de 5 doses, 3,80 €, en vente sur [www.activ-complementsbio.fr](http://www.activ-complementsbio.fr) et en magasins spécialisés.



### En forme après 50 ans Le trophée d'argent Forme et Équilibre

En plus des versions enfants, femmes enceintes et allaitantes, et jeunes actifs, Quintesens s'adresse aux 50 ans et plus. Formulée à base d'huile de tournesol, d'olive, de lin, de poisson sauvage, de pépin de courge et de bourrache, elle est riche en oméga 3 et 6. De quoi faire le plein de nutriments essentiels pour pallier les désagréments de l'âge : risque cardiovasculaire, baisse de la mémoire, déshydratation de la peau, augmentation du taux de cholestérol. Natexpo avait récompensé la version pour les femmes enceintes en 2011, voici une nouvelle huile couronnée d'un beau trophée d'argent. ●

Huile 50 ans et plus, Quintesens  
bouteille de 50 cl, 7,95 €, en vente en magasins bio.

