

LES ATOUTS DE LA SPIRULINE

La spiruline possède une enveloppe cellulaire constituée de muréine, composant hautement digestible. 98 % de ses nutriments sont assimilés par l'organisme.

LES PROTÉINES

La spiruline contient tous les acides aminés essentiels indispensables au bon fonctionnement de notre organisme et que celui-ci ne peut pas produire.

LE FER

3 g de spiruline contiennent environ 15 % des apports journaliers en fer.

LES ANTIOXYDANTS

Les antioxydants permettent de renforcer les mécanismes de protection du système immunitaire, la peau, les ongles, les cheveux, etc.

On compte parmi eux :

- Des **pigments** (chlorophylle, carotène et phycocyanine) ;
- Le **dysmutase**, un super-oxyde permettant de lutter contre les radicaux libres produits par notre organisme et qui s'attaquent aux cellules saines.

LES VITAMINES

- A, pour la vue et le bronzage ;
- B1/2/3/6/9, pour le bon fonctionnement du système nerveux ;
- E, pour ses propriétés anti-vieillesse ;
- K, pour ses propriétés anti-inflammatoires, son soutien à la croissance cellulaire, à la minéralisation et à la coagulation.

LES MINÉRAUX

On retrouve entre autres du phosphore, du potassium, du magnésium, du zinc, du cuivre, etc.

Qui peut consommer la spiruline ?

Toutes les personnes qui cherchent une source supplémentaire en nutriments dans leur alimentation, leur permettant de regagner en vitalité.

- Les **sportifs**, pour l'aide à l'endurance, la récupération ou la musculation ;
- Les **anémiés** en fer ou autres carences ;
- Les **végétariens, adeptes de jeûne** ou **autres régimes particuliers** afin de limiter les carences d'éléments essentiels au bon fonctionnement de l'organisme ;
- Les personnes qui ont des **difficultés à s'alimenter** ;
- Les personnes au **rythme décalé** (voyageurs, travailleurs en 3x8, travailleurs de nuits, etc.)

La richesse nutritionnelle de la spiruline apporte une multitude de bienfaits. Chaque consommateur étant différent, venez découvrir par vous-même les changements bénéfiques que la spiruline peut vous procurer.

Demandez l'avis de votre médecin si vous avez une surcharge en fer, si vous êtes sujet à la goutte ou encore si vous prenez des anti-coagulants. La spiruline est déconseillée pour les personnes qui souffrent de phénylcétonurie.



VOTRE PRODUCTEUR : Jérémie TESSIER

TESS SPIRULINE - La Herse - LE FIEF SAUVIN -
49600 MONTREVAULT S/ EVRE - n° de siret

06.08.52.36.67 -

mail : tess.spiruline@gmail.com

site internet : tess-spiruline-mauges.fr

