

## Les aliments qui guérissent

	<b>Les aliments qui guérissent</b>					
	Protège le coeur	Prévient la constipation	Combat la diarrhée	Améliore la capacité des poumons	Protège les jointures	
<b>pomme</b>	Protège le coeur	Prévient la constipation	Combat la diarrhée	Améliore la capacité des poumons	Protège les jointures	
<b>abricot</b>	Combat le cancer	Contrôle la tension artérielle	Protège la vue	Protège contre la maladie d'Alzheimer	Ralentit le vieillissement	
<b>artichaut</b>	Aide la digestion	Abaisse le cholestérol	Protège le coeur	Stabilise le taux de sucre dans le sang	Protège contre la maladie du foie	
<b>avocat</b>	Combat le diabète	Abaisse le cholestérol	Aide À prévenir les accidents cérébro-vasculaires	Contrôle la tension artérielle	Lisse la peau	
<b>banane</b>	Protège le coeur	Calme la toux	Renforce les os	Contrôle la tension artérielle	Combat la diarrhée	
<b>fève</b>	Prévient la constipation	Aide À combattre les hémorroïdes	Abaisse le cholestérol	Combat le cancer	Stabilise le taux de sucre dans le sang	
<b>betterave</b>	Contrôle la tension artérielle	Combat le cancer	Renforce les os	Protège le coeur	Aide À maigrir	
<b>bleuet</b>	Combat le cancer	Protège le coeur	Stabilise le taux de sucre dans le sang	Améliore la mémoire	Prévient la constipation	

Le aliments qui guérissent

<b>broccoli</b>	Renforce les os	Protège la vue	Combat le cancer	Protège le cœur	Contrôle la tension artérielle
<b>chou</b>	Combat le cancer	Prévient la constipation	Aide à maigrir	Protège le cœur	Aide à combattre les hémorroïdes
<b>cantaloup</b>	Protège la vue	Contrôle la tension artérielle	Abaisse le cholestérol	Combat le cancer	Aide le système immunitaire
<b>carotte</b>	Protège la vue	Protège le cœur	Prévient la constipation	Combat le cancer	Aide à maigrir
<b>chou-fleur</b>	Protège contre le cancer de la prostate	Combat le cancer du sein	Renforce les os	Aide les ecchymoses à guérir	Protège contre les maladies du cœur
<b>cerise</b>	Protège le cœur	Combat le cancer	élimine l'insomnie	Ralentit le vieillissement	Protège contre la maladie d'Alzheimer
<b>châtaigne</b>	Aide à maigrir	Protège le cœur	Abaisse le cholestérol	Combat le cancer	Contrôle la tension artérielle
<b>figue</b>	Aide à maigrir	Aide à prévenir les accidents cérébro-	Abaisse le cholestérol	Combat le cancer	Contrôle la tension artérielle
<b>poisson</b>	Protège le cœur	Améliore la mémoire	Protège le cœur	Combat le cancer	Aide le système immunitaire
<b>lin</b>	Aide la digestion	Combat le diabète	Protège le cœur	Bénéfique pour la santé mentale	Stimule le système immunitaire
<b>ail</b>	Abaisse le cholestérol	Contrôle la tension artérielle	Combat le cancer	Tue les bactéries	Combat les champignons

Le aliments qui guérissent

<b>pample-mousse</b>	Protège contre les crises de coeur	Aide À maigrir	Aide À prévenir les accidents cérébro-	Combat le cancer de la prostate	Abaisse le cholestérol
<b>raisin</b>	Protège la vue	Combat les pierres au rein	Combat le cancer	Améliore la circulation sanguine	Protège le coeur
<b>the vert</b>	Combat le cancer	Protège le coeur	Aide À prévenir les accidents cérébro-vasculaires	Aide À maigrir	Tue les bactéries
<b>miel</b>	Aide les blessures À guérir	Aide la digestion	Protège contre les ulcères	Donne de l'énergie	Combat les allergies
<b>Citron / lime</b>	Combat le cancer	Protège le coeur	Contrôle la tension artérielle	Lisse la peau	elimine le scorbut
<b>mangue</b>	Combat le cancer	Améliore la mémoire	Régularise la glande thyroïde	Aide la digestion	Protège contre la maladie d'Alzheimer
<b>champignon</b>	Contrôle la tension artérielle	Abaisse le cholestérol	Tue les bactéries	Combat le cancer	Renforce les os
<b>avoine</b>	Abaisse le cholestérol	Combat le cancer	Combat le diabète	Prévient la constipation	Lisse la peau
<b>huile d'olive</b>	Protège le coeur	Aide À maigrir	Combat le cancer	Combat le diabète	Lisse la peau

Le aliments qui guérissent

oignon	Réduit les risques de crises cardiaques	Combat le cancer	Tue les bactéries	Abaisse le cholestérol	Combat les champignons
orange	Aide le système immunitaire	Combat le cancer	Protège le coeur	Aide la respiration	
pêche	Prévient la constipation	Combat le cancer	Aide À prévenir les accidents cérébro-vasculaires	Aide la digestion	Aide a combattre les hémorroïdes
arachide	Protège contre les maladies du coeur	Aide A maigrir	Combat le cancer de la prostate	Abaisse le cholestérol	<b>Favorise les</b>
ananas	Renforce les os	Soulage les symptômes du rhume	Aide la digestion	élimine les verrues	Combat la diarrhée
prune	Ralentit le vieillissement	Prévient la constipation	Améliore la mémoire	Abaisse le cholestérol	Protège contre les maladies du coeur
riz	Protège le coeur	Combat le diabète	Combat les pierres au rein	Combat le cancer	Aide À prévenir les accidents cérébro-vasculaires
fraise	Combat le cancer	Protège le coeur	Améliore la mémoire	A un effet calmant	
patate douce	Protège la vue	Agit sur le moral	Combat le cancer	Renforce les os	

Le aliments qui guérissent

<b>tomate</b>	<b>Protège la prostate</b>	<b>Combat le cancer</b>	<b>Abaisse le cholestérol</b>	<b>Protège le coeur</b>	
<b>noix</b>	<b>Abaisse le cholestérol</b>	<b>Combat le cancer</b>	<b>Améliore la mémoire</b>	<b>Agit sur le moral</b>	<b>Protège contre les maladies du coeur</b>
<b>eau</b>	<b>Aide À maigrir</b>	<b>Combat le cancer</b>	<b>Combat les pierres au rein</b>	<b>Lisse la peau</b>	
<b>melon d'eau</b>	<b>Protège la prostate</b>	<b>Aide À maigrir</b>	<b>Abaisse le cholestérol</b>	<b>Aide À prévenir les accidents cérébro-vasculaires</b>	<b>Contrôle la tension artérielle</b>
<b>germe de blé</b>	<b>Combat le cancer du colon</b>	<b>Prévient la constipation</b>	<b>Abaisse le cholestérol</b>	<b>Aide À prévenir les accidents cérébro-vasculaires</b>	<b>Améliore la digestion</b>
<b>son</b>	<b>Combat le cancer du colon</b>	<b>Prévient la constipation</b>	<b>Abaisse le cholestérol</b>	<b>Aide À prévenir les accidents cérébro-vasculaires</b>	<b>Améliore la digestion</b>