

Informations agricoles

Les aliments de lest favorisent le travail de l'intestin

Nous ne mangeons pas suffisamment d'aliments de lest sous nos latitudes, ce qui est la principale cause de paresse intestinale et de constipation. Au lieu d'absorber une dose quotidienne de 30 g, le Suisse moyen n'en reçoit qu'environ 20 g. Pourtant, il existe des moyens naturels et simples pour favoriser le transit intestinal.

La paresse intestinale et la constipation sont les conséquences d'une vie stressante et trépidante, d'un apport en liquides insuffisant, d'un manque d'exercice physique et d'une alimentation pauvre en fibres. La plupart du temps, les laxatifs ne sont pas la solution appropriée, car ils ne s'attaquent qu'aux effets et non aux causes de ces dérangements. Nous dénonçons l'apport insuffisant en fibres alimentaires comme étant la cause principale de la constipation.

Les aliments de lest sont des nutriments qui ne peuvent pas être dégradés par l'organisme humain ou qui ne le sont que partiellement. Ils se trouvent presque exclusivement dans les denrées alimentaires d'origine végétale. Comme les aliments de lest ne fournissent eux-mêmes aucune énergie, leur valeur a été considérée comme nulle par le passé. A tort d'ailleurs. Car si ces aliments sont éliminés du corps, ils remplissent toutefois des fonctions importantes. Par exemple, ils rassasient plus vite, sans encombrer l'organisme de calories superflues.

Plus important encore, les fibres alimentaires ont pour effet de stimuler les fonctions intestinales et de contribuer ainsi à prévenir la constipation. Le transport plus rapide du bol alimentaire présente en outre l'avantage d'évacuer plus rapidement les matières toxiques qui pourraient s'y trouver.

On trouve le plus de fibres alimentaires dans les produits complets (blé, riz et pâtes). Les légumes secs, les pommes de terre, les légumes et les fruits sont également riches en fibres. Mais si l'on désire que les intestins travaillent de manière harmonieuse, il s'agit encore d'avoir une nourriture variée et équilibrée, un apport de liquides suffisant et une activité physique digne de ce nom.

Croustillant et délicieux, le Crispolac de MORGA améliore la digestion de manière naturelle. Il renferme des aliments de lest présents dans une combinaison équilibrée: son de blé, extrait de malt, petit-lait acidulé, fructose, concentré de prune, jus de pomme concentré et jus de citron. Dosage: prendre deux fois par jour 1-2 cuillerées à soupe de Crispolac avec du thé, du jus de fruit ou de l'eau minérale, ou encore le mélanger au yoghourt, au lait acidulé ou au kéfir.

Le Crispolac de MORGA est en vente dans les commerces d'alimentation spécialisés.



Renseignements:
MORGA SA, case postale,
CH-9642 Ebnat-Kappel,
tél. 071 992 60 40, fax 071 992 60 55
e-mail: info@morga.ch, www.morga.ch



Vitesses surface Heures Débitmètres Contrôle pulvérisation

Tous les compteurs pour l'agriculture de précision

AgriTechno L'agriculture de précision
Case postale 24 - CH-1066 Epalinges
Tél. 021 784 19 60 - Fax 021 784 36 35 - GSM 079 333 04 10
E-mail: agritechno-lambert@bluewin.ch

Rue de la Gare 20 - 22 2525 Le Landeron Tél. 032 751 37 95
info@angelrath.ch www.angelrath.ch Fax 032 751 31 44

Jein Angelrath
Emballages en polyéthylène
Matières plastiques

ACTION DE PRINTEMPS

CUVES INOX
CUVE POLY Jusqu'à - 20 %
POMPES A VIN

PAL-BOX
OUTILS Jusqu'à - 15 %
ISOVIGNE

CONTACTEZ-NOUS !
Pour commande avant le 6 mai 2005

Équipements de cave et de vigne - Cuves inox sur mesures et polyester
Filtres - Pompes à vin - Raccords - Emballages carton - Rubans adhésifs

Nouveauté

Himbo-Top®



La framboise d'automne attractive qui offre de nouvelles possibilités.

Les avantages:

- Gros fruits, fermes, rouge brillant, attractifs, faciles à cueillir
- Début de récolte 6 à 8 jours après «Autumn Bliss», durée de récolte 6 à 8 semaines
- Productivité exceptionnelle
- Plante robuste et saine, pousses vigoureuses

**Hauenstein
Rafz**
BAUMSCHULEN

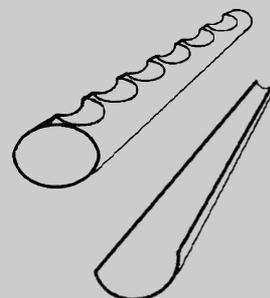
 Hauenstein SA • Pépinières • 8197 Rafz
Tél. 044 879 11 22 • Fax 044 879 11 88
info@hauenstein-rafz.ch • www.hauenstein-rafz.ch

● **CCD** SA IRRIGATION



Fraises horsol

- Tubes pour pots
- Gouttières pour sacs
- Ferti-irrigation

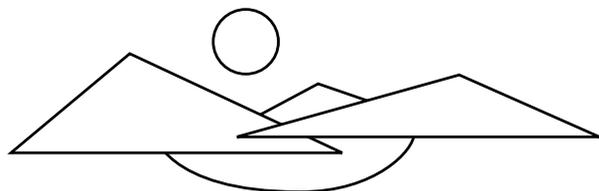


ASSISTANCE

TECHNIQUE

route cantonale - CH-1906 Charrat - tél 027 746 33 03 - fax 027 746 33 11

CLIMAT GESTION SA



Etudes et réalisations complètes d'installations

Froid industriel et commercial
Climatisation – Pompes à chaleur
Automatisation – Télégestion
Climatisation de caves et de bouteillers

Séchoirs pour plantes aromatiques et médicinales

Conception et fabrication d'enrichisseurs de moût

Route des Prêles 1965 Savièse
Tél. 027 395 12 08 Fax 027 395 21 08
admin@climatgestion.ch http://www.climatgestion.ch

PLANTS DE VIGNES pour une viticulture moderne couronnée de succès



PÉPINIÈRES VITICOLES ANDREAS MEIER&Co.
5303 Würenlingen | T 056 297 10 00
office@rebschule-meier.ch | www.vignes.ch