

SOMMAIRE

Santé Zen n°6 (novembre/décembre 2008)

BRÈVES	6
APPLICATION DU GRENELLE DE L'ENVIRONNEMENT : UN ENJEU DE SANTÉ PUBLIQUE ?	12
ABÉCÉDAIRE VERT	15
CAHIER SANTÉ	
GREFFES D'ORGANES : QUE DE PROGRÈS !	50
ACNÉ : HALTE AUX IDÉES REÇUES !	52
PRESBYTIE : DU PROGRÈS DANS LE PROGRESSIF	56
VAINCRE LA FATIGUE	59
JEUNE À TOUT ÂGE	62
SHOPPING	66
CAHIER BEAUTÉ/BIEN-ÊTRE	
LA MONTAGNE AU SECOURS DE LA PEAU	68
CHEVEUX : PRÉVENEZ LA CHUTE	71
LEÇON DE MAKE-UP POUR DÉBUTANTES	74
INTERVIEW :	
ASTRID VEILLON, PASSIONNÉMENT ENGAGÉE	78
SHOPPING	84
CAHIER FAMILLE	
HOMMES : OPÉRATION VENTRE PLAT	86
SHOPPING HOMMES	88
LE PÈRE NOËL : UN MENSONGE TRADITIONNEL ?	90
SENIORS : GARDER L'OUÏE FINE	93
ADOS : LA CRISE !	
PARENTS : RESTEZ ZEN !	96
SHOPPING ENFANTS	98
CAHIER NUTRITION	
OPÉRATION DÉTOX !	100
VITAMINE C : MANGEZ-LA !	104
À CHAQUE HUILE SON JUSTE EMPLOI	108
SHOPPING	110
CAHIER FORME	
ALORS, DANSEZ MAINTENANT !	112
PLONGÉE SOUS-MARINE :	
AU CŒUR D'UN AUTRE MONDE	116
SHOPPING	118
CAHIER PSYCHO/SEXO	
NÉ RIEN JETER : PETITE MANIE OU MALADIE ?	120
L'ART DE L'EFFEUILLAGÉ	122
CAHIER PÊLE-MÊLE	
MODE ÉCOLO, SWEET HOME	126
QUAND LA TÉLÉ NOUS FAIT AIMER NOTRE PLANÈTE	132
DÉCO ÉCOLO	134
TOURISME : VOYAGE AU CŒUR DU FRISSON	138
SOLIDARITÉS :	
ASTRID VEILLON, UNE MARRAINE FIDÈLE	142
LIVRES :	
L'ÉCOLOGIE À L'HONNEUR	144
QUAND FICTION RIME AVEC ÉMOTION	145
ASTRO ZEN	146

Goûtez la céréale Kamut®, goûtez la différence

Le blé Kamut®, de culture exclusivement biologique, est un ancêtre du blé dur moderne, dont l'intégrité génétique a été préservée. Seules les récoltes qui répondent aux critères de qualités définies dans le cahier des charges de la marque, sont vendues sous l'appellation « Kamut® ». Les agriculteurs reçoivent un prix équitable et stable. Le mot « Kamut » n'est pas le nom d'une nouvelle espèce de céréale ni celui d'une variété sélectionnée, il représente le nom de la marque déposée qui signifie « blé » en égyptien ancien. La céréale appartient à l'espèce « *Triticum turgidum ssp. turanicum* ». La marque est un label de qualité et garantit aux consommateurs les caractéristiques originelles de ce blé ancien.

Délicieux, léger et nourrissant:

Une saveur douce à l'arôme qui rappelle la noisette. Se digère facilement. Riche en protéines et minéraux (sélénium, zinc, magnésium). Le sélénium est un oligo-élément réputé pour ses qualités anti-oxydantes.

Hypoallergénique:

Une solution pour la plupart des personnes allergiques au blé moderne. Contient du gluten, il n'est pas recommandé aux personnes qui souffrent de la maladie cœliaque.

Grande diversité:

Farine, pains, pizza, crêpes, biscuits, cakes, snacks, pâtes, boulgour, couscous, mueslis, flocons, grains soufflés, potages, salades, desserts, boisson, sirop et jus de jeunes pousses.

La marque « Kamut® », un label de qualité, garantit aux consommateurs les caractéristiques originelles de ce blé ancien.



www.kamut.com

nele.callebert@kamut.com

