



© ISTOCKPHOTO

## > Sommeil

Avec les troubles du sommeil et digestifs, les coliques sont les premiers motifs d'utilisation médicinale du rooibos dans son pays d'origine. En second lieu, il est utilisé traditionnellement pour les affections cutanées (eczéma, érythème fessier, allergies). Notamment après les découvertes d'Annetjie Theron, dévoilées dans son ouvrage *Allergies : An Amazing Discovery*, publié en 1970.



## > Fermenté

La fermentation lui confère son goût fruité et sa coloration rouge, mais elle diminuerait ses vertus anti-oxydantes. C'est toutefois sous cette forme qu'il accède aujourd'hui au statut de boisson nationale en Afrique du Sud. Pour ses bienfaits, il vaut mieux le consommer sous forme de thé vert (feuilles séchées non fermentées), même si ses qualités gustatives sont moindres.



**La Vie Claire**  
La bio est dans ma nature

# LES PETITS PRIX BIO®

DU 1<sup>er</sup> JANVIER AU 30 JUIN 2017

La meilleure façon  
de remplir son panier  
sans vider son porte-monnaie



La Vie Claire RCS Lyon B632 000 014

### Vos 3 ADRESSES LA VIE CLAIRE AUX ANTILLES :

Im. LA ROTONDE - JARRY  
05 90 25 01 56

Centre commercial de DILLON  
FORT-DE-FRANCE  
05 96 54 53 64

ZA de Génipa - DUCOS  
05 96 70 55 78