



# temp:libre

MAGAZINE

**STOP AUX  
CHUTES ! P. 52**  
Maison Vie & Santé\*

**Évasion :**

## Escapade en méditerranée

**Santé :**

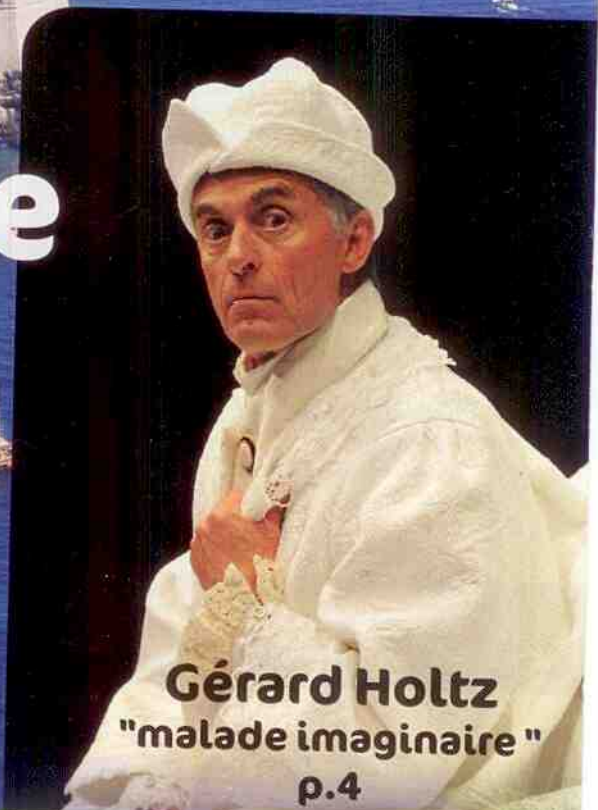
Attention au soleil

**Alimentation**

Les produits de l'été

**œnotourisme**

sans modération



**Gérard Holtz**  
"malade imaginaire"  
p.4



**QuinteSens**

Découvrez l'huile « **Plénitude** »  
de QuinteSens, la première huile  
sur-mesure à partir de 50 ans !



- Prévention cardio-vasculaire
- Régulation du taux de cholestérol
- Solidité des os
- Beauté de la peau
- Maintien de la mémoire
- Protection du système immunitaire

(voir aussi au dos de ce magazine)



# QuinteSens *les huiles de la vie*

« A partir de la cinquantaine, notre métabolisme évolue. **Les acides gras essentiels apportés par chaque huile jouent un rôle bénéfique majeur dans la prévention de ces problématiques santé.** Il est donc essentiel de porter une attention particulière à la complémentarité et à la qualité des huiles consommées au quotidien. » Emilie Demoly, Nutritionniste.

✓ **Vivre Vieux, c'est bien.**

**Vivre Vieux en Bonne Santé, c'est mieux !**

L'évolution de notre alimentation est responsable de nombreux déséquilibres (carence en Oméga 3, en DHA, en vitamines...) et de problématiques santé sérieuses (diabète, obésité, maladie cardio-vasculaire, mémoire, qualité de la peau...).

Selon l'AFSA (rapport 2010), les lipides doivent représenter 35 à 40 % de nos apports énergétiques (devant les protéines et les glucides).

Il ne faut donc plus les bannir mais en consommer quotidiennement, en veillant surtout à choisir les bonnes huiles, celles riches en Oméga 3, en Oméga 6 et en vitamine E.

✓ **Plénitude, une huile sur mesure à partir de 50 ans !**

L'huile « **Plénitude** » de QuinteSens a été pensée par des experts en nutrition et en lipides, pour apporter à votre organisme tous les nutriments dont il a besoin et cela en juste proportion !

Une huile sans équivalence, parfaitement équilibrée pour entretenir votre capital forme :

- Prévention cardio-vasculaire
- Régulation du taux de cholestérol
- Solidité des os
- Maintien de la mémoire
- Beauté de la peau
- Protection du système immunitaire

• **Des ingrédients d'exception :**

Tournesol Oléique Bio, Colza Bio, Cameline Bio, Bourrache Bio, DHA et EPA (huiles de poissons gras), Vitamine D3.

« C'est la première fois qu'un fabricant d'huiles prend en compte les besoins des consommateurs et **combine dans une même bouteille tous les bienfaits des huiles végétales biologiques et des huiles marines.** Résultat : des acides gras essentiels **Oméga 3, 6, 9,** mais surtout de l'**EPA** et du **DHA**, pour la bonne santé des personnes à partir de 50 ans. » Aurore Talbart, Naturopathe.

• **Une huile gourmande :**

Subtile et florale, l'huile « **Plénitude** » remplace très avantageusement les huiles, le beurre ou la margarine consommés au quotidien, à chaud comme à froid.

Points de vente : [www.quintesens-bio.fr](http://www.quintesens-bio.fr)

Contact : [votrenutritionniste@quintesens-bio.com](mailto:votrenutritionniste@quintesens-bio.com)

