



## La légèreté jusqu'au bout des jambes !

Profitez de l'été, des journées où les rayons du soleil redonnent de l'énergie, sans que la chaleur ne remette votre bien-être en cause ! Les plantes qui ont une action bénéfique sur votre circulation vous aident à faire rimer été avec légèreté. Pour un été léger "côté jambes", certaines plantes sont des amies qui veulent du bien à vos veines. Adoptez-les dès le mois de mai aux premiers signes de réchauffement, vous en profiterez tout l'été !

**La période estivale est le moment de faire un "point circulation" !** En effet, comment se réjouir du retour du beau temps si la chaleur pèse trop lourd sur vos jambes ?

Doper la circulation au niveau des jambes procure une sensation de légèreté. Cela signifie dynamisme et confort mais aussi réduction de l'aspect capitonné de la peau. Pour le tonus du système veineux rien de tel que le ginkgo biloba, la vigne rouge, l'hamamélis ou le marron d'inde ! Piloselle, orthosiphon, prêle sont les plantes incontournables pour alléger les jambes de l'eau et des toxines qui les encomrent. Et, pour une bonne élasticité et tonicité des vaisseaux sanguins, pensez à recharger l'organisme en silicium dont la présence a tendance à diminuer avec l'âge !

### Les bons exemples :

#### **PHYTOCONCENTRÉ CIRCULATION**

Synergie de 9 plantes

Ce concentré de plantes aide à alléger vos jambes grâce à une action bénéfique sur la circulation. Par les OPC de raisins et par les anthocyanes dotés d'un bon pouvoir antioxydant il aide à la protection de la jeunesse des vaisseaux. En prime, les rougeurs, la nervosité et les sensations de chaleur dues aux émotions ou à la ménopause se font plus discrètes !

BOUTIQUE NATURE Flacon de 200 ml / 60 Nutri-sphères d'origine végétale

#### **VIGNE ROUGE BIO**

Des jambes fines et légères

Elle sera précieuse pour apaiser les sensations de jambes lourdes. Favorise la légèreté circulatoire en renforçant la résistance des vaisseaux et préserve leur jeunesse par son pouvoir antioxydant. Contribue à atténuer les conséquences de la chaleur telles que l'inconfort des jambes en procurant une agréable sensation de tonicité.

BOUTIQUE NATURE 20 ampoules BIO 60 comprimés BIO Certifiés AB

#### **ÉLIMIN'EAU**

Désinfiltre la silhouette

Précisément élaboré pour favoriser et stimuler les fonctions excrétoires de votre organisme, cette composition vous aide à éliminer tout en conservant votre énergie. Elle contient des plantes pourvues en minéraux et facilite l'élimination. Le potassium favorisant la tonicité musculaire atténue les sensations de fatigue. BOUTIQUE NATURE 90 gélules végétales



### **ZOOM INGREDIENT :**

Afin d'aider à soulager et redynamiser les jambes, le Silicium Organique\* associé au MSM (soufre organique), à la glucosamine et aux huiles essentielles est une piste à suivre... Les jambes seront plus légères et apaisées.

*\*- Constituant principal des parois vasculaires, le silicium représente un maillon important pour le maintien de l'élasticité de ces dernières.*

### **ZOOM RITUEL :**

Le massage a un effet bénéfique sur la circulation. Le pratiquer en effectuant des mouvements allant de la cheville vers la cuisse, du bas vers le haut pour faciliter le retour sanguin. Pour un effet rafraîchissant placer votre crème, votre gel ou votre huile de massage dans le réfrigérateur...et faites une pause de quelques minutes jambes légèrement relevées pour terminer.

### **ZOOM BOTANIQUE :**

Le ginkgo apporte des terpènes et des flavonoïdes qui favorisent la circulation, ce qui aide à délasser les jambes. Les feuilles de cet arbre fascinant, très résistant à la pollution, apportent des composants à activité antioxydante. Par ses bienfaits sur la microcirculation périphérique, il favorise aussi la mémoire et dynamise l'intellect. Une valeur sûre !

### **LE SAVEZ-VOUS ?**

Il existe des Cires orientales BIO formulées à partir du sucre de canne et citron biologiques, adaptée même aux épidermes les plus sensibles et à toutes les zones du corps.

Elles permettent une épilation basse température sans conséquence néfaste sur la circulation. Les bandes, de papier non-tissé, employées se rincent ensuite à l'eau tiède (laissez les tremper quelques heures) et une fois sèches elles peuvent être à nouveau utilisées. C'est écologique et économique !

BIO : Produit issu de l'Agriculture Biologique - Certifié par Ecocert SAS F-32600 ou Qualité France F-92046.

[www.boutique-nature.fr](http://www.boutique-nature.fr)