

On en parle

La propolis, une
raison de plus
d'aimer les abeilles

Bon geste

Une belle peau
pour nos ados



Air, terre, eau, feu
**Quatre éléments
pour se soigner**

Aromathérapie
Intestins irrités,
retrouvez la paix
intérieure

Menu végétarien
Face à Alzheimer,
n'oubliez pas
d'être gourmet

Savoirs & culture
Le kampo, une
médecine vivace
au Japon





Donner de la voix à sa peau

Les laboratoires Mességué spécialistes des plantes depuis 1958 ont formulé une *Huile de jeunesse* pour la peau à base de graines de sisymbre irio. Cette plante, plus connue sous le nom d'herbe aux chantes, est réputée depuis le Moyen Âge pour soigner les extinctions de voix. L'huile de la gamme Irione s'applique le soir sur une peau nettoyée pour aider à son renouvellement nocturne. Si vous préférez une prise en interne, la gamme propose aussi un complément alimentaire. www.messegué.com

Libéré, délivré



La rhubarbe est laxative grâce à sa richesse en composé organique, la rhéine. Le produit Action Transit' Bio Diataroma en apporte 11 mg par comprimé. Il contient aussi de l'artichaut qui améliore la digestion et de la guimauve qui aide au transit. Un ferment lactique breveté, le Lactospore®, est ajouté car des études cliniques ont prouvé son efficacité sur la constipation. En magasin bio.

Peaux douces

La marque Weleda a formulé un nouveau médicament homéopatique à base de teinture mère de calendula. Sous forme de crème, Calendoron soulage, en massage doux, les plaies et brûlures cutanées superficielles et peu étendues ainsi que les irritations mineures de la peau (écorchures, fissures, gerçures, crevasses, dartres). À utiliser à partir de 6 ans. En pharmacie.



Une synergie contre le mal de dos

Le mal de dos est un mélange de stress, de mauvaises postures qui provoquent des inflammations et des contractures musculaires. Face à ce problème complexe, le laboratoire des 3 Chênes a élaboré une synergie qui agit sur les symptômes mais aussi sur les causes en décontractant le système nerveux et les muscles. Le complément alimentaire Myocalm contient de l'huile essentielle de marjolaine, de la pipérine, de la curcumine, des extraits de feuille d'oranger, de saule blanc, de scutellaire. Un bémol : les comprimés sont gros et difficiles à avaler. En pharmacie



...télex

Besoin de réconfort après un choc émotionnel ?

Les pastilles sans sucre *Fleurs de Bach Urgence* combinent les élixirs de sept fleurs et l'huile essentielle de verveine exotique calmante. www.lesfleursdebach.com

Pour aider le système digestif encore immature du bébé, Pédiakid Bébé

Gaz réunit des extraits naturels de fenouil, menthe poivrée, mélisse et camomille. En pharmacie.

Les huiles essentielles en cuisine rehaussent les saveurs.

Essayez le mélange *Quatre Saisons* pour les salades et les crudités, à base de basilic, citron jaune et vert, et poivre noir et rose. www.cuisine-aromatique.fr

En médecine chinoise, le printemps est la saison pour harmoniser foie et vésicule biliaire.

On lutte ainsi contre les allergies, les troubles hépatiques, la baisse de la libido. Le complément alimentaire *Bimont Printemps* est composé de radis noir, de menthe et de gentiane. www.laboratoiresbimont.fr

INSTITUT DE MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

ACUPUNCTURE - PHARMACOPÉE - MÉDECINE MANUELLE

Centres : AVIGNON, BORDEAUX, PARIS, TOULOUSE

Vous souhaitez connaître la Médecine Traditionnelle Chinoise ?

Inscrivez-vous à une «Journée Découverte» **GRATUITE !**

AVIGNON et **PARIS**, le samedi 21 Mai 2016
TOULOUSE, le samedi 4 Juin 2016
BORDEAUX, le samedi 11 juin 2016

Formation par week-end, ouverte à tous et agréée par l'Université d'Etat de MTC de Shanghai

NOM : PRÉNOM :
 ADRESSE :
 CODE POSTAL : VILLE :
 TÉLÉPHONE : email :

25 ANS D'EXPERIENCE



RENSEIGNEMENTS ET DOCUMENTATION

www.imtc.fr
info@imtc.fr
 04 90 03 72 50
 par courrier à

IMTC
 221 rue des frères Lumière
 84130 LE PONTET

Bulletin ci-joint

PLASA/Jan2016