

Plantes & santé

# Plantes & santé

N° 178 - avril 2017

**Nutrition**  
Nos menus pour  
affronter les  
allergies printanières

**On en parle**  
Tour de France  
des plus beaux  
séjours détox



## Systeme hormonal Réagir et retrouver l'équilibre

**Aromathérapie**  
Des huiles  
pour sublimer  
votre chevelure


**Savoirs & culture**  
Afrique du Sud,  
la terre où le rooibos  
puise ses vertus

**Jardin médicinal**  
Le bacopa, une plante  
aquatique qui dope  
votre mémoire

M 01175 - 178 - F: 4,20 € - RD





**QUINTESENS** 

**Cholestérol, mémoire, cœur...**

## 6 HUILES ASSOCIÉES POUR VOTRE SANTÉ<sup>1</sup>

**Vers 50 ans, votre métabolisme évolue.** Pour prévenir les effets de l'âge, vous devez satisfaire de nouveaux besoins nutritionnels. Utilisée en cuisine au quotidien, l'huile 50+ vous apportera tous les nutriments essentiels pour rester en bonne santé plus longtemps.

**Le seul mélange d'huiles COMPLET et ADAPTÉ à vos besoins dès 50 ans<sup>2</sup>**



**De l'huile d'olive pour le cœur :**  
Ses Oméga-9 participent à la **prévention** des maladies cardio-vasculaires.



**De l'huile de lin pour réguler le cholestérol :**  
La plus riche des huiles en Oméga-3 ALA, un Acide Gras Essentiel qui contribue au **maintien d'une cholestérolémie normale**.



**De l'huile de tournesol pour protéger vos cellules du vieillissement prématuré :**  
La plus riche des huiles en **Oméga-6** et en **Vitamine E**. Vitamine anti-âge par nature, elle protège l'organisme des radicaux libres.



**De l'huile marine pour la mémoire :**  
Une huile **exceptionnelle pour la santé**. La seule qui vous apporte le précieux **DHA** (l'Oméga-3 du cerveau !) indispensable également au bon fonctionnement du **cœur** et de la vision.



**De l'huile de bourrache pour la peau :**  
Riche en Acide Gras **Gamma-Linolénique**, elle contribue à maintenir la beauté et la tonicité de la peau.



**De l'huile de pépin de courge pour la prostate :**  
Les phytostérols contenus dans cette huile ont des **effets bénéfiques sur la prostate et le confort urinaire**.

**La plus complète des huiles anti-âge pour une cuisine savoureuse et pleine de vitalité.**



<sup>1</sup> Formule déposée, conçue par des nutritionnistes. <sup>2</sup> ANC : Apports Nutritionnels Conseillés dès 50 ans (Source ANSES 2011).

<sup>3</sup> Huile de poisson, issue de la pêche durable, désodorisée (par simple traitement vapeur) et filtrée afin de supprimer les dioxines, les PCB et les métaux lourds.

Infos et liste des magasins Bio sur [www.quintesens-bio.com](http://www.quintesens-bio.com) ou Tél. 04 13 57 03 92