

Le thé pour la santé :

Le thé contient une foule d'antioxydants notamment les polyphénols.

Ces polyphénols aident à lutter contre les radicaux libres, ces molécules qui accélèrent notre vieillissement et favorisent les maladies. Par ailleurs, le thé stimule l'immunité cellulaire. Le surpoids augmente la production de radicaux libres et diminue celle des antioxydants. Une bonne tasse d'antioxydants bien chaude est donc la bienvenue pour protéger sa santé cardiaque. Le thé est souvent cité par des cancérologues comme un des piliers de la stratégie anticancer. Enfin, ajoutons que ce breuvage santé rend le cerveau plus alerte, plus éveillé et sans doute améliore la mémoire.

3270750

La Feuille Enchantée

Librairie

**Grand choix
THÉS et THÉIÈRES**

28, Carignan, Victoriaville 819 758-5150