

NOUVELLE
FORMULE

DOSSIER 0-6 ANS

Les aliments bonne santé

- ✓ C'est la rentrée, on booste **ses défenses immunitaires!**
- ✓ Cuisson, congélation, étiquettes à décrypter... **Tous nos conseils**
- ✓ Applis, recettes... Pour **cuisiner sain, facile et à petits prix**

L'ÉCART
IDEAL **2**
entre
grossesses

Âge par âge

- Pas tout à fait propre pour l'école... **je gère!**
- **À quand son 1^{er} ciné?**
- **Bébé a la peau sensible, je fais quoi?**

GUIDE D'ACHAT

Pour ne pas se tromper de siège-auto

Jour J!

Le papa en salle d'accouchement, comment ça se passe? Nos conseils, vos témoignages

3-7 ans

Timide, bagarreur...
La meilleure activité selon son profil

CONFIDENCE

"Je suis jalouse de la nounou"



M 02322 - 572 - F: 2,90 € - RD -



Psycho

Est-ce qu'une mère a forcément moins d'autorité qu'un père ?

Maëlys et Théo, mes deux enfants de 2 et 4 ans, profitent de l'absence de leur père pour faire des bêtises et me désobéir. Je suis obligée de les menacer « Tu vas voir ce que ton père va dire quand il va rentrer ! » Ils n'écoutent que lui, pourquoi ? **ANNE-SOPHIE**

► Votre autorité maternelle est aussi légitime que l'autorité de votre conjoint

à condition que vous vous sentiez légitime. Si vous vous référez systématiquement à leur père pour vous faire obéir, vous signifiez à vos enfants que vous ne vous sentez pas suffisamment "sûre de vous". Si vous-même êtes persuadée de votre manque d'autorité, comment voulez-vous que vos enfants pensent autrement ? N'hésitez plus à poser des interdits en votre propre nom. Vous y gagnerez au quotidien car la vie à la maison sera apaisée. Et leur père y gagnera aussi car il ne sera plus le "bras armé" de maman, juste là pour punir. **C.M.**

MEDIA MARKETING 01 41 38 86 11

BONNES ADRESSES



RICHE EN DHA & OMEGA-3

QUINTESENS

N°1 DES VENTES EN FRANCE

MEILLEUR BIO 2015

BÉBÉ : Comment en finir avec les carences en Oméga-3 et DHA ?

Le rapport de l'ANSES (sept. 2015) confirme que 99,3% des enfants à 1 an ont déjà des apports en **DHA*** et en **Oméga-3** inférieurs aux recommandations nutritionnelles.

Il faut donner du gras à Bébé !
Les chercheurs expliquent ces carences par la «lipophobie» qui conduit les parents à ne pas mettre de «gras» de l'assiette de Bébé. Cette peur du gras prive Bébé de **DHA** et d'**Oméga-3** au moment où il en a le plus besoin pour se construire des fondations solides. Un déficit préjudiciable à sa santé future car le **DHA** est un nutriment essentiel au bon développement de son cerveau, de sa rétine et de ses neurones.

Quintesens : la seule huile adaptée à ses besoins !²
L'huile Bébé Quintesens est non seulement une source naturelle de **DHA*** mais **bien plus encore !** Conçu par des nutritionnistes, ce mélange unique de 6 huiles complémentaires garantit à Bébé des apports optimisés en **Vitamine E** pour protéger ses cellules, en **Oméga-3** et **Oméga-6** essentiels à sa croissance, et bien-sûr en **DHA*** pour son cerveau et son système nerveux. Une cuillère à café dans chacun de ses repas couvre 50% de ses besoins en **DHA**, 98% de ses besoins en **Vitamine E** et 95% de ses besoins en **Oméga-3**. **Aucune autre huile n'en fait autant pour la santé de votre Bébé !**

Composition :
Tournesol DMIque Bio,
Colza Vierge Bio,
Tournesol Bio,
Lin Vierge Bio,
Chamvre Vierge Bio,
Huile Marine
désodorisée
riche en DHA*

Contrairement aux idées reçues, le beurre et l'huile d'olive ne sont pas suffisants pour la santé de Bébé. Ils ne contiennent ni Oméga-3, ni DHA et pas assez de Vitamine E pour satisfaire ses besoins.

*Le DHA est un Oméga-3 à chaîne longue que l'on trouve exclusivement dans les huiles d'origine marine et dans le lait maternel. De nombreuses études ont démontré le rôle essentiel des Oméga-3 de type DHA sur le cerveau, le cœur et la rétine de Bébé (source : EFSA 2012).
²Source ANSES - ANC Lipides 2011 Bébé 4-36 mois.

AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE
Fabriqué en FRANCE

En vente en magasins Bio et sites spécialisés

Infos et conseils sur www.quintesens-bio.com ou au 04 13 57 03 92