La santé en bref

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations**

Band (Jahr): **- (2017)**

Heft 95

PDF erstellt am: **28.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

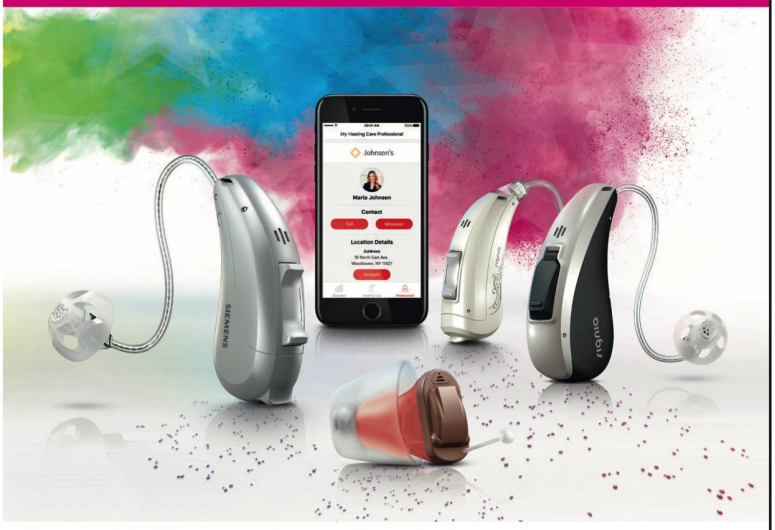
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

AUDISON Retrouvez l'assurance de bien entendre

Nouveautés été/automne 2017



Les appareils auditifs rechargeables sans piles télécommandables par smartphone.

Solutions auditives

SIEMENS

1800 VEVEY
Av. Paul-Cérésole 5 - **TÉL. 021 922 15 22**

1870 MONTHEY
Av. de la Gare 15 - **TÉL. 024 471 45 90**

1860 AIGLE
Place du Marché 3 - **TÉL. 024 466 68 13**

Bon
Prix de lancement.
Rabais jusqu'à Frs 800.-*

AUDISON sàrl
acoustique médicale

** Voir modalités en magasin.*
Bon non cumulable et non remboursable.
Valable jusqu'à fin novembre 2017.

LA SANTÉ EN BREF

Mal de tête
Commencer par s'hydrater

C'est bête comme chou et, en principe, connu. En cas de migraine, le premier réflexe à avoir — bien avant d'avaler une pilule — c'est de s'hydrater. Avec de l'eau bien sûr. La déshydratation même légère peut en effet provoquer des céphalées. Idéalement, il faudrait boire au moins un litre et demi par jour.

Alzheimer
Trop de télévision augmenterait le risque de maladie

On le dit ou, plutôt, ce sont des chercheurs australiens qui l'affirment: l'abus de télévision est vraiment mauvais pour la santé. Passer de deux à quatre heures par jour devant l'écran augmenterait le risque de maladie d'Alzheimer de 54 %.

12 000

LITRES D'AIR, C'EST CE QU'UN ÊTRE HUMAIN INSPIRE EN MOYENNE CHAQUE JOUR

Mensonges Gare à l'après-midi !

L'être humain est une machine complexe. Une preuve de plus avec cette étude américaine qui montre qu'on ment beaucoup plus l'après-midi. Pire, plus on avance en âge et plus tous les coups sont permis, comme tricher et même voler. Pourquoi ? Parce que, avec le stress et la fatigue accumulés, certains mécanismes cérébraux agissant sur le cerveau sont modifiés. Vous êtes prévenus.

Cancer Une patate réduirait les inflammations

Etonnante révélation faite par des scientifiques américains. Connue pour sa couleur violette, la pomme de terre vitelotte réduirait les inflammations pouvant conduire à des maladies telles que le diabète de type 2 ou le cancer du côlon. La raison : cette patate contient des acides phénoliques et des anthocyanines, connus effectivement pour leur propriété tant anti-inflammatoire, anti-oxydante qu'anticancéreuse.

Stress Faites comme Alain Delon !

Comment évacuer son stress ? Des psychologues américains pensent avoir trouvé la solution. Il suffirait de se parler à la troisième personne du singulier. Une telle pratique permettrait de mieux contrôler ses émotions, dans la mesure où on penserait à soi comme à quelqu'un d'autre et, du coup, de prendre de la distance par rapport à ses soucis. Un peu tiré par les cheveux ?

Hygiène Serviettes de bain traîtresses

On sort de la douche et on se sent tout propre. Mais pas pour longtemps ! Chaudes, humides et absorbantes, les serviettes de bain favorisent en effet le développement des germes et des bactéries. C'est ce qu'affirment des microbiologistes interrogés dans le journal américain *Time*. Et d'expliquer que, à chaque fois qu'on utilise un linge pour se sécher, les bactéries naturelles de notre peau s'y déposent.

Seb_Ra, Peopleimages et Logicbcreative

Les secrets "Bien-être"

Canneberge (Cranberry)

Fini les désagréments urinaires au féminin !

Flacon de 90 gélules de 306 mg

Composition pour 1 gélule: Poudre de baie de canneberge (171 mg)

1 acheté = +1 Gratuit !

La Canneberge est indispensable à toute femme sensible aux infections urinaires. Son action sur le confort urinaire est largement prouvée. La canneberge contient des PACs (ProAnthoCyanidines) qui empêchent les bactéries (E. Coli et autres) d'adhérer aux parois de la vessie. Ces bactéries ne sont alors plus en mesure de se développer rapidement et sont éliminées facilement dans l'urine.

«C'est ainsi un puissant frein aux infections urinaires».

Bio-Gestion propose la Canneberge en poudre, qui est la forme la plus appropriée car moins calorique que les fruits séchés. Une consommation quotidienne de 36 mg de PACs, soit environ 3 gélules assure une protection efficace et durable.

L'Huile de Pépins de Courge

Pour plus de confort urinaire au masculin !

Flacon de 100 capsules de 633 mg

Composition pour 1 capsule : Huile de pépins de courge 500 mg

1 acheté = +1 Gratuit !

C'est le meilleur garant d'une prostate en pleine forme !

Cette huile est naturellement riche en phytostérols capables d'inhiber la croissance (inflammation) du tissu prostatique à l'origine des troubles de la miction : nuits interrompues, temps de miction long, vidange incomplète et répétitive.

L'huile de pépins de courge est connue depuis de nombreuses années pour son soutien étonnamment efficace au confort urinaire masculin. Elle aide en cas de vessie irritable (ou hyperactive) ainsi que de troubles urinaires. Vous vous lèverez moins la nuit et la miction est rendue moins douloureuse.

BON DE COMMANDE

BIO-GESTION
Pour votre bien-être depuis 1983

Réservé uniquement aux nouveaux clients :

OUI, je profite de cette action et vous commande :

☐ **1+1 flacons de Canneberge, 2x 90 gélules à Fr. 39.90 au lieu ~~79.80~~**
☐ **1+1 flacons d'huile de P. de Courge, 2x 100 caps. à Fr. 34.90 au lieu ~~69.80~~**

Nom : _____
Prénom : _____
Adresse : _____
_____
Code Postal : _____
Lieu : _____
Date : Signature :

Retournez ce Bon à :

Bio-Gestion SA
Imp. Champ-Colin 6
Case postale 2164
1260 Nyon 2

info@biogestion.ch
www.biogestion.ch

Tél. 0848 85 26 26