

Pulse

Conseils pour de saines habitudes de vie

SALUT BEAUTÉ

Des cheveux resplendissants à tous les jours avec Florasil.

Vous croyez que les cheveux et les ongles faibles et cassants ainsi que la peau rigide sont inévitables ? Ce n'est pas le cas. Ces signes du vieillissement peuvent être associés à une carence en minéraux. Florasil est la cure de jeunesse minérale à base de plantes ultime. La silice contenue dans Florasil aide à inverser certains des effets du vieillissement en régénérant le collagène et en fournissant des nutriments essentiels dont votre corps a besoin. Des cheveux longs, moins de rides et des ongles forts ? Tout cela est à votre portée. Dites « au revoir » aux effets du temps, et dites « bonjour » à Florasil pour des cheveux resplendissants tous les jours. #HelloBeautiful



NPN 02242452

Sans gluten | Sans OGM | Végétalien

À l'intérieur :

Recettes tendance

**Revivifier le collagène
naturellement**

**Équilibrer les bactéries
intestinales**

**COUPON DE
5 \$ DE RABAIS**



florahealth.com | [@florahealthy](https://twitter.com/florahealthy) | [#BeFloraHealthy](https://www.instagram.com/BeFloraHealthy) | 1.888.436.6697

En vente dans les magasins de produits de santé naturels, ainsi que dans certaines épiceries et pharmacies participantes.



Dites adieu aux varices !

La sensation de lourdeur, les démangeaisons, l'enflure et l'apparence indésirable - les varices peuvent être un inconfort durant les bons jours, et une affaire douloureuse durant les pires jours. Lorsque les veines qui font circuler le sang des jambes au cœur sont affaiblies, le sang s'accumule, la pression augmente et les veines adoptent leur apparence caractéristique.

Il y a une variété d'interventions médicales pour traiter les varices, mais plusieurs personnes les trouvent intrusives et douloureuses. De plus, ces traitements n'empêchent pas de nouvelles varices de se former. Heureusement, il existe des solutions naturelles. CircuVein de Flora est éprouvé en clinique pour sa capacité à réduire l'apparence des varices en seulement deux mois, tout en soulageant les gonflements et la sensation de lourdeur.

Cette formule végétalienne et sans gluten primée favorise une circulation saine tout en protégeant et en tonifiant les vaisseaux sanguins. Elle contient de la diosmine et de l'hespéridine, des bioflavonoïdes tirés d'oranges espagnoles. Alors, dites adieu aux varices avec CircuVein....une solution naturelle.



NPN 80028881



CIRCUVEIN PROTÈGE ET TONIFIE
LES VAISSEAUX SANGUINS



Smoothie pour une belle peau

INGRÉDIENTS:

- 1 tasse de tisane, infusée et refroidie
- 1 tasse de baies congelées
- 1 poignée d'épinards
- 1 petit concombre
- ½ avocat
- ½ tasse de purée de citrouille (non sucrée)
- 2 c. à soupe d'Huile d'Udo Mélange d'Omega 3+6+9
- 1 c. à soupe de poudre de cacao
- 1 capsule Florasil (poudre seulement)
- 1 capsule Probiotique Super 8 plus (poudre seulement)
- 1 mesure de poudre de protéines



DIRECTIVES:

Placer tous les ingrédients dans un mélangeur à haute vitesse et mélanger jusqu'à l'obtention d'une texture lisse et crémeuse.

ASTUCES : Pour un bol de smoothie, utilisez 1 tasse de purée de citrouille. Pour un smoothie moins épais, utiliser plus de tisane. La mangue contient aussi des carotènes et peut être utilisée comme une alternative plus sucrée que la citrouille. Additions suggérées : 1 c. à thé de spiruline, 1 c. à soupe de Cristaux de betterave rouge, 1 c. à thé de Poudre d'acérola, un soupçon d'extrait de vanille, 1 date Medjool, 1 c. à soupe de sirop d'érable, 1 capsule de CircuVein (poudre seulement).

REMARQUE : Vous suivez une diète anti-Candida ? Cette recette est idéale pour les étapes 2 et plus d'une diète anti-Candida lorsqu'elle est préparée avec une poudre de protéines appropriée. Vous pouvez mettre seulement ½ tasse de baies.

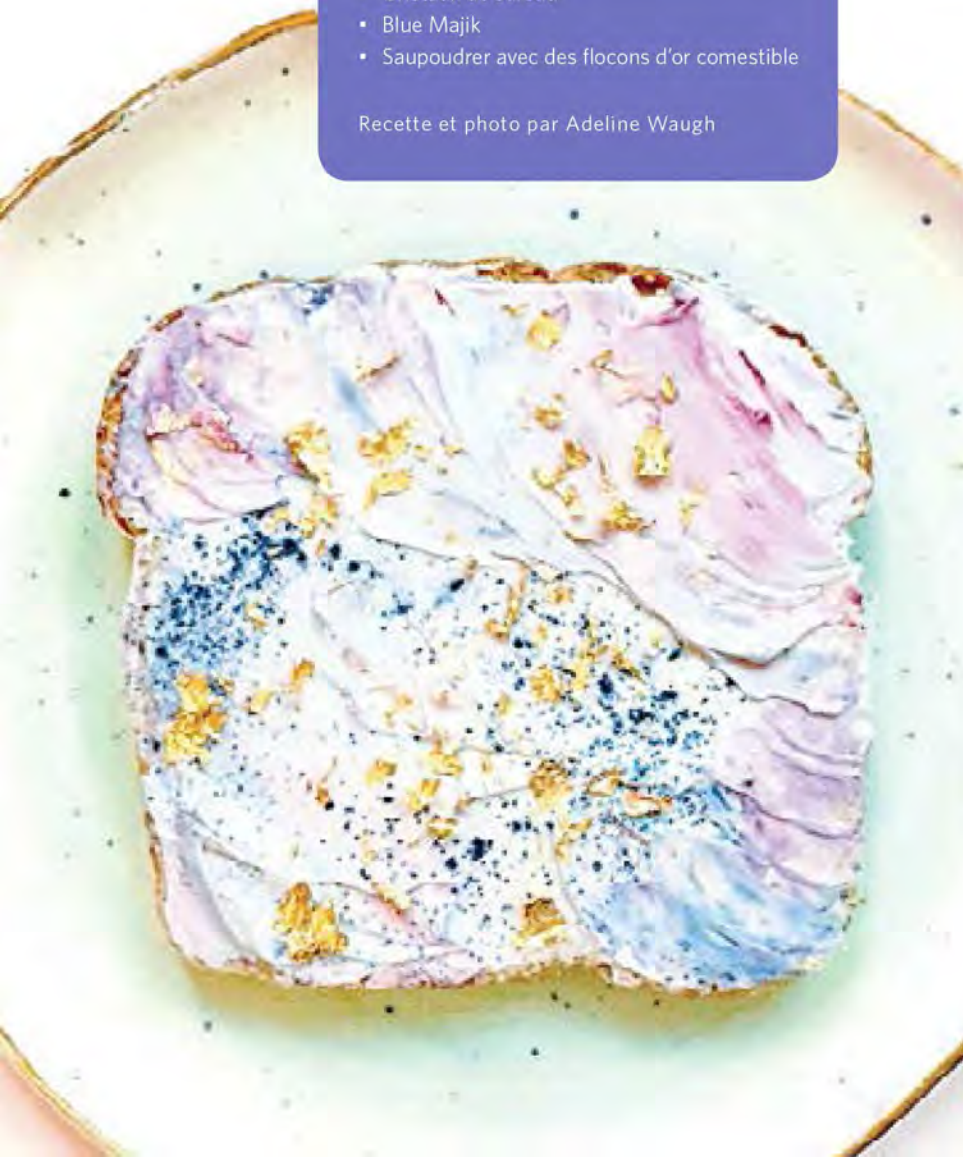
Recette délicieuse :

Pain rôti sirène

Mélanger légèrement
pour une teinte mauve :

- Fromage à la crème de lait d'amande
- Cristaux de sureau
- Blue Majik
- Saupoudrer avec des flocons d'or comestible

Recette et photo par Adeline Waugh



Soulagement des symptômes du rhume et de la grippe !

Donnez un coup de pouce à votre santé avec les Cristaux de sureau de Flora !

Les Cristaux de sureau de Flora peuvent être pris dès les premiers signes d'affections saisonnières pour aider à soulager les symptômes du rhume et de la grippe. Saupoudrez-les dans vos jus ou vos smoothies favoris, ou même sur vos tartinades pour un surplus quotidien santé, pratique et délicieux !



NPN 80076242

+BIOLOGIQUE
+SANS OGM
+SANS GLUTEN
+VÉGÉTALIEN

Revivifiez le collagène de façon naturelle - avec Florasil

Avec le temps, notre corps devient une réflexion de nos expériences, chaque rire, chaque moment de joie et de tristesse laisse sa marque. Bien que plusieurs de ces moments soient célébrés, les marques qu'ils laissent ne le sont pas nécessairement. Quels sont certains des signes qui indiquent clairement votre âge ?

- **Peau** : Avec le vieillissement, la peau devient plus mince, les rides commencent à se former et à s'approfondir et la peau qui était autrefois ferme commence à s'affaisser.
- **Cheveux** : Les cheveux deviennent plus minces, fins et perdent leur pigmentation.
- **Ongles** : Les ongles cassants deviennent plus courants avec l'âge.

Est-ce que certains des signes ci-dessus en disent plus long sur votre âge que vous voudriez ? Il est peut-être temps de considérer la silice. La silice est l'un des minéraux les plus communs sur la planète et des études ont démontré qu'une carence en silice accélère le processus de vieillissement.



NPN 02242452

Qu'est-ce qui distingue Florasil ?

- À base de plantes - obtenu à partir de prêle de printemps
- Contient plus de 30 oligoéléments naturels
- Contient des bioflavonoïdes pour favoriser l'absorption
- Forme de silice hydrosoluble
- Extraction à base d'eau sans produits chimiques
- Éprouvé pour son innocuité et son efficacité

4 étapes faciles pour bannir la levure

par Lisa Kilgour, nutritionniste

S'il y a un mot qui fait peur à la plupart de mes clients, c'est le redouté « mot en C ». Candida. En grande partie parce que c'est très courant, la plupart d'entre nous a une amie ou une collègue qui a dû faire une purification très stricte de six mois pour le Candida.

Vous connaissez la chanson : vous êtes constamment dans la cuisine à préparer de la nourriture et vous sentez que vous ne mangerez plus jamais quelque chose de délicieux. C'est une sentence très difficile de six mois.

La Candida est seulement un des types de levure qui peut se proliférer dans vos intestins. Vous pouvez aussi souffrir d'un excès d'autres bactéries ou parasites, et c'est pourquoi nous n'aimons pas utiliser le mot Candida. J'utilise plutôt un terme descriptif - un déséquilibre bactérien dans les intestins. Que vous ayez un excès de Candida ou simplement un déséquilibre bactérien dans vos intestins, la solution est la même. La seule différence est que la Candida est plus persistante et requiert un peu plus de travail.



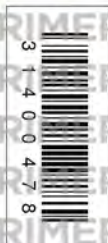
Célébrez le Jour de la Terre tous les jours ! 22 avril 2018

Nous tentons de faire de notre mieux pour la planète et nous appliquons les principes du Jour de la Terre à longueur d'année. Le Jour de la Terre signifie différentes choses pour différentes personnes, mais certaines valeurs sont au cœur de cette journée - le développement durable, la protection des forêts et des espèces animales en danger et, de plus en plus, la sensibilisation aux changements climatiques. Que l'aspect principal soit le reboisement ou l'importance de l'éducation scientifique sur les changements climatiques, cette journée requiert un respect pour toutes choses vivantes et une gestion environnementale responsable, des principes qui nous tiennent à cœur.

5,00 \$ de rabais sur achat de 5,00 \$ ou plus de produits Flora

(Incluant tous les produits Flora, Udo's Choice®, Dr. Dunner et Salus Haus)

Au Détail : Flora vous remboursera la valeur nominale de ce coupon plus les frais de manutention, à condition que le coupon remboursable soit présenté par votre consommateur au moment de l'achat de l'article décrit sur le coupon. Tout autre usage de ce coupon peut être considéré frauduleux. Si l'on ne peut présenter sur demande des factures attestant l'achat de stock suffisant dans les derniers 90 jours pour couvrir le nombre échangé, cette offre sera nulle. Les coupons présentés au remboursement deviennent notre propriété. Toute reproduction non autorisée de ce coupon est interdite par la loi. Flora ne remboursera les détaillants pour les coupons que s'ils sont reçus durant une période de six mois (180 jours) suivant la date d'expiration indiquée. **Pour obtenir un remboursement, veuillez vous adresser à Flora, PO Box 1600, Pickering, Ontario, L1V 7C1. Au Client :** Il est possible que le détaillant vous fasse payer la taxe sur le prix total de l'article et déduise ensuite la valeur de coupon, conformément à la loi provinciale en vigueur. Le cas échéant, le crédit de TPS/TVO/TVH est compris dans la valeur nominale du coupon. Toute reproduction non autorisée de ce coupon est interdite par la loi. Limite un coupon par achat. Ne peut être combiné avec aucun autre coupon. Valide seulement au Canada. **DATE D'EXPIRATION :** 31 mai 2018.



Symptômes de déséquilibre bactérien/des levures dans les intestins

- Ballonnements + flatulences odorantes
- Irrégularité
- Pied d'athlète
- Infection à levures ou vaginose bactérienne
- Infection des ongles (ongles épais et jaunes)
- Épuisement
- Brouillard mental
- Envies intenses de sucre



On dirait que cette liste nous décrit tous, n'est-ce pas ? La réalité est que les déséquilibres bactériens dans les intestins sont courants. Deux traitements aux antibiotiques dans votre vie, certains médicaments (tels que les pilules contraceptives)

et/ou une alimentation qui contient de la farine et des sucres raffinés sont tous des facteurs qui y contribuent.

4 étapes faciles pour rééquilibrer vos bactéries intestinales

1. Débarrassez-vous de la levure, « les méchants » Pour 2 à 4 semaines, utilisez un antimicrobien comme l'huile d'origan, l'argent colloïdal ou l'ail cru.

2. Mettez des bonnes bactéries dans vos intestins Ajouter beaucoup de bactéries de haute qualité à vos intestins vous aidera à avoir une très bonne nouvelle colonie. Le Probiotique Super 8 plus de Flora est spécialement formulé pour aider à réguler les déséquilibres bactériens dans les intestins, incluant les levures.

3. Alimentez vos bactéries intestinales avec des fibres à base de plantes La meilleure façon de créer un écosystème fort et équilibré dans vos intestins est d'alimenter les bactéries avec une variété de fibres à base de fruits, de légumes, de noix, de graines et de légumineuses.

4. Allez encore plus loin avec des aliments fermentés Les aliments fermentés sont comme du fertilisant magique pour les bactéries intestinales. 1 c. à soupe de choucroute non pasteurisée, 1 tasse de kéfir biologique ou une cuillerée de poudre de légumes fermentés est tout ce qu'il vous faut !



NPN 80022377