Les allergies saisonnières

avec Suzanne Leblanc, naturopathe
1-800-622-7227

Shaklee®
Créer des Vies Plus Saines^MC
Distributeur indépendant

7 mai 2013

Activités francophones Shaklee
www.InfoPourMoi.ca

Les allergies saisonnières

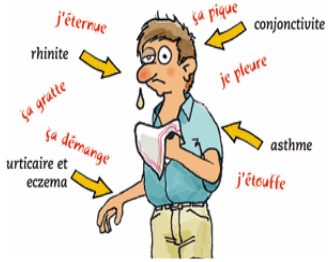
Les symptômes des allergies saisonnières

Si vous êtes atteints d'allergies saisonnières (de rhinite), vous connaissez certainement les symptômes désagréables qui s'y rattachent :

• nez qui coule • yeux qui piquent • éternuements

Dans les cas les plus sérieux, la victime aura les yeux rouges et enflés.

Certains développeront une infection des sinus et des oreilles. Dans les pires cas, les allergies saisonnières peuvent être à l'origine de bronchites et d'asthme chroniques.



Les trois périodes d'allergies saisonnières

- Au Québec, **les allergies saisonnières se manifestent durant trois périodes**.
  AU DÉBUT DU PRINTEMPS, le pollen qui se dégage des arbustes et des arbres, principalement l'érable, le bouleau, le peuplier et le chêne, entraîne une réaction allergène. Ce pollen voyage dans l'air généralement en avril ou en mai, parfois jusqu'au début juin dans certains secteurs plus nordiques de la province. Votre nez coulera en abondance.

- **Un printemps chaud et sec limite** toutefois la durée de l'inconfort attribuable à cette allergie. La plus connue des allergies saisonnières, le rhume des foins (ou rhinite allergique) dure généralement de juin à octobre, avec des sommets en juin et juillet (selon les secteurs). Les graminées (de la famille des Miscanthus et des Panicum, notamment; les céréales et de nombreuses plantes ornementales) en sont principalement responsables.

- **Enfin, de juin à septembre**, l'herbe à poux et le gazon sont aussi responsables de vos allergies.

Prévenir les allergies saisonnières

Évitez de mettre le nez dehors entre huit heures et midi,
période où le pollen se dissipe principalement. Le pollen voyage surtout lors de journées sèches et venteuses.
Si vous devez absolument sortir, faites-le tôt le matin ou tard le soir.

•

Essayez de vous tenir loin des arbres porteurs de pollen.
Faites un effort particulier pour contrôler l'herbe à poux, sur votre terrain et dans votre voisinage. Demandez l'aide de vos voisins, au besoin.

•

Évitez de sortir lorsque votre conjoint, votre adolescent ou votre voisin **tond la pelouse.**

•

En haute saison allergique, **fermez les fenêtre**s de votre résidence.
Utilisez un climatiseur.

Prévenir les allergies saisonnières

Portez des lunettes fumées si vos yeux sont affectés.

•

Lavez vos mains fréquemment.

•

Lavez vos cheveux tous les jours, ils retiennent le pollen.

•

Privilégiez la sécheuse à la corde à linge, si vous êtes allergiques.

•

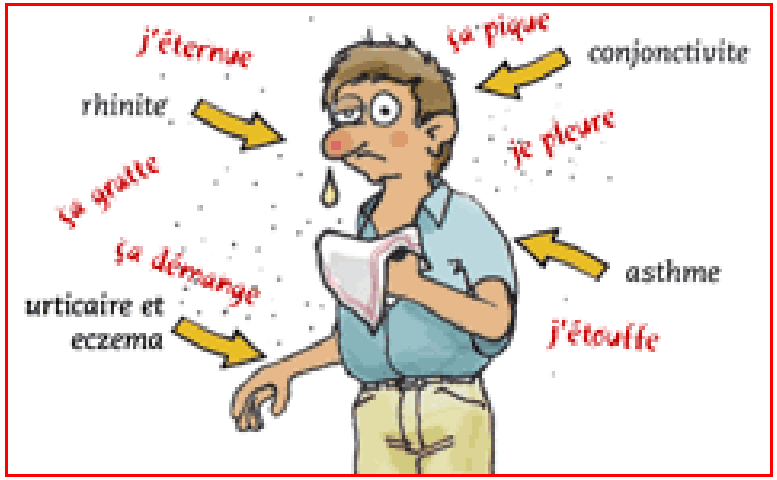
Sortez dehors après une pluie. Le pollen reste généralement au sol.

Les allergies…
qui démangent les yeux, les oreilles et la gorge

Masser de chaque côté du haut vers le bas la région des trompes d'Eustache située juste sous l'oreille vers le cou. Cela activera le flux sanguin et fera libérer les mucus. Attention! Frottez un côté à la fois, car le fait de frotter les deux côtés en même temps pourrait provoquer des étourdissements.

Pourquoi certains ont-ils des allergies *quand d'autres ne sentent absolument pas d'effet entourés de pollen?*

Les allergies sont en relation avec les enzymes du foie *qui ne sont pas suffisamment fortes.*
Cela crée ***une dysfonction au niveau des muqueuses et agit sur les sinus inférieurs et supérieurs et les oreilles (trompes d'Eustache).***



Solutions

Juste avant le coucher, prenez du Rhinaris huile de sésame. Cela aura pour effet de décoller le mucus qui se dirige dans la gorge lorsque vous êtes couchés. Cela devrait être fait toute la durée de la période d'allergies.

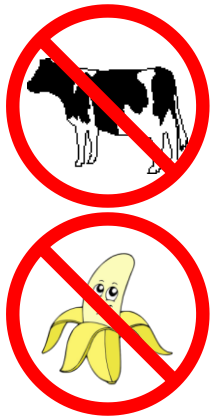
L'utilisation de la crème Complexe jointures de Shaklee pour frotter la région des trompes **d'Eustache aidera à dégager encore plus la région des sinus.** Avec cette même crème, vous pouvez aussi frotter le dessus des sourcils jusqu'aux temples pour obtenir là aussi un dégagement des sinus.

LORSQUE VOUS ÊTES EN CRISE D'ALLERGIES

Il est préférable de ne pas consommer de lait de vache et de bananes.

En effet, ces deux aliments ont pour propriété à **d'activer la fabrication de mucus**.

Profitez de ce temps pour faire **l'essai du lait d'amande ou de soya**.



EN PRÉVENTION POUR LES ALLERGIES SAISONNIÈRES

Complexe DTX
Code 57310

SOUTIEN QUOTIDIEN POUR VOTRE FOIE

Formule unique de Shaklee améliore la capacité de l'organisme à produire des protéines favorisant la régénération des cellules du foie pendant la période d'allergie.

Complexe LUZERNE
Code 57110

RÉSORBE LES INFLAMMATIONS

La luzerne résorbe les inflammations auprès des voies respiratoires tel que sinus, oreille, et poumon.
Supportez avec de l'eau pour libérer le mucus.

NUTRIFERON
Code 57690

AUGMENTE ET SUPPORTE LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

Ajouter le nutriferon dans le but d'augmenter et supporter le système immunitaire pendant cette période propice aux allergies.

Un taux d'acidité élevé dans le corps attire les moustiques.
Plus il y a de l'acidité dans le sang, plus cela attire les moustiques.
DTX résorbe la source d'acidité dans le système.
Tout comme le DTX, la luzerne contribue à diminuer le taux d'acidité dans le corps et par conséquent, vous attirerez moins les moustiques.

---------- PRENEZ NOTE ----------

Si vous prenez la cure DTX pour le foie en été, les toxines sortiront par la peau.
Donc, prenez la cure DTX au printemps et à l'automne.
Rappelez-vous que la cure DTX NETTOIE toutes les toxines présentes dans le foie.
Si vous prenez des médicaments, ceux-ci sont absorbés par le foie.
La cure nettoiera ces toxines au même titre que les autres toxines et éliminera leur effet.
ALORS, RENSEIGNEZ-VOUS À VOTRE DISTRIBUTEUR SHAKLEE

Luzerne
Code 57110

DTX
Code 57310

Omega Guard
Code 42110

Programme de santé pour éliminer en partie les métaux présents dans votre organisme

Complexe Luzerne
Complexe DTX pour le foie
Omega Guard

Ces trois mousquetaires font un travail fantastique pour éliminer du foie les métaux lourds.

Pour une période de 3 mois,
une cure comprenant:

4 comprimés de luzerne 4 x par jour (Total 16)
soit déjeuner, dîner, souper et au coucher

•

2 gélules d'Omega Guard
soit après le dîner ou souper et au coucher

•

1 comprimé DTX cure pour le foie au coucher

aideront grandement votre foie à éliminer une grande majorité des métaux lourds.

Eau GET CLEAN™

Code 42110

Une nouvelle perspective sur de l'eau plus saine.

**Surtout, ne tenez pas pour acquis que votre eau est libre de tous métaux lourds.
Les systèmes de filtration d'aqueduc ne sont pas à toute épreuve.
Faites analyser votre eau afin de savoir ce qu'elle contient.**

Eau GET CLEAN™

Sûr pour les aliments - plastique sans BPA

•

Pour réduire jusqu'à 99 % de plomb et même des douzaines de contaminants potentiellement dangereux .
Le filtreur de Shaklee élimine le plomb, le mercure, le cuivre et le cadmium.

•

**Si vous vous sentez fatigué, avez des problèmes de santé difficiles à identifier, demandez un test sanguin pour métaux lourds et faites analyser votre eau.
C'est peut-être là que réside votre problème.**

Les usines d'épuration des eaux n'enlèvent pas tous les produits jetés à l'égout!

Le saviez-vous?

Les huiles, hydrocarbures, solvants et peintures **peuvent contaminer des milliers de litres d'eau.**

Les médicaments, engrais, pesticides et insecticides **ne sont pas facile à traiter.**

Tous ces produits s'accumulent dans l'eau et dans notre corps!

Surveillez ce que vous jetez à l'eau!

eausecours.org
facebook.com/eausecours

Coalition *Eau Secours!*
québécoise pour une gestion responsable de l'eau

Du fluor dans l'eau du robinet?!

Les fluorures utilisés dans l'eau potable sont des déchets d'usines d'engrais chimiques.

Le fluor ne peut être éliminé par les usines municipales d'épuration des eaux.

La fluoration de l'eau est interdite dans plusieurs pays du monde.

Voulez-vous vraiment d'un produit toxique dans votre eau potable?

Protéger le bien commun, le garder sous gestion publique par l'éducation, la conscience collective et l'engagement citoyen. ***Eau Secours!*** **est avec vous, parce que chaque goutte compte!**

eausecours.org
facebook.com/eausecours

Coalition *Eau Secours!*
québécoise pour une gestion responsable de l'eau

L'eau est une ressource vitale

Le saviez-vous?

- Seulement 0,007% de l'eau douce de la planète est accessible.
- Le Québec dispose de 3% des eaux douces renouvelables de la planète.
- Près de 1,2 milliards d'êtres humains n'ont pas d'accès facile à l'eau potable.

Consommons l'eau de façon responsable!

eausecours.org
facebook.com/eausecours

Coalition Eau Secours!
québécoise pour une gestion responsable de l'eau

L'eau que vous buvez

est fournie par votre municipalité et

vous la payez

avec vos taxes municipales.

Le saviez-vous?

- Au Québec, un mètre cube d'eau municipale coûte environ **1.00$**
- En bouteilles, la même quantité d'eau vous coûtera en moyenne **1000$**
- L'eau embouteillée est souvent de l'eau municipale que vous allez **payer une seconde fois!**
- L'eau municipale **est testée plus souvent** et selon plus de paramètres que l'eau en bouteilles.

Trinquons ensemble à l'eau du robinet!

eausecours.org
facebook.com/eausecours

Coalition Eau Secours!
québécoise pour une gestion responsable de l'eau

Les usines
d'épuration des eaux n'enlèvent pas tous les produits jetés à l'égout!

Le saviez-vous?

Les huiles, hydrocarbures, solvants et peintures **peuvent contaminer des milliers de litres d'eau.**

Les médicaments, engrais, pesticides et insecticides **ne sont pas facile à traiter.**

Tous ces produits s'accumulent dans l'eau et dans notre corps!

Surveillez ce que vous jetez à l'eau!

eausecours.org
facebook.com/eausecours

Coalition Eau Secours!
québécoise pour une gestion responsable de l'eau

60% de l'eau
domestique est utilisée dans la salle de bain!

Une goutte d'eau
qui s'échappe à chaque seconde d'un robinet représente **9 540 litres d'eau par an.**

Une fuite dans les toilettes
peut faire perdre de 20 à 40 litres d'eau par heure, soit entre **200 000 à 400 000 litres par année.**

Remplacer une toilette traditionnelle
pour un modèle à chasse de 3 à 6 litres **fait économiser 120,000 litres d'eau par année à une famille moyenne.**

eausecours.org
facebook.com/eausecours

Coalition Eau Secours!
québécoise pour une gestion responsable de l'eau

eausecours.org
facebook.com/eausecours

Coalition Eau Secours!
québécoise pour une gestion responsable de l'eau

Communiqué

La Coalition *Eau Secours!* demande une commission parlementaire sur le programme de fluoration de l'eau potable

Montréal, le 12 mars 2013 – La Coalition québécoise pour une gestion responsable de l'eau – *Eau Secours!* profite du dépôt de la pétition à l'Assemblée nationale par la député Karine Vallières, mardi le 12 mars 2013, pour se joindre à tous les groupes, comités et organismes qui demandent une commission parlementaire sur le dossier de la fluoration de l'eau potable. En effet, la lumière doit être faite sur les aspects scientifiques, sanitaires, économiques, éthiques et légaux de cette pratique, de façon à statuer sur la nécessité d'abolir le programme de fluoration de l'eau potable.

Eau Secours! affirme que le droit des citoyens à choisir de consommer de l'eau non fluorée est fondamental et doit être pris en compte dans le dossier de la fluoration. Rappelons que le fluor est un poison toxique qu'on ajoute inutilement à l'eau potable et dont l'innocuité n'a jamais été démontrée par des tests de toxicologie. Aussi, le principe de précaution s'impose de façon incontournable.

La fluoration de l'eau potable interpelle et mobilise de plus en plus de groupes et comités de citoyens dans plusieurs municipalités du Québec (Richmond, Trois-Rivières, Mont-Joli, Châteauguay, St-Georges de Beauce, Bécancour, Saguenay, Lévis, La Prairie). Depuis plusieurs mois, des demandes sont faites pour un débat public et démocratique sur cette pratique qui prétend traiter les problèmes de carie dentaire en ajoutant à l'eau potable un produit chimique non homologué pour la consommation humaine.

Les nombreuses questions sans réponses ainsi que les inquiétudes de la population qui affirme son droit de refuser cette mesure appuient fortement la tenue d'une commission parlementaire qui permettra de débattre démocratiquement des craintes de la population.

Il est grand temps que la question de la fluoration de l'eau potable soit discutée publiquement afin que cesse la promotion de la fluoration de l'eau au sein des municipalités ainsi que les subventions auxquelles elle est associée. La commission parlementaire est donc le moyen par excellence de faire valoir les motifs justifiant l'abolition du programme de fluoration de l'eau potable.

En marge du dépôt de la pétition à l'Assemblée nationale, une conférence de presse sera tenue le 12 mars 2013 à 10h30, au Centre Frédéric-Back Culture et environnement, au 870 avenue Salaberry (local 322) à Québec. Jean-Yves McGee et Raôul Duguay de la coalition québécoise pour une gestion responsable de l'eau, *Eau Secours!*, des membres des comités en lutte de Trois-Rivières, Mont-Joli, Richmond et Châteauguay et le docteur Gilles Parent co- auteur de : *La fluoration; Autopsie d'une erreur scientifique,* répondront à vos questions.

Oui à une eau potable non fluorée!

Coalition Eau Secours!
québécoise pour une gestion responsable de l'eau

Communiqué de presse - pour diffusion immédiate

Abandon des projets de petites centrales hydroélectriques

La Coalition québécoise pour une gestion responsable de l'eau, *Eau Secours!,* félicite la ministre Martine Ouellet de sa décision de mettre fin au programme de petites centrales hydroélectriques et d'annuler six projets.

«C'est une décision qui respecte les gens, les paysages, l'habitat et l'économie. Il est prouvé depuis longtemps que, malgré les promesses, un petit barrage, après sa construction, n'apporte que très peu d'emplois à une région, à une ville. Le tourisme est plus susceptible de mettre en valeur ces magnifiques cours d'eau», déclare Maryse Pelletier, vice-présidente *Eau Secours!* Rappelons également que les rivières sont des écosystèmes essentiels pour la flore et la faune. Leur intégrité est indispensable pour qu'elles puissent continuer d'être des milieux regorgeant de vie.

La Coalition regrette que la centrale de Val-Jalbert ne figure pas au nombre des centrales ciblées, car dans le contexte énergétique actuel, où le Québec a d'importants surplus hydroélectriques, cette décision aurait été, d'un point de vue économique, tout à fait justifiée.

Depuis des années, la Coalition milite pour l'abolition de ces petites centrales hydroélectriques et a participé activement à la campagne *Adoptez une rivière* qui s'était soldée en 2002 par la fin de leur mplantation.

La Coalition *Eau Secours!* continuera de revendiquer auprès du gouvernement une meilleure gestion de l'eau.

LE PICHET ET FILTRE GET CLEAN

élimine mercure, cuivre et cadmium

contrairement aux autres filtres maison sur le marché.
Le nouveau filtre amélioré par un chercheur originaire d'Angleterre est basé sur des enzymes qui résorbent les métaux lourds.

votre DISTRIBUTEUR SHAKLEE SAURA VOUS RENSEIGNER.

Code 42110

Nutrition Santé

Changez de marque pour changer votre vie[MC]

En tant que l'une des compagnies de nutrition les plus réputées au Canada, Shaklee aide les gens à vivre en meilleure santé depuis plus de 35 ans.

Vivez mieux avec la Nutrition Shaklee.

ACTIVITÉS À VENIR

Détails et inscription sur www.InfoPourMoi.ca

Notre prochain **WEBINAR : Mardi, 11 juin 2013**

Prochaines **RENCONTRES SAISONNIÈRES**
PRINTEMPS: 26 mai 2013 - ÉTÉ: août 2013
Hampton Inn - Dorval 1900 Trans-Canadienne, Dorval, Québec H9P 2N4

Prochaines rencontres **« Entre Amis »** à Ste-Agathe
2 juin 2013 - 7 juillet 2013

Shaklee®
Créer des Vies Plus Saines
Distributeur indépendant

Activités francophones Shaklee
www.InfoPourMoi.ca

L'Opportunité Shaklee

Nous offrons une vie plus saine
et meilleure à tous.

En changeant de marque, vous pourriez changer votre vie.

La Différence Shaklee

Toujours sûr

Plus de 80 000 tests de la qualité annuels pour assurer pureté et puissance.

Plus de 350 tests sur certains ingrédients-clés pour tester les contaminants nuisibles.

Toujours efficace

Ingrédients de sources naturelles les plus purs et les plus puissants.

Appuyés par des preuves cliniques et scientifiques publiées dans plus de 90 publications revues par des pairs.

Étude historique de 2007:
En changeant de marque, vous pouvez changer votre vie.

Toujours vert

Produits durables, **sûrs pour vous, votre maison et votre planète**[MD].

En tête du mouvement environnemental avec des pratiques commerciales durables.

Elle a laissé partir un total de 126 lbs

Shaklee 180

En changeant de marque, vous pouvez changer votre vie.

En changeant de marque, vous pouvez changer votre vie

Redirigez vos dépenses sur des produits que vous achetez déjà pour vous procurer:

Des solutions naturellement sûres et éprouvées efficaces pour vos besoins quotidiens

Une garantie de remboursement à 100 %

Des récompenses pour avoir partagé ce que vous aimez de Shaklee

Des produits dont les gens ont besoin et qu'ils utilisent tous les jours:

Marché du vieillissement santé:	Marché des produits naturels:	Marché de la perte de poids:	Marché des soins de la peau:	Marché des produits ménagers verts:
162 millards $	**7 millards $**	**108 millards $**	**3,2 millards $**	**19 %**
Mondialement	Amérique du Nord	Amérique du Nord	Amérique du Nord	Amérique du Nord (croissance projetée)