

Les **SUPPLEMENTS NATURELS**



Approuvés Par
Santé Canada



Santé
Canada

LES SUPPLÉMENTS NATURELS

EST-CE NÉCESSAIRE?

Je suis un professionnel de la santé qui **DÉTESTE** les suppléments alimentaires et je prône avant tout une alimentation saine et équilibrée. Par contre, il est vrai qu'il s'avère tout de même difficile, voir impossible d'obtenir toute la quantité nécessaire de vitamines, de minéraux et de micro-nutriments dont votre corps a besoin pour fonctionner à 100%.

Pour cette raison, si vous désirez avoir des cellules qui fonctionnent à plein régime et engendrer les meilleurs résultats possibles en toute sécurité, je vous conseille de **NE PAS** prendre d'autres suppléments que ceux que j'énumérerai dans les prochaines pages.

POURQUOI?

La FDA (l'agence américaine Food and Drug Administration) estime que les suppléments alimentaires provoquent en général 50,000 situations indésirables par année. Parmi ces effets, nous pouvons constater des crises cardiaques, des accidents vasculaires cérébraux, des convulsions et des décès.

Comme je le mentionne dans mon [Livre «*Quel Régime Choisir*»](#), 70 % des fabricants de suppléments violent les pratiques de fabrication. Des 68 % suppléments testés, le principal ingrédient identifié sur l'emballage était complètement absent et remplacé par autre chose.

LES SUPPLÉMENTS NATURELS

SUITE...

Des 78 bouteilles de suppléments à base de plantes commerciales vendues notamment par Walmart et Target, quatre bouteilles sur cinq (80%) ne contenaient aucune des herbes énumérées sur leurs étiquettes.

De plus, plusieurs suppléments amaigrissants sont également reconnus pour avoir été falsifiés avec des médicaments non recommandés. Des 160 suppléments amaigrissants dits «100 % naturels», plus de la moitié étaient contaminés par des médicaments; allant des antidépresseurs aux médicaments contre la dysfonction érectile.

Dans le même sens, des chercheurs ont constaté de manière alarmante qu'un tiers des suppléments étaient falsifiés avec des ingrédients interdits, et que 90% de ces derniers contenaient des composants non recommandés par la santé.

Ne sachant plus à quel supplément faire confiance, j'ai passé les dernières années à concevoir ma propre ligne de suppléments naturels et 100% sécuritaire pour notre santé.

Étant tous approuvés par **SANTÉ CANADA** et ayant tous reçus l'approbation "**sans gluten**", "**sans ogm**", "**végan**" et "**cruelty free**" (sans cruauté sur les animaux), nos suppléments sont les seuls auxquels je fais confiance. Si vous souhaitez être sûr d'améliorer votre santé, voici ce que je vous propose.

Les **SUPPLEMENTS** **SUGGÉRÉS**



Approuvés Par
Santé Canada



Santé
Canada

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

1. POUDRE DE PROTÉINE VÉGÉTALE (VEGAN):

Notre corps remplace environ 2 millions de cellules par seconde et sans protéines adéquates de notre alimentation, notre corps est incapable de réparer les cellules endommagées ou d'en produire de nouvelles.

En plus de fournir les éléments de base pour les muscles et les tissus, les protéines végétales sont bénéfiques pour la perte de poids. Les protéines végétales sont souvent plus faibles en calories et en matières grasses que les protéines animales, et elles sont plus riches en fibres et en nutriments.

3 BÉNÉFICES DES PROTÉINES VÉGÉTALES:

- **Digestion améliorée** - Les légumes, les légumineuses, les céréales, les noix et les graines sont chargés de fibres saines qui améliorent naturellement la digestion et l'absorption, augmentant la motilité et réduisant les symptômes de gaz et de ballonnements.
- **Santé cardiovasculaire** - Les régimes à base de plantes ont tendance à être plus faibles en cholestérol et en graisses saturées. Cela aide à améliorer la santé cardiaque et le bien-être général.
- **Éviter les hormones et antibiotiques ajoutés** - De nombreuses sources de protéines d'origine animale peuvent contenir des hormones et des antibiotiques ajoutés; tandis que les sources de protéines à base de plantes regorgent d'antioxydants, de composés phytochimiques, de vitamines et de minéraux essentiels pour une santé.

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

1. VEGAN PROTEIN:

VEGAN PROTEIN est composé de trois protéines végétales: quinoa, riz brun et isolat de pois. Chaque portion est également certifiée sans OGM, sans gluten, certifiée végétalienne, sans céréale, sans sucre ajouté et sans colorant, arôme ou conservateur artificiel.

Contrairement à la protéine Whey ou de Soja qui provient de sources animales, Vegan Protein sera votre meilleur choix pour prendre soin de votre microbiome, tout en améliorant votre santé au quotidien.



Avec seulement 2g de sucre et 24g de protéines de qualité végétale, **VEGAN PROTEIN** est la source de protéines qui se digère plus rapidement que toutes les autres sources de protéines.

- 24g protéines par portion
- Seulement 2g de glucides
- 100% protéines végétales
- Se mélange facilement
- Bon goût
- Sans OGM
- Sans gluten

» CLIQUEZ ICI

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

2. OMÉGA-3:

Comme votre organisme ne les produit pas, aucune nutrition n'est complète sans un apport en acides oméga-3. Ils ont de nombreux avantages pour la santé de votre corps et de votre cerveau.

Voici 14 avantages sont soutenus par la science et la santé.

14 BÉNÉFICES DES OMÉGA-3:

- Combattent la dépression et l'anxiété;
- Améliorent la santé oculaire;
- Favorisent la santé du cerveau pendant la grossesse et la petite enfance
- Améliorent les facteurs de risque de maladies cardiovasculaires;
- Réduisent les symptômes du TDAH chez les enfants;
- Réduisent les symptômes du syndrome métabolique;
- Combattent l'inflammation;
- Combattent les maladies auto-immunes;
- Luttent contre le déclin mental lié à l'âge et à la maladie d'Alzheimer;
- Aident à prévenir le cancer;
- Réduisent l'asthme chez les enfants;
- Améliorent la santé des os et des articulations;
- Améliorent le sommeil

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

2. PROMÉGA-3:

PROMEGA-3 contient plus de 1200 mg d'huile de poisson, 720 mg d'oméga-3 et une teneur élevée EPA et DHA. Notre huile de poisson est 100% récoltée en mer et extraite dans un environnement strictement surveillé et de qualité contrôlée.

Parce qu'il est d'origine naturelle et traité selon un processus de fabrication contrôlé de GMP (*Good Manufacturing Practices*), nous pouvons garantir les niveaux les plus élevés de nutriments essentiels de EPA et DHA pour la santé du cerveau, du cœur et des articulations.



Notre huile de poisson **PROMEGA-3** a été rigoureusement testée pour tous les contaminants connus.

- Prend en charge la fonction cognitive, l'humeur et réduit les symptômes de dépression
- Aide à réduire les niveaux de triglycérides et la pression artérielle.
- 100% récoltée en mer
- Riche en EPA et DHA
- Huile aromatisée au citron pour éviter les «rots de poisson» ou l'arrière-goût

» CLIQUEZ ICI

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

3. SUPER GREENS:

Les suppléments SUPER GREENS sont des suppléments de santé naturels fabriqués à partir d'aliments à base de plantes conçus pour fournir à votre corps des nutriments essentiels afin d'optimiser votre santé. Ils aident à atteindre votre portions de fruits et de légumes quotidiens.

Sans surprise, ils tirent leur nom du fait qu'ils sont dérivés de plantes vertes, d'herbes et de légumes naturels. Tous les ingrédients naturels sont soumis à un processus minutieux par SANTÉ CANADA qui les réduit en poudre tout en conservant toutes les qualités naturelles qui les rendent si bénéfiques.

La poudre peut ensuite être mélangé avec du liquide pour créer une boisson délicieuse et riche en nutriments.

8 BÉNÉFICES DES SUPER GREENS:

- Equilibrent les bactéries de votre microbiome;
- Aident à prévenir et à traiter la diarrhée;
- Améliorent certaines conditions de santé mentale;
- Aident à garder votre cœur en bonne santé;
- Réduisent la gravité de certaines allergies et de l'eczéma;
- Aident à réduire les symptômes de certains troubles digestifs;
- Aident à stimuler votre système immunitaire;
- Aident à perdre du poids et de la graisse abdominale

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

3. 50 SHADES OF GREENS

50 SHADES OF GREENS est une poudre 100% naturelle favorisant une vitalité saine, améliore la clarté mentale et favorise le bien-être. À l'inverse des autres super greens, il contient les 50 meilleurs ingrédients entiers issus de sources biologiques et fermentées, fournissant une combinaison unique de Super Foods qui vous aident à respecter votre dose quotidienne recommandée de fruits et de légumes.

Fournit des probiotiques, vitamines, antioxydants, minéraux et bien plus. Ingrédients naturels sans OGM, sans gluten, soja ou produits laitiers.



50 SHADES OF GREENS est l'un des seuls produit de confiance qui aidera certainement votre microbiome et votre flore intestinale rapidement; en toute sécurité. Il peut être ajouté à tout liquide ou aliment.

- Améliore la santé intestinale
- Maintien un système immunitaire
- Favorise une bonne digestion
- Participe à la "détoxification" de l'intestin
- Vitamines, minéraux, antioxydants,
- 1 Mois de supplément

» [CLIQUEZ ICI](#)

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

4. ENZYMES DIGESTIVES:

Une enzyme digestive est une protéine fabriquée par votre corps. Elle a comme fonction de décomposer les aliments en molécules plus petites de manière qu'elle puisse être absorbée facilement par votre corps.

Voici des exemples d'enzymes digestives:

- Lipase - décompose les graisses complexes en acides gras plus petits et en glycérol
- Papain - décompose les protéines en fragments de protéines plus petites (appelées peptides) et acides aminés.
- Lactase - décompose le sucre du lait appelé lactose

Le corps peut parfois être incapable de décomposer correctement les aliments ingérés et d'absorber leurs nutriments. Les suppléments d'enzymes digestives protègent contre cette malabsorption, qui peut ralentir la digestion et entraîner des symptômes inconfortables tels que ballonnements, flatulences, crampes abdominales et diarrhée.

6 BÉNÉFICES DES ENZYMES DIGESTIVES:

- Soutiennent une digestion saine;
- Optimisent la dégradation des graisses, des glucides et des protéines;
- Favorisent une absorption optimale des nutriments;
- Réduisent les gaz, les ballonnements, l'indigestion et la constipation après les repas;
- Aident votre corps à traiter les aliments difficiles à digérer;
- Soutiennent la santé du côlon

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

4. DIGEST-ZYME:

DIGEST-ZYME fournit des enzymes complètes qui aident votre corps à décomposer les glucides, les protéines et les graisses. Nos enzymes accélèrent davantage les réactions chimiques dans votre corps et permettent d'activer votre perte de gras, d'améliorer votre digestion en plus de réduire votre inflammation.

DIGEST-ZYME vous propose les meilleures enzymes digestives afin de vous permettre d'absorber tous les nutriments essentiels que vous consommerez.



Contient une grande variété d'enzymes importantes, telles que:

- Lactobacillus acidophilus
- Lactobacillus casei
- Lactobacillus plantarum
- Bromelain
- Papain
- Lipase
- Lactase
- Alpha Galactosidase

» CLIQUEZ ICI

LES 5 SUPPLÉMENTS SUGGÉRÉS

5. BRÛLEUR DE GRAISSE NATUREL:

Les brûleurs de graisse sont très mitigés dans le domaine et avec raison. La plupart sont mauvais pour la santé et engendrent plusieurs conséquences négatives sur la santé. C'est pourquoi nous avons créé l'un des premiers brûleurs de graisse naturel avec **LIPO-BURN**.

Il s'agit d'un brûleur de graisse thermogénique. Il contient un mélange synergique de neuf ingrédients métaboliques pour soutenir la perte de graisse, la production d'énergie, la concentration et la thermogénèse.



LIPO-BURN contient des ingrédients efficaces qui agissent ensemble pour brûler les graisses et améliorer l'efficacité de votre entraînement. Nous l'avons conçu pour continuer à soutenir le processus de combustion des graisses une fois votre entraînement terminé.

- Énergie explosive
- Concentration accrue
- Mélange lipogène
- Mélange thermogénique
- Combustion des graisses
- Perte de graisse après l'effort

» CLIQUEZ ICI

LES SUPPLÉMENTS NATURELS

LES ALTERNATIVES

Même s'ils sont tous approuvés par la FDA et ont tous reçus l'approbation "sans gluten", "sans ogm", "végan" et "cruelty free" (sans cruauté sur les animaux), vous pouvez choisir une autre ligne de suppléments. Toutefois, dans cette situation, je ne pourrai pas vous garantir que vous obtiendrez les meilleurs suppléments pour votre santé.

Cependant, je peux vous souligner les points importants à vérifier pour mettre toutes les chances de votre côté. **Veillez apporter une attention à ceci:**

POUR LA POUDRE DE PROTÉINE:

Trouver un produit qui contient:

- Protéine végétale (idéalement de pois)
- Sans soja, sans OGM, sans gluten,
- Moins de 5g de glucides
- Moins de sucre possible
- Plus de 18g de protéines

POUR LES ENZYMES DIGESTIVES:

Trouver un produit qui contient:

- Bromelain ou Protease; qui digère les protéines
- Lipase; qui digère les gras
- Papain; qui digère les vers parasites
- Alpha Galatosidase; qui digère les glucides
- Lactase; qui digère le lactose
- Devrait contenir différents types de *Lactobacillus*

POUR LES SUPER GREENS:

Trouver un produit qui contient:

- Au moins 50 aliments essentiels à base de plantes.
- Plus de 1500 mg d'herbes et extraits.
- Plus de 1300 mg d'aliments verts
- Plus de 1200 mg de mélange de mer
- Plus de 1300 mg de légumes
- Plus de 50 mg de phytonutriments

POUR LES OMÉGA-3:

Trouver un produit qui contient:

- Huile de Poisson : au moins 1000 mg (plus, c'est encore mieux!)
- DHA : Au moins 200 mg
- EPA : Au moins 400 mg
- Oméga-3 : Au moins 700mg

POUR LES BRÛLEURS DE GRAISSE:

Nous recommandons aucun autre produit (peut engendrer des conséquences négatives sur votre santé et sur votre métabolisme à court terme et long terme).

Suppléments 100% Naturels!

Approuvés par SANTÉ CANADA
sans gluten, sans OGM et vegan.

CLIQUEZ ICI!

WWW.ACTI-V.CA/SHOP



ACCÉLÉREZ VOS RÉSULTATS!

**Voulez-vous des résultats RAPIDES, et
approuvés par **SANTÉ CANADA**?**

86% des suppléments sur le marché sont non recommandés par la santé. Chez Acti-V, nos suppléments ont tous été approuvés par **SANTÉ CANADA** et portent les approbations sans gluten, sans ogm, vegan et cruelty free; preuves à l'appui.

**Commandez-Les
MAINTENANT!**

CLIQUEZ ICI!

WWW.ACTI-V.CA/SHOP



VOTRE RÉUSSITE!

VOUS LE POUVEZ!

Vous avez maintenant tous les outils nécessaires pour enfin réussir les objectifs personnels qui vous obsèdent depuis des années.

Encadré par une équipe de professionnels de la santé, vous avez le pouvoir de vous transformer. Le pouvoir de devenir une meilleure version de vous-même pour le restant de votre vie. Croyez en vous!

NOS SUCCÈS

78% PROBLÈMES DE SANTÉ EN MOINS

96% CLIENTS SATISFAITS!

- À Votre Succès!



RÉFÉRENCES & SCIENCES EN SANTÉ

The Human Microbiome, Diet, and Health: Workshop Summary.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK154098/>

Dietary Alteration of the Gut Microbiome and Its Impact on Weight and Fat Mass: A Systematic Review and Meta-Analysis
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5867888/>

Effects of probiotics on body weight, body mass index, fat mass and fat percentage in subjects with overweight or obesity: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29047207>

Probiotic With or Without Fiber Controls Body Fat Mass, Associated With Serum Zonulin, in Overweight and Obese Adults-Randomized Controlled Trial.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27810310>

The Potential Role of Probiotics in Controlling Overweight/Obesity and Associated Metabolic Parameters in Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31118956>

The Metabolomic Signatures of Weight Change
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6523676/>

The artificial sweetener acesulfame potassium affects the gut microbiome and body weight gain in CD-1 mice.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28594855>

Fermentation potential of the gut microbiome: implications for energy homeostasis and weightmanagement.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21294743>

Composition and energy harvesting capacity of the gut microbiota: relationship to diet, obesity and time in mouse models.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20926643>

Obesity and the human microbiome.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19901833>

Obesity, metabolic syndrome, and microbiota: multiple interactions.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20535027>

Effects of the gut microbiota on obesity and glucose homeostasis.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21353592>

Gut microbiota, intestinal permeability, obesity-induced inflammation, and liver injury.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21807932>

The gut microbiota, obesity and insulin resistance.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23159341>

Host responses to the human microbiome.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22861802>

Gut microbiome production of short-chain fatty acids and obesity in children.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29196878>

Feeding the critically ill obese patient: a systematic review protocol.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26571286>

The gut microbiome and obesity.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23128767>

Salivary Microbial Dysbiosis is Associated with Systemic Inflammatory Markers and Predicted Oral Metabolites in Non-Small Cell Lung Cancer Patients.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31205521>

Comparison between a commercial blend of functional oils and monensin on the performance and microbiota of coccidiosis-challenged broilers.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31247639>

Bacteriophage of the Skin Microbiome in Patients with Psoriasis and Healthy Family Controls.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31247199>

Alteration of the cutaneous microbiome in psoriasis and potential role in Th17 polarization.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30185226>

The Microbiome in Psoriasis and Psoriatic Arthritis: The Skin Perspective.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29858350>

Dynamic Alterations in the Gut Microbiota of Collagen-Induced Arthritis Rats Following the Prolonged Administration of Total Glucosides of Paeony.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31245305>

Evaluation of Methods for the Extraction of Microbial DNA From Vaginal Swabs Used for Microbiome Studies.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31245304>

Effect of dose of behavioral weight loss treatment on glycemic control in adults with prediabetes.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31245006>

Calorie restriction in combination with prebiotic supplementation in obese women with depression: effects on metabolic and clinical response.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31241002>

Un microbiome différent pour les personnes atteintes de fibromyalgie
<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1191296/microbiome-fibromyalgie-bacteries>

Bonne **AVENTURE!**





MERCI

PRÊT POUR PLUS?

Il n'y a pas de ligne d'arrivée pour être en forme. C'est un long parcours rempli de réussites et de fiertés! Chez Acti-V, c'est ce que nous appelons «**L'aventure d'Activiste**».

Vous n'avez pas encore idée de tout ce qui vous attend comme impacts positifs dans cette belle aventure. Vous serez bien dans votre peau, vous retrouverez confiance et vous retombez certainement en amour avec la personne que vous serez devenue. Êtes-vous prêt?

Yohann Ménard

LA PHILOSOPHIE D'ACTIVISTE!

DEVENIR **ACTIVISTE**, C'EST APPRENDRE À ÉCOUTER SA PETITE VOIE INTÉRIEURE QUI VOUS POUSSE À PRENDRE ACTION ET À AVOIR UNE VIE MEILLEURE.

UN **ACTIVISTE** NE FAIT PAS QUE PARLER, IL AGIT. IL RECONNAÎT QUE S'IL VEUT DES RÉSULTATS ET AVOIR DU SUCCÈS, IL DEVRA METTRE LES EFFORTS NÉCESSAIRES.

UN **ACTIVISTE** N'ÉCOUTE PAS LES PERSONNES NÉGATIVES DE SON ENTOURAGE QUI VEULENT LE RALENTIR. AU CONTRAIRE, IL SE CONCENTRE UNIQUEMENT SUR LE POSITIF ET LE BONHEUR QU'IL PEUT CRÉER PAR LUI-MÊME.

UN **ACTIVISTE** CONTRÔLE SON CORPS, SA SANTÉ, SA SITUATION ET SON DESTIN À 100%. LE HASARD ET LA CHANCE NE FONT PAS PARTIE DE SON VOCABULAIRE.

DEVENIR **ACTIVISTE**, C'EST ADOPTER CETTE MENTALITÉ À CHAQUE MOMENT. C'EST LAISSER ENTRER SON ALTER EGO CONFIANT QUI RENDRA SA VIE MEILLEURE.

ÊTRE **ACTIVISTE**, C'EST METTRE DE CÔTÉ TOUS SES DOUTES, TOUTES SES PEURS, TOUS SES ÉCHECS PASSÉS ET TOUTES SES EXCUSES EN N'AYANT QU'UNE SEULE PHILOSOPHIE EN TÊTE:

« JE PEUX Y ARRIVER ET JE VAIS LE PROUVER! »

VOUS ÊTES UN(E) ACTIVISTE!



ACTI-V-TOI,

CAR

PERSONNE

D'AUTRES

NE LE FERA

POUR TOI.



Suppléments 100% Naturels!

Approuvés par SANTÉ CANADA
sans gluten, sans OGM et vegan.

CLIQUEZ ICI!

WWW.ACTI-V.CA/SHOP



ACCÉLÉREZ VOS RÉSULTATS!

**Voulez-vous des résultats RAPIDES, et
approuvés par **SANTÉ CANADA**?**

86% des suppléments sur le marché sont non recommandés par la santé. Chez Acti-V, nos suppléments ont tous été approuvés par **SANTÉ CANADA** et portent les approbations sans gluten, sans ogm, vegan et cruelty free; preuves à l'appui.

**Commandez-Les
MAINTENANT!**

CLIQUEZ ICI!

WWW.ACTI-V.CA/SHOP

