

Pour retrouver de la vitalité, il est nécessaire d'avoir un minimum d'activité physique, régulièrement. Il faut également choisir minutieusement les aliments que vous mettez dans votre assiette, au quotidien. Voici notre sélection pour la jeune maman qui a besoin de retrouver des forces.



MÉLI MIEL-EAU AU MIEL BIO

Une eau au miel et au citron vert bio aussi rafraîchissante et gourmande que bienfaisante. Boisson healthy peu sucrée et certifiée sans additifs ni conservateurs, se boit glacée ou chaude pour profiter des bienfaits du miel !
HNY - BOUTEILLE DE 330ML 1€94



GINSENG 500

Plante vivace très reconnue pour ses propriétés tonifiantes, le ginseng est utilisé depuis des millénaires par la médecine traditionnelle chinoise pour lutter contre la fatigue et stimuler les performances physiques et intellectuelles. **BIOSENS**. Boîte de 10 ampoules de 10 ml - **8€50**

BEE POLLEN POUDRE DE POLLEN D'ABEILLES BIO

Un superaliment qui contient des antioxydants et des acides aminés essentiels qui aident à lutter contre la fatigue intellectuelle et physique. Riche en vitamines B1, B2, B9, E et véritable source de vitamine C, de cuivre de sélénium, de phosphore, de calcium, de potassium et de zinc...
 2 à 3 cuillères à café dans 250-300 ml de smoothies, de laits végétaux, de jus de fruits ou dans un yaourt.

**PURASANA - SACHET
DE 250G - 14€82**



OUF! LA PÂTE À TARTINER CACAO CACAHUËTES BIO

Purée de haricots rouges* 30% (eau, farine de haricots rouges*), sucre de fleur de coco*, Cacahuètes* 18%, eau, poudre de cacao* 4,3%. *Ingrédients issus de l'agriculture biologique. Fabriqué en France. **FUNKY Veggie**. 200 g. **3,73€**



ÉCHINACÉE PLUS BIO

Cette plante adaptogène est reconnue pour son action stimulante des défenses naturelles. Des études ont montré qu'elle permet de réduire de 10 à 20% le risque d'avoir un coup de froid. Une formule BIO et concentrée qui associe parties aériennes et racines de l'échinacée pourpre- Echinacea purpurea - afin d'optimiser son efficacité.

Fleurance Nature
Boîte de 15 comprimés. **6€70**
15 jours



CHOCOLAT NOIR 72% ÉQUITABLE BIO

Intolérants au lactose, vegans ou bien en quête de nouvelles sensations... Kazidomi a tout simplement remplacé le lait par du sirop de riz, pour un résultat encore plus délicat et fondant.

Kazidomi
Tablette 85g, **1€61**

QUANTAEPP

Complément alimentaire à l'extrait de pépins de pamplemousse. Un boosteur naturel de l'immunité. Ses principaux constituants sont les bioflavonoïdes (comme la naringine, néohespéridine, hespéridine, dihydrokaempférol, quercétine, kaempférol...) qui représentent 14,5% de l'extrait, ainsi que la vitamine C. À éviter en cas d'allergie aux agrumes. Flacon de 50 ml. **Phytoquant**

