



LABORATOIRE
MP SANTÉ

Des recettes



Des astuces

Des nouveautés



*Plein de
découvertes*



Experts depuis plus de 40 ans en

MINCEUR BIEN-ÊTRE & BEAUTÉ

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

PRODUITS RICHES EN PROTÉINES

COMPLEXES D'HUILES ESSENTIELLES BIO

QUI SOMMES NOUS ?

LES FORCES DU LABORATOIRE MP SANTÉ

Notre corps est notre bien le plus précieux. Nous devons le préserver en apportant une réponse douce, efficace et adaptée aux petits signaux de déséquilibre qu'il nous envoie : minceur, digestion, stress, sommeil, articulations, circulation, tonus...

Nous avons formulé une gamme de produits diététiques, de compléments alimentaires et de complexes d'huiles essentielles bio qui apportent des solutions complètes et naturelles à vos tracas de forme et de bien-être.

Vous désirez préserver votre capital santé ?



N'attendez plus...



Découvrez nos produits et n'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations.



LABORATOIRE
MP SANTÉ

NOTRE ATOUT MAJEUR :

LE CONSEIL PERSONNALISÉ

Chacun de nous est différent et nous n'avons pas toujours le temps, le courage ou les informations nécessaires pour nous prendre en main. Parce que votre bien-être est notre principale préoccupation, nous mettons tout en œuvre pour vous offrir **un conseil et un suivi personnalisés.**

Vous serez pris(e) en charge **personnellement et individuellement par un professionnel spécialisé en nutrition** qui définira avec vous les objectifs à atteindre et le protocole alimentaire qui vous correspond. Il/elle sera votre interlocuteur(trice) privilégié(e), vous accompagnera tout au long de votre programme et vous conseillera sur le choix des produits les plus adaptés aux besoins de votre corps.

Nous savons tous que la nutrition est un domaine en perpétuelle évolution ; c'est pourquoi nous attachons **une importance particulière à la formation de nos conseillers(ères) et partenaires.** Une veille bibliographique et réglementaire est assurée par notre équipe scientifique secondée par **une équipe d'experts en innovation et développement.**

QUALITÉ ET SÉCURITÉ

UNE ÉQUIPE DE PROFESSIONNELS À VOTRE ÉCOUTE

Notre laboratoire prône le bien-être par la nutrition et les plantes. Nous sommes **formulateurs** des compléments alimentaires que nous distribuons aux particuliers et aux professionnels tels que les médecins, infirmiers, kinésithérapeutes, cliniques esthétiques, instituts de beauté, coachs sportifs, salles de sport ...

1979
ANNÉE DE CRÉATION

+ de 40ans
D'EXPERTISE

100%
FABRICATION FRANÇAISE

Nous garantissons à l'ensemble de nos clients :

La sélection rigoureuse des matières premières utilisées : qualité, propriétés, concentration en principes actifs, plantes traitées selon des techniques naturelles pour être toujours plus proche de la nature et en harmonie avec elle.

Nos complexes d'huiles essentielles sont labellisés « cosmétique écologique et biologique » : ils font l'objet d'un contrôle par Ecocert Greenlife, organisme de certification indépendant.



Le respect des législations française et européenne.



Le contrôle qualité de nos produits : processus de fabrication et d'emballage.



Des dosages optimaux pour obtenir de meilleurs résultats.



Une fabrication locale « Made in France » pour assurer une traçabilité totale.

Nos partenaires :

Le Syndicat des Professionnels de la Naturopathie (SPN)



Top Santé



Marie France



Nos projets de développement sont soutenus par la région Occitanie et cofinancés par le Fond Européen de Développement Régional.

L'EUROPE S'ENGAGE
L'OCCITANIE AGIT



LMP Santé, c'est aussi **une équipe à taille humaine** qui s'efforce de répondre à vos besoins, et surtout, qui vous guide et vous encourage pendant vos programmes.

Que vous soyez un particulier ou un professionnel, nous mettons la même énergie pour vous accompagner et la même disponibilité pour satisfaire vos attentes.

+ de **340 000**
CLIENTS SUIVIS



PHYTOTHÉRAPIE: médecine fondée sur les extraits de plantes et les principes actifs naturels



Nos compléments alimentaires sont essentiellement à base de **PLANTES, VITAMINES ET MINÉRAUX**



Tous nos produits sont prescrits par des **MÉDECINS ET DIÉTÉTIENS**



Tous nos compléments alimentaires sont formulés par notre **LABORATOIRE FRANÇAIS**

NOS VALEURS

TRANSPARENCE

Dans notre communication, primordiale pour pérenniser notre développement et favoriser l'amélioration continue.

IMPLICATION

Sans quoi rien n'est possible, notre moteur au quotidien afin d'atteindre nos objectifs.

RESPECT

Dans les relations avec nos collaborateurs, clients et partenaires.

PLAISIR

En équipe, dans ce que l'on fait tous les jours et ce que l'on procure à nos clients.

SOMMAIRE

MINCEUR, BIEN-ÊTRE & BEAUTÉ

06 MINCEUR
NUTRITION PROTÉINÉE

13 MINCEUR
MASSE MUSCULAIRE

14 MINCEUR
TRIO MINCEUR

16 MINCEUR
BRÛLEURS DE GRAISSES

17 MINCEUR
STABILISATION

18 MINCEUR
CONTRE LES EXCÈS

20 MINCEUR
ÉLIMINATION & DRAINAGE

22 MINCEUR
CONTRE LES CAPITONS

26 BIEN-ÊTRE
DIGESTION & TRANSIT

27 BIEN-ÊTRE
DÉTOX & NETTOYAGE

28 BIEN-ÊTRE
STRESS & SOMMEIL

30 BIEN-ÊTRE
ARTICULATIONS

32 BIEN-ÊTRE
CIRCULATION

34 BIEN-ÊTRE
VITALITÉ & ÉNERGIE

36 BIEN-ÊTRE
IMMUNITÉ & DÉFENSES NATURELLES

37 BIEN-ÊTRE
FÉMININ

38 BIEN-ÊTRE
QUOTIDIEN

42 BEAUTÉ
DE LA PEAU

46 BEAUTÉ
DES CHEVEUX

48 BEAUTÉ
COSMÉTIQUES LM BIO

50 TÉMOIGNAGES



L' APPORT EN PROTÉINES

LE SECRET POUR UNE PERTE DE POIDS DURABLE !

On ne le répète jamais assez... si nous voulons perdre du poids, il faut faire attention à notre alimentation mais cela ne suffit pas de manger moins.

Il faut avant tout manger mieux !

En effet, nous avons tendance à intégrer plus de légumes dans nos repas mais aussi à réduire les apports en protéines... Or, une consommation insuffisante de protéines, provoque une perte de la masse musculaire ce qui entraîne un relâchement, un manque de tonicité et surtout un **effet rebond car le métabolisme de base diminue !**

Pour vous aider à compléter vos apports en protéines, nous avons développé des produits riches en protéines. Préparations diététiques sucrées ou salées, boissons et smoothies, biscuits et barres croustillantes ou chocolatées, la gamme est complète afin de **restructurer votre silhouette en profondeur tout en vous faisant plaisir !**

« Les professionnels les utilisent » 

« J'attache une importance particulière aux apports en protéines dans mon coaching alimentaire. Je complète les apports alimentaires (je ne les remplace pas) par les préparations protéinées LMP Santé car les protéines jouent un rôle fondamental dans le maintien de la masse musculaire. Cet apport qualitatif en protéines est fondamental pour l'amincissement mais pas seulement ; il a un impact au niveau du stress, du tonus, du bien-être en général... Il faut nourrir sa masse musculaire car c'est elle qui nous porte et nous accompagne au quotidien : c'est la notion « d'écologie-santé » ou « d'écologie alimentaire ». **Angélique P.**

6

NUTRITION PROTÉINÉE

PRÉPARATIONS DIÉTÉTIQUES RICHES EN PROTÉINES

Les sachets LMP sont de délicieuses préparations en poudre pour veloutés, desserts et boissons qui, grâce à leur forte concentration en protéines de haute valeur biologique, **favorisent le processus d'amincissement** selon un double principe :

 Apporter à l'organisme la quantité de protéines nécessaire au maintien de sa masse musculaire.

 Obliger l'organisme, par un apport calorique réduit, à puiser dans sa masse grasseuse le complément d'énergie dont il a besoin.

Les saveurs salées

 ÉTUI DE 7 SACHETS

PRÉPARATIONS POUR VELOUTÉS

Réf. HPVA001	Aux asperges
Réf. HPVB001	Au brocoli
Réf. HPVC001	Aux cèpes
Réf. HPVC002	Arôme curry
Réf. HPVL001	Aux légumes <i>sans gluten</i>
Réf. HPVP003	Au poireau
Réf. HPVP004	Aux pois
Réf. HPVS002	Arôme soupe thaï
Réf. HPVS003	Arôme soupe tomate <i>sans gluten</i>



CHIPS

Réf. HPCH001	Saveur barbecue  SACHET DE 25G
Réf. HPCH002	Saveur fromage nacho  SACHET DE 30G



« Vous en parlez mieux que nous » 

« Depuis le 14 avril, jour de commencement de la prise des compléments protéinés saveurs salées brocolis et asperge et pour les sucrées caramel et café, j'ai perdu 8,300 kg et 14 cm de tour de ventre, je suis heureux et en plus de bons conseils avec Sylvie Ma Conseillère en diététique, qui me booste quand il y a des moments de doutes ». **Patrick L.**

7



Ces préparations vous aideront à limiter les fringales entre les repas et à conserver la ligne tout en maintenant votre masse musculaire.

À consommer :
 au petit-déjeuner
 en collation
 pendant les repas
 en dessert

CHAUDES OU FROIDES
SELON LES SAVEURS

Les petits-déjeuners

Vous avez envie de vous faire plaisir dès le petit-déjeuner, mais vous faites attention à votre alimentation ? Découvrez nos produits phares pour un repas gourmand et sain dès le matin !

Réf. HPEC003 Flocons de céréales**  ÉTUI DE 4 SACHETS DE 30G

Réf. HPPA001 Préparation pour pancakes  ÉTUI DE 7 SACHETS

Réf. HPPA002 Pâte à tartiner*  POT DE 115G

 Riches en protéines et en fibres et pauvres en sucres, nos flocons de céréales sont parfaits pour un petit-déjeuner minceur. **Un sachet consommé avec 250 ml de lait vous apportera 18 g de protéines.**

Pancakes

Sucrée ou salée, cette préparation est idéale pour bien commencer la journée. Sa forte teneur en protéines vous permettra de tenir jusqu'au repas du midi sans avoir de fringale. Mélangez un sachet de préparation pour pancakes à 75 ml d'eau. Faites cuire un gros pancake ou 2 moyens sur une poêle antiadhésive. **Servez avec notre pâte à tartiner, un carré de chocolat noir 80% fondu ou de la cannelle.**

Vous êtes plutôt salé ? Intégrez des morceaux de jambon et des herbes aromatiques dans la préparation crue.

Vous préférez les crêpes ? Mélangez 90 ml d'eau à la préparation, pour qu'elle soit plus liquide.



Les saveurs sucrées

 ÉTUI DE 7 SACHETS

PRÉPARATIONS POUR MILK-SHAKE,
ENTREMETS, MOUSSES

Réf. HPEA001 Arôme abricot* *sans gluten*

Réf. HPEB001 Arôme banane* *sans gluten*

Réf. HPEC001 Arôme café* *sans gluten*

Réf. HPEC002 Arôme caramel*

Réf. HPEC003 Arôme chocolat*

Réf. HPEF001 Arôme fraise* *sans gluten*

Réf. HPEP001 Arôme poire Belle-Hélène*

Réf. HPEV001 Arôme vanille*



Mousse au chocolat

Mélangez un sachet de préparation pour mousse riche en protéines saveur chocolat avec un fond d'eau froide pour obtenir une pâte. Ajoutez le reste d'eau froide (115 ml en tout) en remuant. Incorporez un blanc d'œuf et battez la préparation fermement au fouet. **Mettez quelques minutes au frais. Dégustez !**

Variez le dessert en utilisant un sachet saveur caramel, vanille, fraise ou café !

Milk-shake rafraîchissant, sain et protéiné

Dans un mixeur, mélangez 220 ml d'eau froide avec un sachet de préparation pour milk-shake riche en protéines saveur banane. Ajoutez des fruits de saison coupés en morceaux (équivalences page 12 du livret perte de poids). Mixez et dégustez !

Faites appel à votre imagination : utilisez un sachet saveur fraise, poire ou encore chocolat !

 La banane étant déconseillée pendant la phase de perte de poids, cette recette vous apporte le goût de ce fruit sans faire d'écart !



Boisson Arôme Cappuccino

Pour obtenir une boisson chaude, versez 220 ml d'eau chaude mais non bouillante dans votre flacon shaker. Ajoutez le contenu du sachet et fermez hermétiquement. Secouez énergiquement jusqu'à parfaite dissolution. **Attendez quelques instants pour que la mousse résultant du mélange diminue et consommez.**

La préparation sera plus onctueuse si vous remplacez l'eau par du lait écrémé.



PRÉPARATIONS POUR BOISSONS

Dégustez nos boissons au petit-déjeuner, en collation, en cas de petit creux ou avant une séance de sport !

Arôme café latte** *sans gluten* Réf. HPBC005 

Arôme cappuccino** Réf. HPBC002 

Arôme chocolat** *sans gluten* Réf. HPBC004 

Arôme fruits rouges** *sans gluten* Réf. HPBF001 

Arôme pêche-mangue* *sans gluten* Réf. HPBP001 

Arôme pomme** *sans gluten* Réf. HPBP003 

Arôme thé pêche* Réf. HPBT001 

PRÉPARATIONS POUR DESSERTS

Vous êtes gourmand(e) et vous aimez les desserts ? **Goûtez nos préparations pour desserts, pour flans ou pour cake, vous ne pourrez plus vous en passer !**

Arôme tiramisu* Réf. HPDT001

Arôme stracciatella* Réf. HPDS001

Arôme chocolat-caramel*** *sans gluten* Réf. HPDC002

Dessert à boire arôme fruits rouges*** Réf. HPDF001

Flan arôme chocolat** Réf. HPFC001

Les shakers

PRÉPARATIONS POUR BOISSONS
ET SMOOTHIES INSTANTANÉS

BOUTEILLE DE 350 ML

Les préparations pour boissons et smoothies instantanés **allient le goût à l'efficacité des protéines** (20 g par bouteille). Grâce à leur conditionnement en flacons shaker, vous pouvez les emporter partout : la quantité est pré-dosée, vous n'avez qu'à ajouter de l'eau et secouer avant de consommer !

Dégustez votre shaker en collation minceur ou goûter gourmand pour vous faire plaisir tout en évitant les excès.

Réf. HPBC001	28,9 g de poudre	Arôme café frappé*
Réf. HPBC006	30 g de poudre	Arôme chocolat-caramel**
Réf. HPBO002	25 g de poudre	Arôme orange*** sans gluten
Réf. HPBF002	28,9 g de poudre	Arôme fraise-framboise*** sans gluten

Optez pour un encas
gourmand et sain



Les gâteaux

GAUFRETTES

ÉTUI DE 5 SACHETS DE 2 GAUFRETTES

Réf. HPGA001 Gaufrettes arôme mocha **



Plaisir
immédiat

* avec édulcorants ** avec sucres et édulcorants *** avec édulcorant



BISCUITS

Un petit creux dans la journée ? Optez pour nos biscuits riches en protéines et à teneur réduite en glucides (-50,4%)¹

¹ Calculée par rapport au produit de référence Biscuit sec, sans précision (Table CIQUAL 2020).

Ligne ou plaisir,
plus besoin
de choisir!

Pomme-cannelle	Étui de 20 Biscuits	Réf. HPBI001
Fruits rouges	Étui de 20 Biscuits	Réf. HPBI002
Oranges	Étui de 15 Biscuits	Réf. HPBI003
Nappés de chocolat*	Étui de 16 Biscuits	Réf. HPBI004



Le saviez-vous ?

Le sucre participe à la prise de masse grasseuse.

Le sucre est stocké sous forme de glycogène, dans les muscles et dans le foie majoritairement, pour être utilisé par le corps comme source d'énergie. Or, nous ne pouvons pas stocker du glycogène en continu ! Si nous consommons plus de sucre que ce qui peut être mis en réserve, l'excédent ne sera pas dépensé mais sera accumulé dans notre tissu adipeux, sous forme de graisses.

Comment y remédier ?

En contrôlant sa consommation en sucre - surtout le sucre ajouté et non nécessaire (alimentation industrielle) - et en pratiquant une activité physique.

Outre la prise de gras, une consommation excessive de sucre sur le long terme peut fatiguer le corps, et notamment le pancréas. Ceci peut entraîner une résistance plus ou moins élevée à l'insuline (qui a pour rôle de réguler le taux de sucre dans le sang), responsable de pathologie comme le diabète de type 2.

Les snacks

Vous craquerez pour ces gourmandises riches en protéines et à faible teneur en sucres. Idéales pour les petits creux, pour satisfaire vos besoins en protéines et pour vous faire plaisir en déculpabilisant !

LE MEILLEUR DE LA NUTRITION

Valeurs nutritionnelles moyennes de nos barres (35 à 43g)

12,2 g

PROTÉINES

9,6 g

FIBRES

1,3 g

SUCRES

BARRES RICHES EN PROTÉINES

BARRE DE 35 G SANS ASPARTAME

Réf. HPBA003 Saveur cacao avec fourrage saveur praliné noisette*

Réf. HPBA004 Saveur cacao avec « crisps »*

Vous pouvez les casser en carrés, jusqu'à 6 pour une barre, comme vous le feriez avec une tablette de chocolat.

Utilisez les carrés comme bon vous semble :

- Fondus sur nos pancakes.
- En cœur coulant dans notre cake minute.
- Avec votre café.



Réf. HPBA005 Croustillante banane caramel ***

Réf. HPBA012 Croustillante myrtille et canneberge****

Pause gourmande

ÉTUI DE 5 BARRES DE 43 G

Réf. HPBA010 Saveur cacao avec enrobage au cacao*

Réf. HPBA011 Saveur cacao et orange avec enrobage au cacao*



BOUCHÉES RICHES EN PROTÉINES

SACHET DE 24 G

Réf. HPB0003 Bouchées saveur chocolat noir** *sans gluten*

Réf. HPB0004 Bouchées saveur chocolat blanc** *sans gluten*



* avec édulcorants ** avec édulcorant *** avec sucres et édulcorant **** avec sucre et édulcorant

MASSE MUSCULAIRE

Tous nos compléments alimentaires sont formulés au laboratoire par notre équipe scientifique qui met un point d'honneur à trouver des associations d'origine naturelle toujours plus innovantes pour vous satisfaire et préserver votre bien-être.

Pour vous garantir de meilleurs résultats, nos formules sont **concentrées en actifs** et contiennent de plus en plus d'ingrédients brevetés **dont l'efficacité a été scientifiquement prouvée.**

LEUCINE

120 GÉLULES VÉGÉTALES

INGRÉDIENTS : L-leucine, agent d'enrobage : hypromellose

46,2 G Réf. LEUC002



Le saviez-vous ?

Maintenez votre masse musculaire!

SCULPTISSIME

POT DE POUDRE + CUILLEÈRE DOSEUSE

INGRÉDIENTS : maltodextrine, acides aminés : L-citrulline et L-leucine, arômes, acidifiants : acides citrique et malique, poudre de jus de betterave, colorant : bêta-carotène, édulcorant : sucralose, cholestérol (vitamine D)



La **L-citrulline** est un acide aminé caractérisé par sa grande biodisponibilité, c'est-à-dire qu'il est **mis à disposition de l'organisme rapidement après son ingestion**. La L-leucine est un acide aminé essentiel que le corps ne peut pas fabriquer et qui doit être apporté par l'alimentation. Les protéines, constituées par un assemblage d'acides aminés, contribuent à **préserver** et à **augmenter la masse musculaire**.

La **vitamine D** contribue au maintien d'une fonction musculaire normale et notamment au développement musculaire.

⚠ Sans aspartame
Ne convient pas aux personnes sous-anticoagulant (anti-vitamine K).

210g Réf. MASS001

LE TRIO GAGNANT MINCI FLASH



1 LE DRAINEUR

POUR VOUS AIDER À ÉLIMINER L'EXCÉDENT D'EAU.

La rétention d'eau se manifeste par une accumulation importante d'eau dans les tissus de l'organisme. Elle est due à un mauvais fonctionnement du système d'élimination naturelle (reins, urines et transpiration). Elle est responsable de gonflements (dans les jambes, le ventre, les bras...), sensations de lourdeur, ballonnements mais aussi de prise de poids.

Le **Draineur** est un véritable allié pour votre corps, car grâce à sa forte concentration en plantes, il va favoriser l'élimination de l'eau.

2 LE BRÛLEUR DE GRAISSES

POUR AGIR AU NIVEAU DES GRAISSES DE RÉSERVE.

Formulé pour augmenter la dépense énergétique et donc stimuler le métabolisme, le brûleur de graisses aide à transformer efficacement les graisses en énergie et à consommer plus de calories.

Composé d'actifs puissants et naturels, très réputés pour leurs propriétés minceur et leur capacité à stimuler la dégradation des graisses, le **brûleur de graisses** est un véritable coup de pouce pour réussir votre perte de poids !

3 LE MODÉRATEUR D'APPÉTIT

POUR LIMITER VOTRE « COUP DE FOURCHETTE ».

Nos **modérateurs d'appétit** sont formulés à base d'ingrédients naturels soigneusement sélectionnés pour limiter la sensation de faim. Consommés avant le repas, ils permettent d'augmenter la sensation de satiété ce qui vous aidera à limiter votre apport calorique et donc à perdre du poids.

MINCI FLASH® DRAINEUR

FLACON + BOUCHON DOSEUR

+ Son goût thé-pêche agréable contrairement à la plupart des draineurs !

- ✓ 10 extraits de plantes
- ✓ Favorise l'élimination de l'eau (fenouil)
- ✓ Contribue au fonctionnement normal du système urinaire (fenouil)
- ✓ Drainant (frêne)

INGRÉDIENTS : eau, extraits aqueux de thé de java (feuille), fenouil (racine), artichaut (feuille), fumeterre (parties aériennes), mélilot (parties aériennes), papaye (fruit), romarin (feuille), hamamélis (feuille), pissenlit (racine), frêne (feuille), stabilisant : glycérine, acidifiant : acide citrique, arôme thé-pêche, conservateur : sorbate de potassium

⚠ Déconseillé aux enfants de moins de 12 ans ainsi qu'aux femmes enceintes ou allaitantes.

500 ml Réf. MINC004



MINCI FLASH® BRÛLEUR DE GRAISSES

60 GÉLULES VÉGÉTALES

+ 3 extraits secs de plantes connues pour leurs propriétés minceur

- ✓ Stimule la dégradation des graisses (thé vert)
- ✓ Contribue à la réduction de la graisse corporelle (guarana)
- ✓ Stimule la perte de poids (thé vert, guarana, maté)

INGRÉDIENTS : extrait sec de thé vert, agent d'enrobage : hypromellose, extrait sec de guarana, extrait sec de maté vert (Yerba maté)

⚠ **Contient de la caféine** (95 mg par dose journalière recommandée de 4 gélules).

Ne doit pas être consommé par les femmes enceintes ou allaitantes et par les enfants de moins de 18 ans.
Ne pas dépasser une consommation journalière égale ou supérieure à 800 mg de 3-gallate d'épigallocatechine.
Ne doit pas être consommé si vous prenez le même jour d'autres produits contenant du thé vert.
Ne doit pas être consommé à jeun.

22,6g Réf. MINC005

MINCI FLASH® MODÉRATEUR D'APPÉTIT

sauveur poire

POT DE POUDRE
+ CUILLÈRE DOSEUSE

- ✓ « Coupe-faim » d'origine naturelle (glucomannane)
- ✓ Contribue à la perte de poids en limitant la sensation de faim (glucomannane)

+ Riche en fibres alimentaires

INGRÉDIENTS : dextrine de maïs, extrait sec de konjac riche en glucomannane, arôme naturel, édulcorant : glycosides de stéviol issus de Stevia, colorant : caramel

135 g Réf. MINC014

Existe aussi en gélules !
Neutres en goût et prêtes à être consommées

90 GÉLULES VÉGÉTALES

58,5 g Réf. MINC013

BRÛLEURS DE GRAISSES



Quand on mange, les protéines sont transformées en acides aminés, les glucides en glucose et les lipides en acides gras. Ces derniers, lorsqu'ils sont présents en trop grande quantité, sont stockés sous forme d'amas de graisses au niveau des cuisses, des hanches, du ventre... On stocke également de la graisse quand on consomme trop de sucres (car cela entraîne une production anarchique d'insuline). **La conséquence directe est la prise de poids. Il faut donc veiller à limiter la consommation d'aliments gras et sucrés.**

MINCI FLASH® BRÛLEUR DE GRAISSES

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ 3 extraits secs de plantes connues pour leurs propriétés minceur
- ✓ Stimule la dégradation des graisses (thé vert)
- ✓ Contribue à la réduction de la graisse corporelle (guarana)
- ✓ Contribue à l'oxydation des graisses (maté)
- ✓ Stimule la perte de poids (thé vert, guarana, maté)



INGREDIENTS : extrait sec de thé vert, agent d'enrobage : hypromellose, extrait sec de guarana, extrait sec de maté vert (Yerba maté)

⚠ **Contient de la caféine** (95 mg par dose journalière recommandée de 4 gélules).

Ne doit pas être consommé par les femmes enceintes ou allaitantes et par les enfants de moins de 18 ans. Ne pas dépasser une consommation journalière égale ou supérieure à 800 mg de 3-gallate d'épigallocatechine. Ne doit pas être consommé si vous prenez le même jour d'autres produits contenant du thé vert. Ne doit pas être consommé à jeun.

22,6g Réf. MINC005

Pour lutter contre les graisses de réserve

BRÛLEUR DE GRAISSES ABDOMINALES

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Stimule la dégradation des graisses (guarana)
- ✓ Favorise la perte de poids (guarana)
- ✓ Contribue à la diminution du tour de taille et de hanches*
- ✓ Participe à la réduction de la masse grasseuse au niveau abdominal*

* Etudes scientifiques SINETROL : « Dallas C. et al. ; Phytomedicine ; 2008,15 :783-792 » et « Dallas C. et al. ; Phytotherapy Research ; 2014, 28(2) : 212-218 »

INGREDIENTS : SINETROL Xpur® enrichi en guarana : extraits secs de pamplemousse, guarana, orange douce et orange sanguine, agent d'enrobage : hypromellose

Sinetrol® est la propriété de Fytexia

⚠ **Contient de la caféine** (40 mg par dose journalière recommandée de 2 gélules). Ne pas utiliser chez les enfants, les adolescents, les femmes enceintes ou allaitantes.

37,5g Réf. BRUL003



Son efficacité scientifiquement prouvée et ses actifs d'origine 100% naturelle

STABILISATION

Un programme minceur doit comprendre une **phase de perte de poids** et une **phase de stabilisation**. La phase de stabilisation est **fondamentale** car elle permet de **conserver, sur le long terme, les résultats obtenus**.

Notre formule stabilisation 5 en 1 vous aide à maintenir votre poids corporel grâce à une action complète sur la silhouette.

STABILISATION 5 EN 1

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Aide à réduire l'appétit (caroube)
- ✓ Contribue au contrôle du poids (piment et cola)
- ✓ Participe à l'amélioration de la digestion (badamier)
- ✓ Soutient le transit intestinal (badamier)
- ✓ Facilite l'élimination (chicorée)

INGREDIENTS : poudre de gomme de caroube, agent d'enrobage : hypromellose, extrait sec de piment doux, extrait sec de badamier, extrait sec de cola, poudre de chicorée

⚠ **Contient de la caféine** (5 mg par dose journalière recommandée de 2 gélules). Ne pas utiliser chez les enfants, les adolescents, les femmes enceintes ou allaitantes.

26,4g Réf. STAB001

Pour éviter l'effet "yoyo"



À associer avec le CAPTEUR GRAISSES ET SUCRES pour un limiter les excès



Le saviez-vous ?

Le **piment** renferme de la capsaïcine, actif connu pour ses vertus minceur, qui apporte un soutien dans les programmes d'amincissement et contribue au contrôle du poids corporel.



CONTRE LES EXCÈS

MINCI FLASH® MODÉRATEUR D'APPÉTIT

sauveur poire

POT DE POUVRE
+ CUIILLÈRE DOSEUSE

Le **glucomannane**, consommé dans le cadre d'un régime hypocalorique, contribue à la perte de poids en limitant la sensation de faim. En effet, le glucomannane est une fibre soluble, absorbante et émoullente, issue de la farine de konjac. Une fois hydratée, la fibre de konjac gonfle et forme un gel qui occupe du volume dans l'estomac provoquant ainsi un effet de satiété ; c'est un « coupe-faim » d'origine naturelle.

- ✓ « Coupe-faim » d'origine naturelle (glucomannane)
- ✓ Contribue à la perte de poids en limitant la sensation de faim (glucomannane)

INGRÉDIENTS : dextrine de maïs, extrait sec de konjac riche en glucomannane, arôme naturel, édulcorant : glycosides de stéviol issus de Stevia, colorant : caramel

135 g Réf. MINCO14



Pour réduire l'appétit

90 GÉLULES VÉGÉTALES

58,5 g Réf. MINCO13

Pour limiter les excès

CAPTEUR GRAISSES ET SUCRES

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Absorbe les graisses et les sucres (nopal)
- ✓ Aide à contrôler la glycémie (nopal)
- ✓ Contribue au métabolisme des graisses (nopal, choline)

INGRÉDIENTS : Neopuntia™ : poudre brevetée de nopal (*Opuntia ficus-indica* - feuilles), agent d'enrobage : hypromellose, choline bitartrate

neopuntia est une marque de NEXIRA.



Le capteur est idéal l'été, pendant les fêtes et après tout repas riche en graisses et/ou sucres. **Il doit être pris 15 à 45 min après les repas copieux. Pourquoi ? Pour optimiser son efficacité !** En effet, dans l'estomac, les graisses ont tendance à remonter à la surface du bol alimentaire quelques minutes après un repas. Il sera alors plus facile pour le Neopuntia™ de les absorber.

38,7 g Réf. CAPT001



SUCROLYS®

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Aide au maintien d'un taux de glucose normal dans le sang (fenugrec)
- ✓ Contribue à réguler le niveau de sucre dans le sang (cannelle)
- ✓ Favorise le maintien d'une glycémie normale (chrome)



INGRÉDIENTS : poudre de fenugrec, agent d'enrobage : hypromellose, extrait sec de cannelle, chlorure de chrome

Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes.

19,5 g Réf. SUCR003

Pour réguler la glycémie

Contre les pulsions alimentaires



- ✓ Réduit l'impact négatif du stress sur l'organisme : augmentation de l'appétit, pulsions alimentaires, grignotage... (*Rhodiola rosea*)
- ✓ Contribue au bon fonctionnement du système nerveux (magnésium)

INGRÉDIENTS : extrait sec de *Rhodiola rosea*, oxyde de magnésium marin, agent d'enrobage : hypromellose, L-tryptophane

Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes.

21,9 g Réf. RHOD001

Le saviez-vous ?



La **cannelle**, qui provient de l'écorce du cannelier, est très riche en fibres puisqu'on en retrouve 1.3 g dans 2 g de cannelle. Cette teneur lui confère notamment des propriétés bénéfiques pour la digestion.

Ajoutez-en à vos desserts (yaourts, fromage blanc...) et vos petits-déjeuners ou collations (pancakes, muesli, porridge...) pour profiter de ses bienfaits.



RHODIOMAG+®

60 GÉLULES VÉGÉTALES

ÉLIMINATION & DRAINAGE

Le saviez-vous ?

La **papaye** est le fruit du papayer, un arbre connu sous le nom *Carica papaya* originaire d'Afrique et du sud du Mexique. Il a été distribué par les conquistadors dans les régions tropicales et subtropicales. Il ne tolère pas les conditions climatiques extrêmes, c'est pour cela qu'aujourd'hui, il est cultivé en Amérique centrale (du Mexique jusqu'au Brésil), mais également dans les Antilles ou encore en Asie tropical (Malaisie, Philippines...).

Surnommée « fruit des anges » par Christophe Colomb, **c'est un fruit qui a de très bonnes qualités nutritionnelles, puisqu'il est très riche en antioxydants, vitamines (A, C, B5 et B9), minéraux et fibres.**



MINCI FLASH® DRAINEUR

FLACON + BOUCHON DOSEUR

- ✓ 10 extraits de plantes
- ✓ Favorise l'élimination de l'eau (fenouil)
- ✓ Contribue au fonctionnement normal du système urinaire (fenouil)
- ✓ Drainant (frêne)



INGREDIENTS : eau, extraits aqueux de thé de java (feuille), fenouil (racine), artichaut (feuille), fumeterre (parties aériennes), mélilot (parties aériennes), papaye (fruit), romarin (feuille), hamamélis (feuille), pissenlit (racine), frêne (feuille), stabilisant : glycérine, acidifiant : acide citrique, arôme thé-pêche, conservateur : sorbate de potassium

⚠ Déconseillé aux enfants de moins de 12 ans ainsi qu'aux femmes enceintes ou allaitantes.

500 ml Réf. MINC004

Contre la rétention d'eau

⊕ Son goût thé-pêche agréable contrairement à la plupart des draineurs !

À associer avec le CELLULESS® en cas de peau d'orange.



« Ce qu'en disent les pros »

« Je conseille vraiment le MINCI FLASH DRAINEUR avec le MINCI FLASH BRULEUR DE GRAISSES, c'est une association qui marche très bien pour l'amincissement ! » **Caroline - gérante de l'institut « C'Bulle de Bien-être »**

ALGODRAINOL®

FLACON + BOUCHON DOSEUR



- ✓ Stimule l'élimination de l'eau et des toxines (piloselle)
- ✓ Drainant (frêne)
- ✓ Contribue au métabolisme des graisses (fucus)

INGREDIENTS : eau, extraits aqueux de piloselle (plante entière), frêne (feuille), fucus (thalle) et laminaire (thalle), stabilisant : glycérine, acidifiant : acide citrique, conservateur : sorbate de potassium, arôme fruits exotiques

⚠ Déconseillé aux personnes souffrant de troubles de la thyroïde. L'emploi chez les personnes sous traitement anticoagulant est déconseillé. Ne doit pas être utilisé par les femmes enceintes ou allaitantes.

300 ml Réf. ALGO001

⊕ Grâce au fucus, il a aussi une action sur les graisses de réserve !

AUBIER DE TILLEUL

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Favorise les fonctions d'élimination de l'organisme (aubier de tilleul)

⊕ Grâce à ses propriétés dépuratives, il a aussi des bienfaits au niveau articulaire !

INGREDIENTS : extrait sec d'aubier de tilleul, agent d'enrobage : hypromellose

29,4 g Réf. AUBI001



Pour favoriser l'élimination

Le saviez-vous ?

La **rétention d'eau** se manifeste par une accumulation d'eau, dans l'organisme, anormalement piégée dans les tissus du corps. Elle est due à un mauvais fonctionnement du système d'élimination naturelle (reins, urines et transpiration), des « oedèmes » se forment, notamment au niveau des jambes (chevilles, pieds, mollets), mais peuvent également atteindre les mains, le ventre, les seins... Ils s'accompagnent d'une sensation de lourdeur et de ballonnement. **Contrairement aux idées reçues, il faut boire beaucoup d'eau, surtout en cas de rétention d'eau, pour favoriser son élimination. C'est là qu'entrent en jeu les draineurs !**

CONTRE LES CAPITONS

Le saviez-vous ?

85% des femmes de plus de 20 ans sont concernées par le changement d'aspect du relief de la peau. Appelé communément peau d'orange ou capitons, il se localise notamment au niveau des cuisses, des hanches et du ventre.

CELLULESS®

ÉTUI DE 15 STICKS DE 5G

- ✓ Efficace contre les capitons, particulièrement les grades les plus élevés et inesthétiques - évaluation par deux études cliniques contrôlées - (Dimpless®)
- ✓ Contribue à préserver une bonne circulation sanguine (ortie)
- ✓ Aide à réduire la sensation de jambes lourdes (ortie)
- ✓ Participe au maintien d'une jolie peau (zinc)

⊕ Contient un actif naturel à l'efficacité prouvée
Son conditionnement en sticks facilement transportables



INGREDIENTS : Dextrine de blé, acidifiant : acide citrique, caféine, arômes naturels, anti-agglomérant : dioxyde de silicium [nano], correcteur d'acidité : citrate de sodium, DIMPLESS® - jus de melon concentré riche en SOD, lactate de zinc, poudre de jus de betterave, extrait sec d'ortie (feuille), édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, colorant : bêta-carotène.

⚠ Contient de la caféine (80 mg par dose journalière recommandée de 1 stick).

Ne pas utiliser chez les enfants, les adolescents, les femmes enceintes ou allaitantes.

75 g Réf. CELL002



CREME MINCEUR TRIPLE ACTION

FLACON POMPE

- ✓ Complexe innovant d'actifs marins, d'huiles essentielles et de caféine
- ✓ Aide à remodeler et à affiner la silhouette
- ✓ Contribue à raffermir le corps et à atténuer l'aspect de la cellulite

INGREDIENTS : Lippia Citriodora Leaf Water*, Aqua, Helianthus Annuus Seed Oil, Glycerin, Alcohol**, Coffea Arabica Seed Oil, Cetearyl Alcohol, Candelilla/Jojoba/Rice Bran Polyglyceryl-3 Esters, Glyceryl Stearate, Brassica Campestris Sterols, Butyrospermum Parkii Butter*, Benzyl Alcohol, Microcrystalline Cellulose, Sodium Stearoyl Lactylate, Limonene, Citrus Limon Peel Oil*, Xanthan Gum, Cellulose Gum, Cupressus Sempervirens Leaf/Nut/Stem Oil*, Eucalyptus Globulus Leaf Oil*, Melaleuca Quinquenervia Oil*, Citrus Paradisi Peel Oil*, Dehydroacetic Acid, Tocopherol, Salvia Officinalis Oil*, Cananga Odorata Flower Oil*, Rosmarinus Officinalis Flower Oil*, Corallina Officinalis Extract, Cinnamomum Zeylanicum Bark Oil*, Cinnamal, Linalool, Citral, Benzyl Benzoate, Eugenol, Geraniol, Benzyl Salicylate, Farnesol. *Issu de l'agriculture biologique **Fabriqué à partir d'ingrédients biologiques

99% du total des ingrédients sont d'origine naturelle dont 51,6% du total des ingrédients sont issus de l'Agriculture Biologique

200 ml Réf. LMCO014

⚠ Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes. Éviter l'exposition au soleil après application.

⊕ Laisse la peau douce et satinée, permettant ainsi de s'habiller sans gêne après l'application.

En complément, du Celluless® pour une action externe

COMPLEXE MINCEUR

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ Aide à éliminer les toxines, drainer et décongestionner les tissus
- ✓ Contribue à atténuer l'aspect de la cellulite, raffermir et affiner la silhouette



Utilisez-le en massage léger sur les zones concernées. Associez-le au Celluless® pour une action en interne sur l'organisme et à la crème minceur pour des résultats plus rapides.

INGREDIENTS : huiles végétales de sésame* et noisettes*, huiles essentielles de cyprès*, cèdre*, citron*, et genévrier*. *issus de l'agriculture biologique

30 ml Réf. OCHU008



Cosmétique Ecologique et Biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>



USAGE EXTERNE

Les causes de l'apparition de la peau d'orange

Plusieurs facteurs peuvent être responsables de la formation de la cellulite :

- un mauvais équilibre alimentaire : alimentation trop riche en graisses et/ou en sucres
- une mauvaise hygiène de vie (tabac, alcool...)
- un manque d'activité physique
- un déséquilibre hormonal
- une mauvaise circulation sanguine
- un manque d'hydratation

CONTRE LES CAPITONS

 Le saviez-vous ?

Apprécié pour ses nombreuses vertus et son goût unique, le **thé vert** est consommé depuis plus de 5 000 ans en Chine, 1 500 ans au Japon et a été découvert en Europe grâce à la marine hollandaise au début du XVIIème siècle. Il provient d'un arbuste appelé le *Camellia Sinensis*, lui-même à l'origine de tous les thés.



Pour lutter contre la peau d'orange

À associer avec le **CELLULESS**® pour lutter contre la peau d'orange.



HUILE REMODELANTE

 FLACON

- ✓ Huile à base d'extraits de pissenlit, de prêle, d'ortie et de thé vert
- ✓ Aide à raffermir la peau
- ✓ Contribue à lisser la peau

 Texture agréable qui pénètre bien dans la peau et laisse un fini satiné

INGREDIENTS : Helianthus Annuus Seed Oil, Helianthus Annuus Hybrid Oil*, Prunus Armeniaca Kernel Oil*, Parfum, Limonene, Tocopherol, Camellia Sinensis Leaf Extract*, Equisetum Arvense Extract*, Spiraea Ulmaria Extract*, Taraxacum Officinale Root Extract*, Urtica Dioica Leaf Extract*, Linalool, Benzyl Salicylate, Benzyl Benzoate, Citral, Farnesol, Geraniol. *issus de l'agriculture biologique

100% du total des ingrédients sont d'origine naturelle et 97% du total des ingrédients sont issus de l'Agriculture Biologique

100 ml Réf. LMCO019



Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes.

VENTOUSE MINCEUR ANTICELLULITE

- ✓ Permet de reproduire un massage palper-rouler chez vous en quelques minutes
- ✓ Contribue à réduire l'aspect de la cellulite

INGREDIENT : silicone médical

Vendue dans son pochon en coton avec sa notice

Réf. LMCO020

À utiliser avec l'huile remodelante



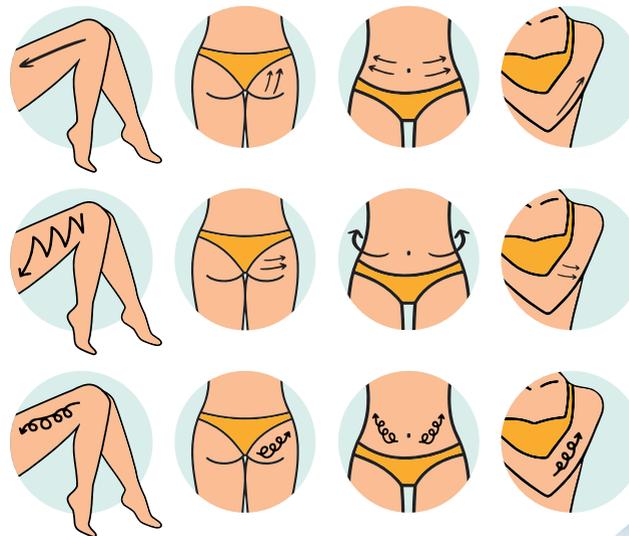
Apprenez à faire un massage efficace avec notre ventouse anticellulite

CUISSES

FESSES

VENTRE

BRAS



Nos conseils :

- Masser 5 minutes par zones
- Toujours masser vers le haut
- Boire un verre d'eau après le massage
- 1^{ers} résultats visibles dès 4 semaines d'utilisation régulière

 Les bons gestes à adopter :

- Boire beaucoup d'eau
- Pratiquer une activité physique régulière
- Adopter une alimentation équilibrée
- Pratiquer des massages drainants



DIGESTION & TRANSIT



Si votre ventre n'est pas plat, plusieurs facteurs peuvent jouer un rôle : la génétique, l'alimentation, une surcharge de graisses, le manque d'activité physique, le manque de tonicité au niveau abdominal et enfin les troubles digestifs. **En effet, un ventre moins ballonné est un ventre qui est plus plat !**

PROBIOTIQUES+

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Favorise un bon transit intestinal (fenouil)
- ✓ Aide à soulager les inconforts digestifs tels que les ballonnements (fenouil)



Conseillé également lors des voyages, pour éviter les désagréments fréquents provoqués par le changement de nourriture.

⊕ Sa teneur en probiotiques qui contribuent à l'équilibre de la flore intestinale



INGREDIENTS : Poudre de fenouil doux, agent d'enrobage: hypromellose, extrait sec de fenouil, ferments lactiques (*Lactococcus lactis*, *Lactobacillus casei*, *Lactobacillus rhamnosus*, *Bifidobacterium longum*)

⚠ Déconseillé aux enfants de moins de 12 ans.

22,5 g Réf. PROB001

Bien-être intestinal et ventre plat

COMPLEXE BIEN-AISE

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ Atténue les inconforts digestifs (ballonnements, aérophagie, spasmes...)
- ✓ Améliore les digestions difficiles
- ✓ Conseillé en cas de mal des transports



INGREDIENTS : huile végétale de sésame*, huiles essentielles de basilic tropical*, muscade*, petit grain*, fenouil doux* et romarin verbénone*. **issus de l'agriculture biologique*

10 ml Réf. OCHU001

Cosmétique Ecologique et Biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>

USAGE EXTERNE



EASY TRANSIT®

FLACON + BOUCHON DOSEUR

- ✓ Facilite la digestion (romarin)
- ✓ Contribue au bon fonctionnement du transit intestinal (romarin)
- ✓ Favorise le transit par un effet de lest et participe au confort digestif (tamarin)

INGREDIENTS : extrait fluide aqueux de romarin (feuille), fructo-oligosaccharides de chicorée (fibres), jus concentré de pruneau, macérât aqueux de tamarin (fruit), arôme naturel cassis, conservateurs : sorbate de potassium et benzoate de sodium

⊕ Source de fibres (chicorée)

200 ml Réf. EASY003

DÉTOX & NETTOYAGE

DÉTOX

FLACON + BOUCHON DOSEUR

FORMULE ENRICHIE

- ✓ Participe au maintien du bon fonctionnement du foie (pissenlit, chicorée)
- ✓ Favorise l'élimination des toxines de l'organisme (pissenlit, chicorée)
- ✓ Aide à éliminer les métaux lourds du corps et à détoxifier l'organisme (chlorella)
- ✓ Contribue au confort digestif (artichaut)



La détoxification est un « nettoyage » en douceur de l'ensemble des émonctoires (foie, reins, intestins, poumons et peau). Elle permet à l'organisme de se débarrasser des toxines et des déchets responsables de l'engraissement du métabolisme et d'un état de fatigue. Elle apporte à court terme une sensation de bien-être général, améliore le métabolisme et aide à perdre du poids.



INGREDIENTS : extraits aqueux de pissenlit (feuille), radis noir (racine) et chicorée (racine), eau, stabilisant : glycérine, arôme citron, poudre de chlorella, extrait sec d'artichaut (feuille), acidifiant : acide citrique, conservateur : sorbate de potassium

⚠ Déconseillé aux personnes ayant une hypothyroïdie ou un traitement de la thyroïde ainsi qu'aux femmes enceintes.

200 ml Réf. DETO003



Le saviez-vous ?

Le **pissenlit** (*Taraxacum officinalis* ou *Taraxacum Dens. leonis*), dont le nom rappelle ses propriétés diurétiques, est également appelé "Dent de Lion".

La **chlorella** (*Chlorella vulgaris*) est une microalgue dont le nom vient de sa teneur en chlorophylle plus élevée que celle de la spiruline.

STRESS & SOMMEIL



Mal géré, le stress contribue à de nombreux troubles : angoisses, anxiété, sommeil perturbé, fatigue pouvant engendrer une faiblesse immunitaire, une baisse de la motivation, de la concentration, de l'énergie, des difficultés relationnelles...

Le bien-être anti-stress

RHODIOMAG⁺

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Aide à réduire l'impact négatif du stress sur l'organisme (*Rhodiola rosea*)
- ✓ Contribue à diminuer la fatigue causée par le stress (*Rhodiola rosea*)
- ✓ Joue un rôle dans la réduction de la fatigue (magnésium)
- ✓ Contribue à des fonctions psychologiques normales et au bon fonctionnement du système nerveux (magnésium)



INGRÉDIENTS : extrait sec de *Rhodiola rosea*, oxyde de magnésium marin, agent d'enrobage : hypromellose, L-tryptophane

⚠ Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes.

21,9g RHOD001

COMPLEXE ÉQUILIBRE



FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ Actions stimulante et régulatrice
- ✓ Dynamise les personnes fatiguées et apaise les personnes nerveuses.



USAGE EXTERNE



COMPLEXE NUIT PAISIBLE

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ Favorise la relaxation et la détente
- ✓ Prépare à un sommeil calme et réparateur



INGRÉDIENTS : huile végétale de noisettes*, huiles essentielles de mandarine*, ravintsara* et citron*. *issus de l'agriculture biologique

10 ml Réf. OCHU005

En cas de stress, l'associer au RHODIOMAG+*



En cas de troubles du sommeil, l'associer au REPO'ZEN* ou SOMMEIL



10 ml Réf. OCHU009

Cosmétique Ecologique et Biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>

Le saviez-vous ?

La *Rhodiola rosea*, communément appelée rhodiole (ou racine dorée ou orpin rose) fait partie de la famille des crassulacées. Cette plante vivace aux fleurs jaunes pousse sur des terres sablonneuses et sèches. La *Rhodiola rosea* est une plante dite «adaptogène», c'est à dire qu'elle accroît, de manière générale, la résistance de l'organisme aux divers stress qui l'affectent.

Pour un sommeil réparateur

REPO'ZEN[®]

60 GÉLULES VÉGÉTALES



- ✓ Participe au maintien d'un sommeil sain (passiflore, camomille, valériane et eschscholtzia)
- ✓ Aide à favoriser la relaxation ainsi que le bien-être physique et mental (passiflore, camomille, valériane et eschscholtzia)
- ✓ Contribue à un bon sommeil (mélisse)

INGRÉDIENTS : extraits secs de passiflore, mélisse, camomille, valériane et eschscholtzia, agent d'enrobage: hypromellose

⚠ Déconseillé aux enfants de moins de 12 ans.

34,5g REPO002

SOMMEIL

60 GÉLULES VÉGÉTALES

À base de mélatonine

- ✓ Contribue à réduire le temps d'endormissement (mélatonine)
- ✓ Aide à trouver un meilleur sommeil et à diminuer l'agitation (aubépine et coquelicot)
- ✓ Favorise la relaxation et améliore la qualité du sommeil naturel (eschscholtzia)

INGRÉDIENTS : extraits secs d'aubépine, coquelicot et eschscholtzia, agent d'enrobage : hypromellose, mélatonine

⚠ Déconseillé aux enfants de moins de 12 ans, aux femmes enceintes ou allaitantes.

25,5g SOMM001



Le saviez-vous ?

Le **coquelicot** aussi appelé «pavot à opium» contient des alcaloïdes qui lui procurent une action sédative douce. Réputé pour ses propriétés apaisantes, il est utilisé en cas de troubles du sommeil.



ARTICULATIONS



À l'approche de la quarantaine, le renouvellement des cartilages se fait de moins en moins bien et sa qualité commence à diminuer. **En France, 20 millions de personnes connaissent des gênes articulaires qui empiètent sur une bonne qualité de vie.**

Pour dénouer vos articulations

SPÉCIAL ARTICULATIONS

FLACON + BOUCHON DOSEUR

- ✓ Contribue au maintien d'articulations saines (harpagophytum, ortie et saule blanc)
- ✓ Soutient la flexibilité des articulations (harpagophytum et ortie)
- ✓ Aide au maintien d'une bonne mobilité (harpagophytum et ortie)

⊕ *Solution naturelle, sans effet néfaste sur l'estomac*

INGRÉDIENTS : eau, stabilisant : glycérine, jus concentré de cassis, extraits secs d'ortie (parties aériennes), de saule blanc (écorce), d'harpagophytum (racine) et de reine des prés (sommité fleurie), arôme naturel de cassis avec autres arômes naturels, acidifiant : acide citrique, conservateurs : sorbate de potassium et benzoate de sodium

⚠ *Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes ainsi qu'aux personnes souffrant d'allergie aux dérivés salicylés (aspirine).*

300 ml Réf. SPEC001



Nos astuces pour estomper les douleurs articulaires

Si vous souffrez de gênes articulaires, nous avons quelques conseils :

- Posez une bouillote chaude sur la zone douloureuse
> la chaleur détend les muscles et les articulations
- Utilisez des soins à base d'huile essentielle d'eucalyptus
> anti-inflammatoire, elle limite les gênes articulaires
- Pratiquez des séances d'ostéopathie
> soulage les douleurs, par des pressions et des étirements



CARTINUTRIL®

120 GÉLULES

- ✓ Joue un rôle dans le maintien d'une bonne ossature
- ✓ Contribue à la formation normale des tissus conjonctifs (manganèse)
- ✓ Participe au maintien des tissus conjonctifs sains, dont les cartilages font partie (cuivre)

INGRÉDIENTS : sulfate de glucosamine (**crustacés**), sulfate de chondroïtine (**poissons**), agent d'enrobage : gélatine marine (**poissons**), gluconate de manganèse, gluconate de cuivre

54,7 g Réf. CART004



Confort articulaire

Souplesse articulaire

AUBIER DE TILLEUL

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Favorise les fonctions d'élimination de l'organisme (aubier de tilleul)



Pour aider à préserver la souplesse de vos gestes.

Il peut notamment être consommé aux changements de saison.

INGRÉDIENTS : extrait sec d'aubier de tilleul, agent d'enrobage : hypromellose

29,4 g Réf. AUBI001



COMPLEXE DOLORIS

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ Décontracte les muscles
- ✓ Apaise les inflammations



Appliquer quelques gouttes sur les zones douloureuses et masser.

INGRÉDIENTS : huile végétale de sésame*, huiles essentielles de romarin camphré*, pin sylvestre* et origan*. *issus de l'agriculture biologique

10 ml Réf. OCHU004

Cosmétique Ecologique et Biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>



Le saviez-vous ?

Par temps de pluie, la pression atmosphérique diminue ce qui augmente la pression des liquides de nos articulations. **Cette pression engendre des douleurs et des sensibilités.**

CIRCULATION



En France, la sensation de jambes lourdes est très répandue puisque 15 millions de personnes en souffrent. Elle est souvent liée à un problème de circulation du sang ou d'insuffisance veineuse. Elle se manifeste de plusieurs façons : jambes qui enflent, apparition de petites veines qui marbrent la peau, fourmillements, crampes, picotements ou oedèmes. Les désagrèments ont tendance à s'accroître en fin de journée, lorsqu'il fait chaud et en cas de station debout prolongée. **Ces sensations se font ressentir essentiellement au niveau des mollets et touchent 70% de femmes.**

Certaines personnes ont plus de risques d'être atteintes à cause de différents facteurs tels que l'âge, le sexe, l'hérédité, le surpoids, la chaleur, la posture... À terme, cette affection peut évoluer vers la formation de varices, d'oedèmes permanents et de divers troubles de la peau.

VEINACTIV®

90 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Participe au maintien d'une bonne circulation sanguine dans les microvaisseaux (marron d'Inde, petit houx et mélilot)
- ✓ Diminue la sensation de jambes lourdes (marron d'Inde, petit houx et mélilot)
- ✓ Aide au maintien d'une circulation veineuse normale (marron d'Inde et petit houx)

INGRÉDIENTS : extrait sec de marron d'Inde, extrait sec de petit houx, extrait sec de mélilot, agent d'enrobage : hypromellose

⚠ Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes et aux personnes sous traitement anticoagulant.

33,7 g Réf. VEIN002



Stop aux jambes lourdes

COMPLEXE JAMBES LÉGÈRES

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ Active la circulation
- ✓ Estompe la sensation de jambes lourdes

INGRÉDIENTS : huile végétale de sésame*, huiles essentielles de cyprès*, genévrier* et menthe poivrée*. *issus de l'agriculture biologique

30 ml Réf. OCHU006



USAGE EXTERNE



À associer au VEINACTIV® pour de meilleurs résultats.



Utilisez-le en massages délicats sur les jambes, en remontant des chevilles jusqu'au haut des cuisses.



Cosmétique Ecologique et Biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>



Les bons gestes à adopter :

- Marcher ou pratiquer une activité physique quotidienne
- Éviter de rester statique
- Boire beaucoup d'eau
- Ne pas porter de vêtements trop serrés
- Pratiquer des massages drainants



SPRAY JAMBES FRAÎCHES

FLACON SPRAY



⊕
Ses actifs
100%
naturels

- ✓ Estompe les sensations de jambes lourdes (*Ginkgo biloba*, vigne rouge et petit houx)
- ✓ Active la circulation (*Ginkgo biloba*, vigne rouge et petit houx)
- ✓ Rafraichit et apporte confort et bien-être immédiats aux jambes lourdes et fatiguées (menthol)

INGRÉDIENTS : Alcohol**, Mentha Piperita Leaf Water*, Aqua, Menthol, Aesculus Hippocastanum Seed Extract*, Glycerin, Mentha Arvensis Leaf Oil, Citrus Limon Peel Oil, Cupressus Sempervirens Leaf/Nut/Stem Oil, Lavandula Hybrida Oil, Limonene, *Ginkgo Biloba* Leaf Extract*, Hamamelis Virginiana Leaf Extract*, Ruscus Aculeatus Root Extract*, Vitis Vinifera Leaf Extract*, Linalool, Cistus Ladaniferus Oil, Citral.

*Issus de l'agriculture biologique **Fabriqué à partir d'ingrédients biologiques

100% du total des ingrédients sont d'origine naturelle
dont 91,1% du total des ingrédients sont issus de l'Agriculture Biologique

150 ml Réf. LMCO017



⚠ Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes.

COMPLEXE POUR LES PIEDS

FLACON COMPTE-GOUTTES



- ✓ Hydrate les couches superficielles de la peau
- ✓ Favorise la circulation
- ✓ Diminue la transpiration
- ✓ Apporte légèreté et bien-être aux pieds fatigués

INGRÉDIENTS : huile végétale de jojoba*, huiles essentielles de lavande fine*, romarin cinéole*, citron*, genévrier*, sarriette montana* et menthe poivrée*. *issus de l'agriculture biologique

10 ml Réf. OCHU014



Cosmétique Ecologique et Biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>

Pour prendre soin de ses pieds

USAGE EXTERNE



VITALITÉ & ÉNERGIE

Stop à la fatigue !

TOP ENERGY®

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Contribue à réduire la fatigue (vitamines C, B2, B3, B5, B6, B9, B12, fer et magnésium)
- ✓ Participe à un métabolisme énergétique normal (calcium, cuivre, manganèse, phosphore, vitamines B1, B8)

+ 2 gélules par jour fournissent 100% des apports de référence en ces vitamines

INGRÉDIENTS : phosphate tricalcique, acide L-ascorbique (vitamine C), agent d'enrobage : hypromellose, gluconate de fer, oxyde de magnésium marin, nicotinamide (vitamine B3), D-pantothénate de calcium (vitamine B5), gluconate de cuivre, sulfate de manganèse, chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6), riboflavine (vitamine B2), chlorhydrate de thiamine (vitamine B1), acide ptéroylmonoglutamique (vitamine B9), D-biotine (vitamine B8), cyanocobalamine (vitamine B12)

38,4 g Réf. TOPE002



À associer avec la GELÉE ROYALE, pour vous donner un coup de fouet ou si vous ressentez une grosse fatigue.



La vitamine C

Bien qu'elles soient toutes indispensables, la plus importante des vitamines est sans aucun doute la vitamine C, dont le rôle physiologique est très étendu. Elle fut découverte en 1928 pour ses vertus curatives contre le scorbut, maladie qui existe depuis l'Antiquité et dont elle tient son nom scientifique «acide ascorbique».

La vitamine C soutient le système immunitaire et facilite l'absorption du fer ainsi que du calcium ; elle joue également un rôle contre la fatigue, en particulier en période de grippe.

On la retrouve dans les agrumes mais aussi dans les fruits rouges (groseilles, framboises, myrtilles, cassis), les kiwis, la goyave, les aromates tels que le persil et la coriandre et dans les légumes comme le brocoli, les épinards, les tomates, les poivrons...

Dans l'organisme, sa teneur est très instable et diminue en cas de stress, de sport intense ou de fatigue. Pour rester en forme, il est recommandé d'avoir un apport minimal en vitamine C de 80 mg / jour.



Le saviez-vous ?

Les micronutriments, vitamines et minéraux, n'ont aucune valeur énergétique. Ils n'en demeurent pas moins essentiels, car ils exercent des fonctions primordiales dans toutes les réactions du corps : entre autres, ils régulent le métabolisme, facilitent la libération d'énergie et assurent des rôles importants dans la synthèse des os et des tissus.

QUOTIDOSE®

ETUI DE 4 BLISTERS • 56 GÉLULES + 28 CAPSULES

- ✓ Apporte des oméga 3
- ✓ Aide à maintenir un bon métabolisme énergétique (vitamines C, B3, B6 et B12)
- ✓ Contribue au métabolisme normal des macronutriments (chrome, vitamine B8)
- ✓ Aide à préserver les défenses naturelles grâce à ses propriétés antioxydantes significatives (gingembre)
- ✓ Maintient une fonction musculaire saine (magnésium et vitamine D)
- ✓ Contribue à une fonction thyroïdienne normale (sélénium)

INGRÉDIENTS par gélule : oxyde de magnésium marin, agent d'enrobage : hypromellose, poudre de gingembre, acide L-ascorbique (vitamine C), pidolate ferreux (fer), nicotinamide (vitamine PP), oxyde de zinc, D-pantothénate de calcium (vitamine B5), cyanocobalamine (vitamine B12), cholécalficérol (vitamine D), chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6), riboflavine (vitamine B2), chlorhydrate de thiamine (vitamine B1), acide ptéroylmonoglutamique (vitamine B9), chlorure de chrome, sélénite de sodium (sélénium), D-biotine (vitamine B8)

INGRÉDIENTS par capsule : huile de poissons riche en acides gras oméga 3, agents d'enrobage : gélatine et glycérine végétale, D-alpha-tocophérol (vitamine E naturelle)

28,3 g gélules - 19,9 g capsules Réf. QUOT002

+ Formule très complète à prendre toute l'année

Votre capital santé au quotidien



IMMUNITÉ & DÉFENSES NATURELLES

GELÉE ROYALE / GINSENG / VITAMINE C

ETUI DE 20 AMPOULES BUVABLES

- ✓ Participe au maintien du bon fonctionnement du système immunitaire (ginseng, vitamine C)
- ✓ Intervient dans la réduction de la fatigue (vitamine C)
- ✓ Soutient la résistance de l'organisme en cas de stress temporaire et aide à se sentir plus énergique (ginseng)
- ✓ Favorise le maintien des capacités physiques et mentales des personnes affaiblies, fatiguées, surmenées, qui manquent de concentration (ginseng)

INGREDIENTS : eau déminéralisée, fructose, miel de fleurs, concentré de jus d'orange, gelée royale, extrait sec de ginseng, acide L-ascorbique (vitamine C), arôme naturel abricot

Sans alcool, sans conservateur, ni colorant.

⚠ Ne convient pas aux femmes enceintes ou allaitantes, de même qu'aux enfants avant 10 ans.

L'emploi chez les personnes sous traitement antidiabétique est déconseillé.

200 ml Réf. GELE001



Coup de fouet !

Augmentez vos défenses naturelles

SPECIAL IMMUNITÉ

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Renforce la résistance de l'organisme en cas de conditions environnementales défavorables (cassis)
- ✓ Aide à préserver les défenses naturelles de l'organisme et à lutter contre les désagréments liés aux coups de froid (échinacée)
- ✓ Participe au maintien du bon fonctionnement du système immunitaire (vitamines B6, B9, B12 et D)

INGREDIENTS : poudre de cassis, extrait sec d'échinacée, agent d'enrobage : hypromellose, chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6), acide ptéroylmonoglutamique (vitamine B9), cholécalférol (vitamine D), cyanocobalamine (vitamine B12)



À associer avec la GELÉE ROYALE, pour renforcer vos défenses naturelles.



21,3 g Réf. SPEC003

BIEN-ÊTRE FÉMININ



Le **syndrome prémenstruel** (SPM) correspond aux différents symptômes physiques et psychologiques qui se manifestent à l'arrivée des règles et qui disparaissent, la plupart du temps, peu après. En général, ils sont sans gravité mais ils peuvent rapidement devenir intenses voire invalidants.

CYCLES MENSTRUELS

60 GÉLULES VÉGÉTALES



- ✓ Recommandé lors de problèmes liés au cycle menstruel, participe au bien-être féminin au cours de celui-ci (alchémille)
- ✓ Aide à réduire les états de nervosité (coquelicot)
- ✓ Contribue à réguler l'activité hormonale et participe au maintien de fonctions psychologiques normales (vitamine B6)

INGREDIENTS : poudre d'achillée millefeuille, extrait sec de framboisier, agent d'enrobage : hypromellose, extrait sec de coquelicot, poudre d'alchémille, cholécalférol (vitamine D), chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6)

23 g Réf. CYCLO01

Contre les inconforts

Vers l'âge de 50 ans, le corps d'une femme subit un bouleversement hormonal important. **La ménopause est un processus et non un moment défini dans le temps**, c'est pourquoi sa durée varie d'une femme à l'autre. Ce changement est responsable de désagréments tels que : bouffées de chaleur, troubles de l'humeur, irritabilité, sommeil perturbé, fragilisation des os... pouvant durer entre 4 et 8 ans.

MÉNOPAUSE

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Contribue à diminuer les inconforts tels que les bouffées de chaleur (pollen)
- ✓ Aide à réduire les sueurs nocturnes (sauge)
- ✓ Favorise la relaxation et améliore la qualité du sommeil (eschscholtzia)
- ✓ Contribue à réguler l'activité hormonale et à réduire la fatigue (vitamine B6)

INGREDIENTS : poudre de sauge, poudre de pollen, agent d'enrobage : hypromellose, poudre d'eschscholtzia, antiagglomérant : extrait de son de riz bio, chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6)

23,7 g Réf. MENO001



« Pourquoi vous l'aimez ? »

« J'ai essayé le complément alimentaire Ménopause car j'avais beaucoup de sueurs nocturnes et d'autres désagréments liés à la ménopause. J'avoue être agréablement surprise du résultat. Je ne me réveille plus la nuit trempée et je vois un réel impact sur ma qualité de vie. J'en suis très heureuse. Je recommande vivement. » **Florence A.**

BIEN-ÊTRE QUOTIDIEN

Préservez votre capital osseux

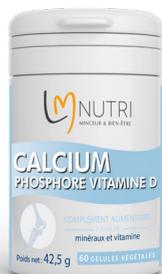
CALCIUM-PHOSPHORE-VITAMINE D

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Joue un rôle dans le maintien d'une ossature saine (calcium, phosphore et vitamine D)
- ✓ Contribue à l'absorption et à l'utilisation normales du calcium et du phosphore (vitamine D)

+ 2 gélules équivalent à 50% des apports de référence en calcium

INGREDIENTS : phosphate tricalcique, agent d'enrobage : hypromellose, cholécalciférol (vitamine D)



42,5 g Réf. CALCO01

Le saviez-vous ?

Le corps humain adulte renferme de 1 000 à 1 200 mg de calcium dont environ 99% sont localisés dans les os.

L'apport recommandé en calcium pour la population générale est de 900 mg / jour avant 55 ans et de 1 200 mg / jour après.

Quels sont les aliments source de calcium ?

- Les **eaux calciques**
- Certains **légumes verts** (poireau, épinard, roquette...)
- Les **produits laitiers** (fromage, lait, yaourts...)
- Les **produits de la mer** (Saint Jacques, saumon, sardine...)
- Les **fruits à coques** (amandes, noisettes...)
- Les **légumes secs** (haricots blancs, fèves...)
- Les **herbes aromatiques** (basilic, thym, herbes de Provence...).



38

Bien-être cardiovasculaire

PHYSIO'MEGA 3®

90 CAPSULES

- ✓ Contribue à une fonction cardiaque normale (acide eicosapentaénoïque : EPA, acide docosahexaénoïque : DHA)
- ✓ Contribue au maintien d'une vision normale et au fonctionnement normal du cerveau (acide docosahexaénoïque : DHA)

INGREDIENTS : huile de poissons riche en acides gras oméga 3, agents d'enrobage : gélatine et glycérine végétale, D-alpha-tocophérol (vitamine E naturelle)

63,9 g Réf. PHYSO02



À associer avec le TOP ENERGY® pour réduire la fatigue



+



Zoom sur les oméga 3

Les oméga 3 appartiennent à la famille des lipides, plus connus sous le nom de matières grasses.

Indispensables dans un régime alimentaire équilibré, ils permettent notamment à notre organisme de fabriquer les cellules et participent au bon fonctionnement du système nerveux. Ils sont également une source d'énergie privilégiée. Les **acides gras oméga 3** sont dits « essentiels » car notre organisme ne sait pas les fabriquer ; c'est pourquoi il faut absolument qu'ils soient apportés par l'alimentation.

39

BIEN-ÊTRE QUOTIDIEN



Pour comprendre le fonctionnement de la mémoire, il faut comprendre le fonctionnement de notre cerveau ! C'est un organe très complexe situé au niveau de la boîte crânienne et composé de près de 100 milliards de neurones (cellules nerveuses). La **mémoire** se construit au centre de notre cerveau, dans une partie appelée «hippocampe». L'hippocampe est l'endroit de réception de toutes les informations envoyées par les cinq sens : la vue, l'ouïe, le toucher, l'odorat, le goût... **Il est donc important de stimuler sa mémoire le plus souvent possible** car une mémoire qui s'use est une mémoire trop peu utilisée.

MÉMOIRE

60 GÉLULES VÉGÉTALES



- ✓ Contribue à des fonctions psychologiques normales, telles que l'apprentissage et la mémoire (vitamines B1 et B6)
- ✓ Participe au maintien de bonnes performances intellectuelles (vitamine B5)
- ✓ Joue un rôle dans le maintien d'une fonction cognitive saine, incluant la mémoire et l'attention (fer et zinc)
- ✓ Soutient les capacités d'apprentissage et de mémorisation en aidant à se détendre (brahmi ou *Bacopa monnieri*)

INGRÉDIENTS : extrait sec de brahmi (*Bacopa monnieri*), gluconate de fer, agent d'enrobage : hypromellose, citrate de zinc, D-pantothénate de calcium (vitamine B5), chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6), chlorhydrate de thiamine (vitamine B1)

18,8 g Réf. MEMO001

À associer avec le **PHYSIO'MÉGA 3*** pour une action globale



Les bons gestes à adopter pour stimuler sa mémoire

- Stimuler son cerveau au quotidien
- Essayer de retenir un maximum d'informations (dates, numéros de téléphone, adresses...) pour « muscler » sa mémoire
- Donner du sens à ce que l'on retient
- Pratiquer une activité physique
- Dormir suffisamment
- Se relaxer

Les huiles essentielles sont caractérisées par leur très forte concentration en éléments actifs. Elles peuvent abriter jusqu'à plusieurs centaines de sortes de molécules, chacune ayant des propriétés particulières. C'est la raison pour laquelle une même huile essentielle peut être recommandée dans différents domaines.

Du fait de leur concentration élevée, les huiles essentielles ne doivent jamais être utilisées pures. En usage externe, elles sont toujours mélangées à un excipient, lotion ou huile végétale. Leur pouvoir d'absorption par voie externe est très puissant.

COMPLEXE PREMIER SECOURS

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ **Recommandé pour faire face aux petits accidents quotidiens de toute la famille : bosses, échauffements, rougeurs, piqûres de moustique.**

INGRÉDIENTS : huiles végétales de carthame* et de jojoba*, huiles essentielles de petit grain*, tea tree*, hélichryse*, huile de macération de rose* dans jojoba*. *issus de l'agriculture biologique

10 ml Réf. OCHU015



COMPLEXE OCÉANTHIVER I

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ **Conseillé en cas de troubles affectant les voies respiratoires basses : encombrement des bronches, toux, coup de froid,...**

Quelques gouttes sur un mouchoir glissé dans la poche des enfants évitent bien des désagréments.

INGRÉDIENTS : huile végétale de sésame*, huiles essentielles d'eucalyptus globulus* et lavandin super*. *issus de l'agriculture biologique

10 ml Réf. OCHU011



Nos conseils pour les utiliser : en inhalation dans de l'eau chaude et / ou en application locale au niveau des sinus ou du thorax.

Pour votre inhalation : faites chauffer de l'eau dans un bol, ajoutez 5 gouttes du complexe, mélangez puis mettez votre visage au-dessus afin de respirer les vapeurs d'eau.

Petite astuce : se couvrir la tête avec un torchon ou une petite serviette pour conserver un maximum la vapeur.

COMPLEXE OCÉANTHIVER II

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ **Recommandé contre les encombrements des voies respiratoires hautes : rhume, coup de froid, nez pris,...**

INGRÉDIENTS : huile végétale de jojoba*, huiles essentielles d'eucalyptus globulus*, romarin cinéole*, niaouli* et menthe poivrée*. *issus de l'agriculture biologique

10 ml Réf. OCHU012



Cosmétique Ecologique et Biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>



BEAUTÉ DE LA PEAU



La NUTRI-COSMÉTIQUE est la **combinaison entre la nutrition et la cosmétique**. Il s'agit d'un moyen de prendre soin de sa beauté grâce à un produit consommé par voie orale. Elle possède des effets sur la peau, mais aussi sur les ongles et les cheveux.

La nutri-cosmétique est indispensable si vous souhaitez obtenir des résultats visibles et durables. En effet, certaines problématiques, comme les signes de l'âge (rides, ridules, taches) ou les problèmes de peau trouvent leurs origines à l'intérieur du corps, qui subit les effets délétères du vieillissement liés au stress oxydatif ou à l'inflammation notamment. **C'est parce qu'ils agissent de l'intérieur, à la source, que les compléments alimentaires dédiés à la beauté (les nutri-cosmétiques) sont intéressants.**

Collagène, acide hyaluronique, zinc, bardane, huile de bourrache... vous retrouverez tous ces actifs dans notre gamme de compléments alimentaires beauté.

ANTI-ÂGE

60 GÉLULES VÉGÉTALES



- ✓ Apporte du collagène et de l'acide hyaluronique
- ✓ Rajeunissant, il est composé de cellules proactives réduisant les effets du vieillissement (*Terminalia chebula*)
- ✓ Contribue à la formation normale de collagène (vitamine C)
- ✓ Aide à garder une jolie peau (zinc)

⊕ Sa teneur en coenzyme Q10 qui diminue naturellement avec l'âge

💡 Le collagène et l'acide hyaluronique, sont essentiels pour maintenir l'élasticité et l'hydratation de la peau.

INGRÉDIENTS : hydrolysate de collagène marin (**poissons**), agent d'enrobage : hypromellose, acide L-ascorbique (vitamine C), acide hyaluronique, extrait sec de Terminalia chebula, oxyde de zinc, coenzyme Q10

22,6 g Réf. ANTI001

💡 *Le saviez-vous ?*

Environ **56% de l'acide hyaluronique total contenu dans le corps se trouve dans la peau**. Sa production diminue avec l'âge : en effet, à partir de 50 ans, la peau perd en moyenne 50% de son taux d'acide hyaluronique et à partir de 60 ans, celui-ci n'est plus que de 10%.

COLLAGÈNE EXPERT arôme agrumes

SACHETS + CUILLÈRE DOSEUSE

- ✓ Hautement dosé en collagène (5 g)
- ✓ Contribue à la formation normale de collagène (vitamine C)

⊕ Sa forme poudre qui change des gélules

INGRÉDIENTS : hydrolysate de collagène marin (**poissons**), arômes naturels, jus de citron en poudre, jus d'orange en poudre, jus concentré d'acérola en poudre, édulcorant : glycosides de stéviol issus de Stevia

180 g Réf. COLL001



Prévenez le vieillissement prématuré de votre peau



COLLAGÈNE EXPERT saveur chocolat

POT DE POUDRE + CUILLÈRE DOSEUSE

- ✓ Hautement dosé en collagène (5 g)
- ✓ Contribue à la formation normale de collagène (vitamine C)

INGRÉDIENTS : hydrolysate de collagène marin (**poissons**), cacao maigre en poudre, maltodextrine, arômes, L-ascorbate de sodium (vitamine C), édulcorant : sucralose

240 g Réf. COLL003

⊕ Son goût chocolat très gourmand !

Comment prendre le collagène expert ?

Mélanger 1 dose dans 150 ml d'eau ou de lait. Savourez-le en boisson, au petit-déjeuner ou dans la journée.

💡 Le collagène est une protéine essentielle à la structure de la peau (élasticité, régénération, hydratation, souplesse, résistance...) dont la quantité diminue d'environ **1% PAR AN** à partir de **25 ANS**.



BEAUTÉ DE LA PEAU



Au fil des années, la peau subit différentes agressions pouvant entraîner l'apparition de taches, plus ou moins grandes et nombreuses. En effet, les UV, une mauvaise hygiène de vie (tabac, alcool), les variations hormonales ou encore les problèmes de peau sont responsables d'une production trop importante de mélanine (pigment de la peau) qui s'accumule sur certaines zones (visage, décolleté, mains...).



ANTI-TACHES

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Composé d'un ingrédient à l'efficacité scientifiquement testée* pour la beauté de la peau
- ✓ Contribue à la réduction de l'apparence des taches (SkinAx²™)
- ✓ Aide à améliorer l'apparence de la peau (pépins de raisin)
- ✓ Contribue au maintien d'une belle peau (zinc)

* skinax² est une marque déposée d'Activ'Inside

INGRÉDIENTS : extrait sec de mûrier blanc, agent d'enrobage : hypromellose, SkinAx²™ : extrait sec de pépins de raisin, vitamine C enrobée, citrate de zinc et concentré de jus de melon séché, poudre de gingembre, fibres d'acacia, extrait sec de pin maritime, acétate de DL-Alpha Tocophéryle (vitamine E), cholécalférol (vitamine D)

⚠ Réservé à l'adulte. Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes. L'emploi chez les personnes sous antidiabétique est déconseillé.

27,8 g Réf. ANTI002

+
82% des femmes
sont satisfaites de
SkinAx²™

Votre complexe antioxydant

ANTIOXYDANT

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ À base de grenade, riche en antioxydants
- ✓ Aide à maintenir un joli teint (pétales de rose)
- ✓ Contribuent à protéger les cellules contre le stress oxydatif (vitamine C et sélénium)

INGRÉDIENTS : extrait de grenade, acide L-ascorbique (vitamine C), fibre d'acacia, poudre de pétales de rose, levure enrichie en sélénium

28,4 g Réf. ANTI003



L'oxydation des cellules de la peau est aussi responsable d'un vieillissement prématuré des tissus et de l'apparition de taches brunes.

Hydratez votre peau de l'intérieur

HUILE DE BOURRACHE OMÉGA 6

50 CAPSULES

- ✓ Aide à protéger les cellules de la peau contre le stress oxydatif, responsable en partie de son vieillissement (vitamine E naturelle)

INGRÉDIENTS : huile de bourrache, agents d'enrobage : gélatine et glycérine végétale, D-alpha-tocophérol (vitamine E naturelle)

35 g Réf. BOUR001



Comment préparer sa peau au soleil ?

Le soleil et ses rayons nous apportent de nombreux bienfaits. Mais notre peau est fragile, c'est pourquoi il faut la préparer avant de s'exposer et éviter ainsi des conséquences que l'on pourrait regretter...

- 1 Appliquez de la crème solaire tout au long de l'année, sur le visage, le cou, les mains... (la meilleure défense est la prévention !)
- 2 Hydratez votre peau au quotidien avec des cosmétiques et des compléments alimentaires.
- 3 Faites le plein d'antioxydants (agrumes, curcuma, gingembre, vitamine C...) et de bêta-carotène (poivrons, tomates, basilic, courges...).



CAPSUN®

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Participe au maintien d'une jolie peau (vitamines A, B2 et B3)
- ✓ Joue un rôle dans la protection des cellules contre le stress oxydatif lié à l'exposition au soleil (vitamine E)
- ✓ Contribue à la pigmentation de la peau (cuivre)

INGRÉDIENTS : huile de bourrache en poudre, fibre d'acacia, agent d'enrobage : hypromellose, bêta-carotène naturel, acétate de D-alpha-tocophéryle (vitamine E naturelle), extrait de tomate (lycopène d'origine naturelle), nicotinamide (vitamine B3), extrait de tagète (lutéine d'origine naturelle), gluconate de cuivre, riboflavine (vitamine B2)

⚠ Ne dispense pas d'une protection solaire (crème, lunettes, chapeau...)

22 g Réf. CAPS001

Préparez, sublimez et prolongez votre bronzage

BEAUTÉ DES CHEVEUX

Cheveux abîmés, ternes, plats ? Ongles dédoublés, cassants ? **L'état de vos cheveux et de vos ongles est souvent le reflet de l'état général de votre corps.** Avec les années, ils ont tendance à devenir plus fins, plus fragiles ; on note un ralentissement de leur croissance et de leur renouvellement.

PHANÈRES +

60 GÉLULES VÉGÉTALES



- ✓ Apporte des acides aminés, des vitamines et des minéraux
- ✓ Contribue au maintien de cheveux sains (vitamines B8, zinc)
- ✓ Joue un rôle dans le maintien de jolis ongles (zinc)

INGREDIENTS : oxyde de magnésium marin, levure de bière, agent d'enrobage: hypromellose, L-cystine, L-méthionine, nicotinamide (vitamine PP), oxyde de zinc, D-pantothénate de calcium (vitamine B5), chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6), riboflavine (vitamine B2), D-biotine (vitamine B8)

26,8 g Réf. PHAN002

Utilisez-le avec notre complément alimentaire PHANÈRES+ ou POUSSE CHEVEUX pour de meilleurs résultats !



USAGE EXTERNE



COMPLEXE CAPILLAIRE

FLACON COMPTE-GOUTTES

- ✓ Limite les démangeaisons
- ✓ Limite la chute des cheveux et favorise leur repousse
- ✓ Apporte de la brillance aux cheveux abîmés



Appliquer raie par raie quelques gouttes, masser et laisser poser sous une serviette chaude avant de laver les cheveux.

INGREDIENTS : huile végétale de sésame*, huiles essentielles de lavande fine*, romarin cinéole*, cèdre* et ylang ylang*. *issus de l'agriculture biologique

10 ml Réf. OCHU002



Cosmétique Ecologique et Biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>



Les cheveux et les ongles sont principalement composés de kératine, une protéine riche en acides aminés soufrés (cystine et méthionine).

Les cheveux contiennent en moyenne 14 % de cystine et les ongles 10 %. C'est la kératine qui confère sa force au cheveu ainsi que sa dureté, sa solidité et sa flexibilité à l'ongle.

Vous trouverez la **cystine** et la **méthionine** dans les protéines animales (poisson, viande blanche, oeuf) ainsi que dans la levure de bière qui en est particulièrement riche.

Nous perdons tous en moyenne une centaine de cheveux par jour, qui sont renouvelés sans cesse pour préserver notre volume capillaire. Il peut arriver que cette chute de cheveux soit plus importante notamment quand on se les lave ou aux changements de saison (printemps et automne). En effet, nous en perdons jusqu'à 4 fois plus à ces périodes mais cela ne dure que quelques semaines.

Si la chute persiste, il est possible qu'elle soit liée : au stress, à une infection, à certains médicaments, à des variations hormonales (notamment après un accouchement), à des carences alimentaires, à un choc émotionnel... dans ce cas il est important d'en identifier la cause pour y remédier.

Vous pouvez tout de même adapter **vos soins capillaires** pour limiter la perte de cheveux et favoriser leur pousse en : utilisant des compléments alimentaires, optant pour une brosse douce, massant régulièrement votre cuir chevelu, utilisant des soins adaptés.

Nos conseils :



- Masser 5 minutes votre cuir chevelu en faisant des petits mouvements circulaires



- Utiliser une brosse douce, matin et soir

- Dormir les cheveux tressés sur une taie d'oreiller en soie



- Attacher ses cheveux le moins possible ou privilégier des accessoires qui ne les cassent pas, comme les pinces ou les chouchous en tissu

- Couper les pointes tous les 3 mois



Pour fortifier vos cheveux

POUSSE CHEVEUX

60 GÉLULES VÉGÉTALES

- ✓ Favorise la croissance et la fortification des cheveux (prêle)
- ✓ Participe à la stimulation du bulbe capillaire, ce qui favorise la pousse des cheveux (roquette)
- ✓ Active la microcirculation du cuir chevelu, ce qui limite leur chute (myrtille)

INGREDIENTS : L-Arginine, L-Lysine, agent d'enrobage : hypromellose, extrait sec de roquette, poudre de prêle, levure enrichie en sélénium, extrait sec de myrtille, acide folique (vitamine B9), D-biotine (vitamine B8)

21,9 g Réf. CHEV001



Le saviez-vous ?



La **myrtille**, autrement appelée «bleuet», est un fruit, découvert en Amérique du nord, riche en vitamines et en minéraux, utilisé depuis des siècles pour ses bienfaits sur le corps (circulation, vue, digestion, action antioxydante,...).

LM Bio est une gamme de cosmétiques BIO et naturels pour le visage, adaptée à tous les types de peau. Nos soins aux textures confortables et senteurs délicates vous permettent d'adopter la routine parfaite pour répondre à vos besoins.

NETTOYANTS, GOMMAGES, MASQUES, SÉRUM, CRÈMES,
nous vous proposons une gamme complète
pour offrir à votre peau toute l'attention qu'elle mérite.



Nos cosmétiques sont certifiés biologiques et contiennent jusqu'à **4 FOIS PLUS D'INGRÉDIENTS BIO** que la teneur exigée par le nouveau référentiel Cosmos



Riches en actifs aux vertus hydratantes, purifiantes et anti-âges, **LES MATIÈRES PREMIÈRES NATURELLES** de nos cosmétiques sont rigoureusement sélectionnées



Nos cosmétiques **RESPECTENT LA CHARTE COSMEBIO** exigeant notamment le contrôle des ingrédients, l'encadrement des procédés de fabrication et le contrôle du respect des mesures de protections de l'environnement



Nous n'utilisons pas d'étuis ou autres suremballages
et nos **PACKAGINGS SONT 100% RECYCLABLES**



Le saviez-vous ?

Les parfums naturels et biologiques de la gamme LM Bio sont développés par des **parfumeurs du sud de la France dont la ville de Grasse.**

COSMÉTIQUES BIO

*Nettoyer le visage
au quotidien*



*Hydrater la peau
matin et soir*

*Affiner le grain
de peau*



*Hydrater, purifier ou
lisser le teint*





Vous en parlez
mieux que nous

“

SANDRINE

Note
10/10

Je suis très satisfaite du résultat et surtout de ma coach, très à l'écoute, très disponible, très agréable et de très bons conseils. Un grand merci !

JANVIER 2024

”

“

DALILA

Note
10/10

Programme très simple à suivre et un excellent accompagnement.

JANVIER 2024

”

“

ALEXIA

Note
10/10

Mille mercis à ma conseillère pour ses précieux conseils ! -5kgs en un mois !

JANVIER 2024

”

“

ISABELLE

Note
10/10

J'ai commencé le programme le 12 juin 2023 et je suis très satisfaite de cette expérience.

Aucun jugement, que des conseils, de l'écoute et de la bienveillance. Actuellement j'ai perdu 6 kg et ça se voit !! J'ai appris à manger correctement, avoir des repas équilibrés et sains. Je me suis mise au sport 45 minutes par jour et ça fait un bien fou ! Pour infos j'ai 52 ans et je travaille en horaires décalés (nuit). Même si c'est dur au début on s'accroche et au bout la récompense, je recommande vivement LMP santé.

SEPTEMBRE 2023

”

“

ELSY

Note
10/10

J'ai commencé la cure et j'ai vu l'efficacité au bout de 1 semaine ! Une efficacité radicale et fabriqué en France. Je conseille ces produits à toutes les femmes avec des bouffées nocturnes et des bouffées de chaleur dues à la ménopause. Ma conseillère est d'une gentillesse incroyable et de très bons conseils. Merci pour ce laboratoire français qui pense au bien-être des femmes c'est un produit digne de ce nom !

DECEMBRE 2023

”

“

NATHALIE

Note
10/10

Depuis le 17 mai 2023, j'ai commencé mon rééquilibrage alimentaire avec les compléments de LMP et je dois dire qu'à ce jour, je suis plus que ravie... En effet j'ai perdu 13kg : je suis partie de 82 kgs à 69 kgs et surtout j'ai vraiment dégonflé... Quelques exemples au niveau taille j'ai perdu 21 cm, poitrine 14 cm, sous poitrine 13 cm, hanche 16 cm, cuisses 16 cm, mollets 6 cm et bras 8 cm. Je suis entièrement satisfaite... Plus que quelques kgs pour arriver au poids souhaité. Ma conseillère est au top, elle me motive plus que jamais, m'encourage et me félicite, elle est très à l'écoute et d'une grande gentillesse... Encore 4 kgs a perdre... Je tiens le bon bout !!!

JANVIER 2024

”

Ce que les professionnels
pensent de nos produits

“

CHRISTELLE - JUSTE UN INSTANT POUR ELLE

Centre esthétique et minceur

Le Détox, le Minci Flash Draineur, le Minci Flash Brûleur de graisses et le Celluless® marchent très bien. Ils ont un goût agréable ce qui les rend facile à boire. La cure qui associe le Détox puis le Minci Flash Draineur combiné au Minci Flash Brûleur de graisses procure de super résultats et aide à faire dégonfler le ventre. C'est une cure très efficace.

”

“

CHRISTINE - ATOUT BEAUTÉ

Centre esthétique anti-âge et minceur

Le Rhodiomag+ avec sa double action sur le stress et le grignotage, est un produit qui donne d'excellents résultats !

”

“

CAPUCINE - CAP&DIEM

Centre de diététique et esthétique

Les barres protéinées partent comme des petits pains et les biscuits pomme-cannelle et fruits rouges font partie des meilleures ventes.

”

“

MONA - SYNERGIE LIGNE

Centre de diététique et esthétique

La gamme MINCI Flash (draineur, brûleur de graisses et modérateur d'appétit) fait partie de mes meilleures ventes. J'ai de très bons retours notamment sur le brûleur de graisses abdos, qui est très efficace. Les préparations riches en protéines sont aussi très appréciées. Le côté pratique et gourmand des sachets de ces produits séduit ma clientèle. Pour le bien-être, la gelée royale apparaît aussi comme un produit phare.

”



L'intégralité des avis clients de LMP Santé sont gérés par Guest Suite certifié 'NF Service Avis en ligne, processus de collecte, modération et restitution des avis' par AFNOR Certification.

La reproduction, l'adaptation ou la traduction de ce document ou d'un extrait de ce document, sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, sans autorisation écrite préalable de LMP Santé - 260, rue du Puech Radier - 34 970 Lattes - FRANCE est interdite. SARL au capital de 90 000,00 € - RC Montpellier 753 940 956 000 18 - N° TVA Intracom: FR63 753 940 956 - Photos et visuels non contractuels - Crédits photos : ©adobestock ©freepik - Création : EpCreative



LABORATOIRE MP SANTÉ

*Experts depuis plus de 40 ans en
minceur, bien-être et beauté*

TUTTINUTRI

Notre e-magazine

Pour découvrir nos articles et nos conseils,
rendez-vous sur www.tuttinutri.com



+33(0)4 67 99 43 30 info@lmp-sante.com

www.lmp-sante.fr [f](#) LMP Coaching

[@](#) @lmp.coaching

