Le jardin de Jacky

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): **- (2011)**

Heft 28

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

L'AIL ET LA SAUGE pour protéger notre organisme

Le *Talmud* vante déjà les bienfaits des aulx, dont il ne faut pas hésiter à avaler des gousses chaque semaine. Adieu les parasites intestinaux!

Jean-Jacques Descamps
Phyto-thérapeute

Dame nature est généreuse. De multiples plantes peuvent nous soulager des petits maux quotidiens et améliorer notre santé. Parmi elles, l'ail est sans doute l'une des merveilles qui nous aident le plus.

Si nos défenses immunitaires sont capables de les mettre au pas, les millions de microbes, virus et autres bactéries, qui nous entourent, ne représentent pas un grand danger pour notre santé. Et ce ne sont pas la sagesse et le bon sens populaire qui le contrediront! Encore faut-il que notre organisme ait les munitions nécessaires pour les combattre... Parmi les mousquetaires de la nature qui permettent de nous fortifier, sans effets secondaires, sans contre-indications connues et à un coût dérisoire, une des vedettes reste incontestablement l'ail. Ses vertus sont d'ailleurs connues depuis la nuit des temps.

Même le *Talmud* s'y intéresse! Il reconnaît à l'ail cinq propriétés majeures: il rassasie, il échauffe le corps, il rend le sperme plus abondant, il protège contre la peste et il tue les parasites intestinaux. Rien que cela! Notre conseil: deux fois par semaine, avalez le quart d'une gousse d'ail sans la mâcher.

À VOS FILTRES!

Et en sus de cette plante miraculeuse, pensez aussi à toujours cultiver de la sauge officinale bio dans votre jardin. Une fois par jour, versez deux décis d'eau bouillante sur trois ou quatre feuilles de cette herbe aromatique:

- Laissez infuser deux minutes
- Rajoutez dix gouttes de teinture mère de propolis
- Filtrez et buvez chaud ou froid

Pourquoi l'utilisation des feuilles entières de sauge officinale bio est-elle la façon la plus efficace et économique de bénéficier de ses multiples propriétés bienfaisantes? Tout simplement parce que, contrairement à une plante broyée, les feuilles entières ont conservé tous leurs principes actifs, en particulier les huiles essentielles particulièrement fragiles et volatiles. Et souvenons-nous: le mot «sauge» vient du latin «salvare» qui signifie «sauver»...

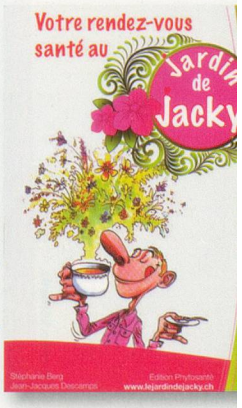
Offre exclusive réservée aux abonnés de Générations Plus

A chaque commande du livre *Votre rendez-vous santé au Jardin de Jacky*
GRATUIT – 1 paquet de Sauge officinale offert

Je commande ☐ exemplaire(s) de *Votre rendez-vous santé au Jardin de Jacky*
au prix de Fr. 24 fr. + participation aux frais de port (6 fr.)

Nom _____ Prénom _____

Rue/N° _____ NPA/Localité _____

Pour chaque commande d'un exemplaire dans sa nouvelle version de l'ouvrage de J.-J. Descamps, je recevrai un paquet de Sauge officinale bio gratuit.

A renvoyer à PhytoSanté, chemin de Valency 19, 1004 LAUSANNE