**Zeitschrift:** Générations
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif
**Band:** - (2017)
**Heft:** 95

**Rubrik:** La santé en bref

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

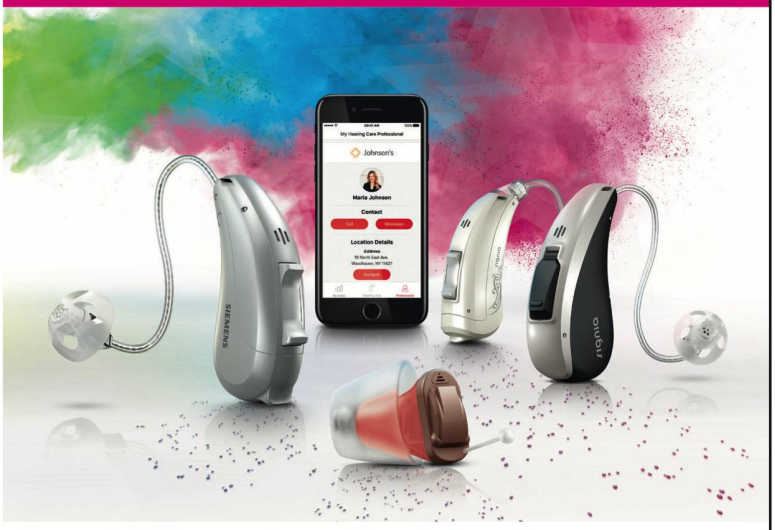
**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 15.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://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