

Le vinaigre dans l'histoire

Sommaire

- **Que de vinaigres !** page 2
- **L'insuffisance veineuse** p.3
- **Quelques conseils** p.3
- **Gros plan sur la vigne rouge** p.3
- **Vinaigre des 4 Voleurs : histoire vraie** p. 4
- **Gros plan sur : le Shiitake immunostimulant** p.5
- **Pour mincir, ouvrez les vannes de votre organisme !** p.6
- **Gros plan sur : le radis noir** p.6
- **Le silicium est le meilleur ami de nos articulations** p.7
- **La prêle : un apport majeur de silice articulaire « végétalisée »** p.7



Éditions Montagnole - N° 17 - 3,00€

- Directeur de la publication : Gilbert Burdin
- Assistante : Emilie Pinaudeau
- Rédacteur en chef : Jean-Luc Darrigol
- Mise en forme graphique : Jacqueline Gandelin
- Impression : Multiprint
- Tirage : 21 000 exemplaires
- Numéro ISSN : 2428-3770

Le vinaigre apparaît spontanément lorsqu'un liquide alcoolisé, quel qu'il soit, est laissé à l'air libre. C'est l'observation de cette transformation qui incita les Asiatiques, il y a plus de 4 000 ans, à fabriquer du vinaigre dont ils pressentaient les vertus anti-infectieuses. Cette fabrication se faisait en Chine à partir d'alcool de riz, en Inde à partir d'un alcool élaboré avec de la sève de palmier, et les Égyptiens fabriquaient leur propre vinaigre à partir d'alcool de figue.

Le médecin grec **Dioscoride** vanta les vertus digestives d'eau vinaigrée et le célèbre cuisinier romain **Apicius** conseillait de tremper le pain dans du vinaigre pour mieux digérer. On retrouve même le vinaigre dans la Bible au psaume 69, verset 22, afin d'apaiser la souffrance du Christ sur la croix : « *Un soldat courut prendre une éponge qu'il imbibait de vinaigre, et l'ayant fixée au bout d'un roseau il l'approcha de sa bouche* ». Il fallut attendre le Moyen Âge pour que soit généralisée la fabrication de vinaigre qui avait une destination principale : soustraire certains aliments à la putréfaction et mieux les conserver.

Une corporation dite « des vinaigriers » apparut en 1394. On savait faire du vinaigre, mais on ignorait comment s'opérait la transformation du vin en vinaigre. C'est le chimiste hollandais **Hermanus Boerhaave**, en 1730, qui fut le premier à distinguer la fermentation alcoolique (transformation du sucre en alcool) et la fermentation acétique (transformation de l'alcool en vinaigre).

Puis en 1810, dans un rapport à l'Institut de France, le chimiste **Louis Joseph Gay-Lussac** démontra expérimentalement que l'oxygène joue un rôle décisif dans le processus de la fermentation acétique, développant ce que Lavoisier avait écrit en 1793 dans son *Traité élémentaire de Chimie*. Quelques années plus tard, ce sont les travaux d'un autre chimiste, allemand cette fois, le baron **Justus von Liebig**, qui mirent en évidence la présence indispensable de matières organiques dans la fermentation acétique.



Louis Pasteur

C'est alors que **Louis Pasteur**, à l'Académie des Sciences, lors de la séance restée célèbre du 10 février 1862, fit une longue déclaration : « *Mémoire sur la fermentation acétique* ». Voici un extrait de ce document de 45 pages. « Le vinaigre est une espèce particulière d'infusion végétale se couvrant en surface d'une fleur qui est l'asile de quantités incalculables de petits êtres. Le *mycoderma aceti* est un organisme le plus simple que l'on puisse imaginer, consistant essentiellement en chapelets d'articles légèrement étranglés en leur milieu dont le diamètre est en moyenne de 1,5 millièmes de millimètres. Le mode de multiplication de ces articles est le suivant. Chacun d'eux s'étrangle de plus en plus et donne deux nouveaux articles qui s'étrangent eux-mêmes en grandissant, et ainsi de suite. La surface du liquide se couvre d'un voile uni, formé exclusivement par les petits articles en chapelets enchevêtrés. La matière mucilagineuse grossit, des nodosités visqueuses se reliant peu à peu les unes aux autres constituant une sorte de peau gonflée, gélatineuse et glissante, la mère du vinaigre ».

À l'aube du XXI^e siècle, **Jean-Patrick BONNARDEL**, scientifique dont la polyvalence est reconnue dans le monde de la médecine naturelle, a formulé pour le laboratoire **VECTEUR ÉNERGY** une gamme de **4 VINAIGRES** adaptés aux besoins de l'organisme selon une chronobiologie rythmée par la succession des **4 SAISONS**. Ce magazine est précisément destiné à vous informer à leur sujet.

Gilbert BURDIN



¹ Louis Pasteur, *Mémoire sur la fermentation acétique*, Annales scientifiques de l'École normale supérieure, 1864, p. 113-158.



QUE DE VINAIGRES !

Vinaigre d'alcool

On le nomme aussi vinaigre blanc ou vinaigre cristal. On l'utilise surtout pour ses multiples usages désinfectants, dans la maison. Il n'a strictement aucune vertu thérapeutique.

Vinaigre de vin

C'est le vinaigre le plus courant, fabriqué à partir de vin rouge, mais on peut fabriquer du vinaigre avec du vin blanc, ce qui est plus rare, et même du vin rosé. Quand le vin provient d'une région précise donnant lieu à une appellation d'origine, on peut désigner celle-ci, par exemple : vinaigre de vin de Bordeaux. Si le vinaigre est élaboré selon les critères de la méthode traditionnelle originaire d'Orléans, on le désigne : vinaigre d'Orléans. Un vinaigre de vin se distingue de tous les autres en qualité, c'est celui de Xérès. Il est élaboré dans le sud de l'Espagne, dans la région viticole de Jerez de la Frontera. Le raisin ayant produit le vin servant à sa fabrication provient des cépages *Palomino* et *Moscatoel*. Ce vinaigre est vieilli en fût de chêne, ce qui lui donne ce goût boisé si particulier.

Vinaigre de moût de raisin

C'est le fameux vinaigre balsamique fabriqué dans les régions italiennes de Modène et de Reggio d'Émilie à partir de ce que l'on nomme le *vincotto* qui est un moût concentré de raisins cuits en chaudron puis décanté, élevé en fûts de chêne et mûré ensuite de longues années dans des fûts de plus en plus petits de bois d'essences variées : châtaignier, genévrier, frêne, mûrier. Ce vinaigre est soumis à l'évaluation qualitative du consortium de l'*Aceto balsamico tradizionale*.

Vinaigre de cidre

Elaboré principalement en Normandie à partir de cidre, boisson alcoolisée effervescente obtenue en faisant fermenter le jus de pomme, **c'est le meilleur vinaigre pour la santé**, en particulier à cause de la richesse de sa composition : acide acétique, pectine, potassium, calcium, magnésium, silicium, sodium, phosphore, fer, fluor, cuivre, bêta carotène, vitamines B, vitamine C, tanins.

Vinaigre de fruits

De nombreux fruits permettent de fabriquer du vinaigre. Leur énumération interpelle puisqu'il existe du vinaigre de poire, coing, datte, figue, banane, grenade, framboise, mûre, groseille, pêche, kiwi, jujube, goji, litchi, mangoustan, tamarin, kaki, sureau ... il doit y en avoir d'autres encore.

Vinaigre de céréales

Vinaigre de bière, élaboré à partir d'orge maltée, originaire d'Angleterre.

Vinaigre de riz

C'est le plus populaire en Asie, issu de la fermentation de riz gluant pendant plusieurs mois, blanc au Japon, rouge en Chine à cause de l'introduction d'une levure pour amorcer la fermentation.

Vinaigre de miel

On le fabrique à partir d'hydromel, qui est du miel fermenté dans de l'eau.

Vinaigre de sucre

Originaire des Antilles où la canne à sucre est cultivée, on le fabrique à partir de jus fermenté de mélasse ou de ce qu'on appelle le *vesou* qui est un moût fermenté de canne à sucre.

Vinaigre de sève

On en trouve deux grandes variétés. Au Canada, fabriqué à partir de sirop d'érable. Dans les pays tropicaux, à partir de la sève exsudant des palmiers-dattiers encore appelée vin de palme.

L'INSUFFISANCE VEINEUSE

L'insuffisance veineuse est une déficience de la circulation de retour (remontée du sang des pieds vers le cœur). Pour remonter de bas en haut, défiant les lois de la pesanteur, sont nécessaires des parois veineuses en bon état, toniques. On appelle « **reflux veineux** » l'inversion de ce processus, quand le sang redescend en partie dans les veines vers les pieds à cause d'un mauvais état des parois veineuses qui se relâchent, se dilatent et se déforment par manque de tonicité, d'élasticité et de résistance.

Est également en cause un dysfonctionnement des valvules, clapets situés sur la paroi interne des veines qui se ferment quand le sang remonte. Si le tissu veineux est altéré, les valvules jouent mal leur rôle et il y

a une « **stase veineuse** » : une partie du sang stagne dans les veines qui se dilatent et deviennent apparentes. Nombre de conséquences sont induites par cette insuffisance veineuse :



- Des varices (veines dilatées) déforment alors la peau.
- Des lésions cutanées apparaissent (pigmentation brune).
- Un ulcère peut alors se former (plaie

qui ne se referme pas).
■ Un caillot de sang peut boucher une veine : c'est la phlébite, pouvant provoquer une embolie.

Les signes de l'insuffisance veineuse sont des jambes lourdes (à cause du poids du sang qui stagne dans les veines), des jambes gonflées, surtout en fin de journée et par temps chaud, ainsi qu'une sensation de brûlure, des démangeaisons, des douleurs sur le trajet des veines.

Le remède idéal, dans la gamme des **Elixirs des 4 saisons**, est le **Vinaigre Tonique veineux** associant : **vinaigre de cidre, vigne rouge, sauge, framboise, ginkgo biloba, lierre grimpant, piloselle, gattilier.** ■

QUELQUES CONSEILS



- La marche est essentielle car elle actionne les pompes qui font remonter le sang veineux vers le cœur.
- Il est conseillé de dormir avec les jambes surélevées en glissant des cales sous les pieds du lit.
- La gymnastique est utile, mouvements se faisant sur le dos, en appui sur les bras, jambes levées.
- Il faut prendre des douches froides (surtout pas de bains chauds qui dilatent les veines).
- Il faut éviter les vêtements comprimant les veines (bottes étroites, jeans étroits) et les talons hauts.
- Il faut éviter de croiser les jambes lorsqu'on est assis et les longues stations debout.
- Il est conseillé de se masser les jambes avec un gel, du bas vers le haut.

GROS PLAN SUR LA VIGNE ROUGE

Cette variété de vigne (*Vitis vinifera*) est le cépage teinturier dont les feuilles ont la particularité de devenir rouge sang à l'automne. La vigne rouge contient en quantité 2 composants majeurs :

- Des **Anthocyanosides** qui ont une activité vitaminique P (Protectrice) en diminuant



la perméabilité des capillaires, ce qui augmente leur résistance.

L'hyperperméabilité des parois capillaires induit en effet un risque : la rupture vasculaire (risque aggravé en cas d'hypertension) qui a des conséquences graves : accidents vasculaires cérébraux, hémorragies, rétinopathie, purpura (taches cutanées violacées dues à la circulation hors des

capillaires), ecchymoses (bleus) à la moindre cause.

■ Des **Proanthocyanidols** contenus dans les tanins dont la vigne rouge est très riche, qui sont astringents et vasoconstricteurs. Ils ont aussi une activité antioxydante, protégeant les fibres de collagène qui renforcent la structure des membranes des capillaires.

VINAIGRE DES 4 VOLEURS : HISTOIRE VRAIE



L'évènement historique que je vais relater est révélateur quant à l'action prophylactique du vinaigre en cas d'infection. Lors d'une terrible épidémie de peste « noire » qui ravagea la ville de Toulouse entre 1628 et 1631, on arrêta 4 voleurs qui détroussaient les cadavres des pestiférés au mépris de toute contagion mortelle, sans être contaminés

eux-mêmes. Ils entraient dans les maisons des pestiférés où personne n'osait s'aventurer pour voler tout ce qui était précieux.

Les archives du Parlement de Toulouse rapportent qu'ils furent jugés et condamnés à être brûlés vif sur la place publique. Mais les juges leur proposèrent un marché : la pendaison afin d'adoucir leur exécution, celle-ci étant une mort plus douce car instantanée, au lieu de la mort lente et atroce du bûcher. Ceci à une condition : pour éviter d'être brûlés vifs ils devaient révéler au tribunal le secret grâce auquel ils ne furent jamais touchés eux-mêmes par l'épidémie malgré leurs contacts avec les pestiférés pendant plusieurs mois.

Ce secret était un vinaigre fabriqué par les 4 voleurs en faisant macérer des plantes aromatiques, vinaigre dont ils se frottaient les mains et le visage avant de dépouiller les pestiférés. Après avoir révélé leur secret, ils furent pendus. Désormais cette préparation sera à tout jamais célèbre sous le nom devenu populaire de « Vinaigre des 4 Voleurs ».

La formule originale de ce « **Vinaigre des 4 Voleurs** », préparation autrefois inscrite au Codex de la Pharmacopée française sous le nom de « Vinaigre antiseptique » était : Romarin, Sauge, Lavande, Menthe, Grande absinthe, Petite absinthe, Rue, Calamus, Cannelle, Girofle, Muscade, Ail, Camphre, Acide acétique cristallisé, Vinaigre blanc. ■

J'ai personnellement innové en créant une **NOUVELLE FORMULE** de ce vinaigre aux vertus antiseptiques et immunostimulantes en associant à certaines plantes médicinales de la préparation du XVII^e siècle des composants actifs plus contemporains. Cet élixir associe : **Vinaigre de cidre, Prêle, Cassis, Shiitake, Ail des ours, Huile de cumin noir, Dynamisation d'extraits d'Anas barbariae, Absinthe, Huiles essentielles de Romarin camphré, Menthe, Lavande, Cannelle, Girofle, Muscade.**

Ses indications sont multiples :

- Mauvais état général
- Grande fatigue (physique et mentale)
- Maladies chroniques
- Maladies à répétition (*personnes « tombant tout le temps malades »*)
- Maladies infectieuses, microbiennes et virales
- Chimiothérapie (*en complément du traitement*)
- Radiothérapie (*en complément du traitement*)
- Trithérapie (*en complément du traitement*)
- Convalescence
 - Après une maladie grave
 - Post-opératoire, après une anesthésie générale
 - Après des brûlures graves
- États carentiels
- Période suivant un accouchement
- Période d'épidémies, en particulier de grippe

A découvrir sans faute si vous êtes concerné par cette énumération ...



Jean-Patrick BONNARDEL

GROS PLAN SUR :

LE SHIITAKE IMMUNOSTIMULANT

Le shiitake (*Lentinus edodes*) est un champignon qui doit son nom à l'espèce de l'arbre japonais proche du chêne sur les souches desquelles il pousse à l'état naturel, le *shii tree*. On l'appelle également lentin du chêne. C'est actuellement dans le monde le **champignon médicinal** le plus prescrit, car ses propriétés multiples en font véritablement une **panacée**.



Il appartient à la famille des polyporacées. Il est identifiable à son chapeau convexe de couleur brun fauve couvert d'écaillures concentriques blanches à sa marge de forme enroulée. Son pied est pelucheux, coriace, courbé, plus pâle que le chapeau, avec une zone annulaire laineuse. Il dégage un parfum agréable et c'est l'un des meilleurs champignons sur le plan gustatif, sa saveur étant épicée.

La popularité du shiitake est telle, aujourd'hui, que ses méthodes de culture ont évolué. A l'origine, les asiatiques le cultivaient dans leur jardin sur des billots de bois à demi enfouis dans le sol. Actuellement, on procède selon une méthode développée par l'INRA. Le substrat est une bûche de paille de blé enrichie en gypse, en carbonate de calcium et en sucre. Ces bûches ensemencées avec du mycélium de shiitake sont placées dans des locaux bien aérés et bien éclairés dont l'humidité et la température sont soigneusement contrôlées pendant les phases d'incubation et de fructification.

Au Japon où le shiitake est adulé pour ses propriétés thérapeutiques, il a été surnommé **champignon du samouraï**. Il était en effet autrefois réservé à l'empereur afin de le maintenir en bonne santé. On trouve sa trace en Chine à l'époque Ming (1368-1644) et la MTC (Médecine Traditionnelle Chinoise) le conseille pour ses vertus fortifiantes, pour accroître la longévité, l'endurance physique et la vigueur sexuelle. Le shiitake renferme nombre de **molécules bénéfiques** :

- Lentinane (Bêta-D-Glucane),
- Galactoglucomannane,
- Alpha-mannane pepside (KS-2),
- Hétéroglucane-pepside (LEM),
- Éritadénine,
- Ergothionéine.

Aucun autre champignon n'a fait l'objet d'autant d'études cliniques que le shiitake tant ses propriétés éveillent



réellement la curiosité scientifique. C'est un **puissant immunostimulant**. Il agit en élevant la synthèse des lymphocytes T, macrophages qui permettent la phagocytose. Il stimule la synthèse d'interféron et d'interleukine, facteurs essentiels de nos défenses naturelles. C'est cette fonction immunostimulante qui a fait la renommée mondiale du shiitake.

Une cure est conseillée en complément d'une chimiothérapie, d'une radiothérapie ou d'une trithérapie. En aucun cas le shiitake ne peut se substituer au traitement. Son action immunostimulante, par contre, permet de mobiliser les défenses naturelles de l'organisme, ce qui aide à mieux surmonter le traitement et contribue à prendre le dessus sur la maladie.

- Le lentinane du shiitake a également une **action antibactérienne**, en particulier des voies respiratoires supérieures, une action antivirale reconnue en cas de grippe et une **action antifongique** précieuse en cas de mycose à *candida albicans*.
- L'ergothionéine du shiitake est un puissant **antioxydant** à fonction anti-âge.
- L'ergothionéine du shiitake a une **action hypotensive**, préventive des accidents cardiovasculaires.

C'est un composant majeur de la formule du **Vinaigre des 4 Voleurs**.



Jean-Luc DARRIGOL

POUR MINCIR, OUVREZ LES VANNES DE VOTRE ORGANISME !



La formule du *Vinaigre Amincissant* a précisément une fonction dépurative, associant : vinaigre de cidre, radis noir, piloselle, pensée sauvage, fucus, agaric champêtre et huile essentielle de citron. ■

GROS PLAN SUR LE RADIS NOIR

Le radis noir (*Raphanus niger*) fait partie de la grande famille des crucifères qui comprend le radis mais aussi le navet, la moutarde, le colza, le cresson, la capucine, le raifort (souvent confondu avec lui). Sa racine est renflée, charnue, noire à l'extérieur, blanche à l'intérieur. C'est un puissant dépuratif.

Les romains, dans l'Antiquité, étaient réputés pour l'opulence de leur table où l'on servait de nombreux plats cuisinés selon des recettes originales mêlant, dans les mêmes plats, la viande et le poisson. La volaille rôtie, par exemple, était farcie avec des anchois et arrosée pendant la cuisson avec du garum, condiment liquide fabriqué avec des viscères de morue (foie et intestins) mis à macérer dans du sel pendant des semaines avec des épices.

Pour mincir efficacement, naturellement et durablement, la meilleure solution est de drainer les déchets métaboliques qui encrassent, asphyxient et congestionnent l'organisme. En naturopathie, ce drainage se fait par la **stimulation des émonctoires excréteurs** : les reins, les intestins, le foie, les glandes sudoripares de la peau et les alvéoles pulmonaires. Ce sont de vraies **stations d'épuration**.

Ces émonctoires agissent tels des **filtres**. Ils retiennent au sein des liquides biologiques ce dont nous avons besoin pour vivre. Ils rejettent les déchets et toxines dans les urines, les selles, les sels biliaires, la transpiration et le gaz carbonique expiré. Pour « libérer » le corps d'une personne ayant un **excès pondéral** faut donc agir à distance sur les organes d'élimination en ouvrant les vannes de l'organisme. Pour **ouvrir ces vannes** il faut une clé. Cette clé, ce sont **les plantes dépuratives**.

D'une façon générale, la détoxification de l'organisme est l'**acte majeur de la restauration de la santé**. Depuis l'Antiquité, cela a toujours été une préoccupation universelle. Toutes les médecines traditionnelles ont fondé la guérison sur cet acte préalable de purification/dépuration.

Ainsi de façon empirique, autrefois, dans chaque famille, pour se soigner, on commençait toujours par se purger. C'était vraiment une tradition. On le faisait chaque année au printemps en allant chercher des plantes dépuratives chez l'herboriste ou en les ramassant soi-même, par exemple le pissenlit.

Les riches romains qui passaient des heures à table (enfin, allongés devant leur table, selon la tradition) pour faciliter la digestion de ces plats pour le moins indigestes avaient pour habitude de manger quantité de radis noir propre à éliminer les miasmes induits par cette gastronomie génératrice d'obésité, on le comprend facilement.

Le radis noir contient plusieurs composants bénéfiques : raphanol (molécule riche en soufre), myrosine (diastase favorisant l'hydrolyse des aliments), sinigrine, vitamine C, pro vitamine A, fer, calcium, potassium, magnésium. Le radis noir est tout à la fois cholagogue et cholérétique, stimulant la sécrétion de bile par le foie et l'excrétion de cette bile par la vésicule biliaire.

Il a d'autres propriétés, étant digestif, béchique, dépuratif, laxatif, diurétique. Ses indications sont l'insuffisance hépatique, la lithiase biliaire, la cholécystite, les problèmes digestifs (lourdeurs, ballonnements, flatulences), la constipation fonctionnelle chronique, les dermatoses (eczéma, acné), l'alopécie, les **états pléthoriques et congestifs de l'organisme**, l'**obésité**, la **cellulite**. ■

LE SILICIUM EST LE MEILLEUR AMI DE NOS ARTICULATIONS

Le silicium est le composant le plus abondant sur la Terre après l'oxygène. Dans la nature, il existe sous deux formes principales : la silice constituant le sable, le quartz, le silex, et les silicates constituant l'argile. Il joue un rôle physiologique très important dans l'organisme. Notre corps contient en effet deux fois plus de silicium (environ 8 g) que de fer (4 g), ces deux éléments ayant une fonction vitale. Le silicium, omniprésent dans nos tissus, se concentre particulièrement dans :

- Les cartilages articulaires.
- Les os et les dents.
- Les muscles, les tendons et les ligaments.
- La peau, associé au collagène du derme.

- Les cheveux et les ongles, lié à la kératine.
- Les parois artérielles, en particulier celles de l'aorte.
- Les tissus de certains organes : cœur, pancréas, poumons, yeux ...

Nous avons donc besoin de silicium pour vivre, mais il y a un problème : au fur et à mesure que l'on vieillit, la concentration de notre organisme en silicium diminue. C'est la raison pour laquelle, en vieillissant, notre peau se ride, nous perdons nos cheveux, nos parois artérielles se sclérosent, nos muscles perdent leur tonus ... et surtout, le plus grave, nos os se fragilisent (ostéoporose), **nos cartilages articulaires s'émiettent et se désagrègent, provoquant l'arthrose.**



C'est la raison pour laquelle le silicium est un composant essentiel du **Vinaigre Silice Articulaire** associé au **vinaigre de cidre**, à l'**ortie**, à la **reine des prés** et à l'**huile essentielle de romarin camphré**. Il est présent dans cet élixir sous forme de silice « végétalisée » bio-disponible pour l'organisme. ■



LA PRÊLE UN APPORT MAJEUR DE SILICE ARTICULAIRE « VÉGÉTALISÉE »

Tel que le silicium se présente dans la nature, par exemple sous la forme de sable, il est inassimilable par l'organisme humain. Nous ne sommes pas des poules qui picorent les grains de sable pour renforcer la solidité de la coquille de leurs œufs ! La tentation est alors de se tourner vers le silicium d'origine végétale. La prêle est une plante précieuse à cause de sa capacité à « végétaliser » la silice minérale que ses rhizomes puisent dans le sol. Elle concentre ensuite cette silice dans les vacuoles des cellules de ses tiges cannelées, silice restituée à l'organisme humain sous forme bio-disponible comme dans le **Vinaigre Silice Articulaire** qui permet de **régénérer les cartilages, de renforcer les tendons et les ligaments, de consolider la charpente osseuse des articulations.**

La prêle (*Equisetum arvense*) est une plante herbacée vivace faisant partie, comme la fougère, des plantes cryptogames. Elle aime les lieux humides, sablonneux (riches en silice) ou argileux (riches en silicates), les fossés, le bord des chemins et des rivières. Or la silice, elle concentre nombre de molécules actives : Quercétol, Kaempférol, Gossypitrine, Sitostérol, Campes-

térol, Isofucostérol, Palustrine, Equisétine, Farnésol, Thymol, Géranol, Vitamine C, Calcium, Potassium, Magnésium ...

Hippocrate, Dioscoride, Pline, Galien firent l'éloge de la prêle pour ses propriétés reminéralisantes et cicatrisantes. Pour Paracelse « La prêle participe à l'édification du corps, ressoude la vitalité, donne une bonne assise aux jonctions

de l'âme, prépare l'organisme à incarner la lumière. » Sébastien Kneipp, au XIXe, jugea la prêle « unique, incomparable, irremplaçable. » Et selon la théorie des signatures, cette médecine indique que la structure des tiges de prêle incite à lui conférer des vertus dans la **guérison des rhumatismes articulaires et des douleurs vertébrales.**

En plus de son action bénéfique en cas d'**arthrose**, la prêle a d'autres indications : problèmes carenciels, consolidation des fractures, ostéoporose, ostéomalacie, traumatologie musculaire, aide à la cicatrisation des plaies, chute des cheveux, vieillissement prématuré/accéléré de la peau. ■



Certifié FR-BIO-01
Agriculture UE/Etats UE



Elixirs des 4 saisons

Vinaigres de Cidre & de Plantes

Faites une cure à chaque saison !

4 Voleurs

Amincissant

Veineux

Articulaire



Immunité
Hiver



Dépuratif
Printemps



Problèmes féminins
Été



Souplesse - Silice
Automne

Vecteur Energy - 182, rue du Bouchet - 43200 Saint-Maurice-de-Lignon - France - Tél. : +33 (0)4 71 65 28 25
commande@vecteurenergy.bio - www.vecteurenergy.bio

N°17



Naturellement vôtre

Tél : 06.50.57.83.22

Boîte Postale 20215-73002-Chambéry Cedex

Abonnement : les 10 numéros 30€

Nom : Prénom.....

Adresse :

Tél : e-mail :@.....

Pour recevoir votre magazine, merci de joindre votre chèque : **30 €**

Les avis, réflexions et conseils dispensés ci-dessus, ne peuvent en aucun cas se substituer à une consultation chez un médecin ou un thérapeute qu'il vous revient de contacter pour votre suivi.