



ÊTRE SUR *la vigne de départ*

Cette fois, on tient le bon bout, et les vacances d'été arrivent enfin. On s'en réjouit car c'est la perspective de bons moments passés en compagnie de nos proches avec un petit bémol tout de même pour nos jambes qui, et on le constate chaque année, n'apprécient que très modérément la saison estivale. Il faut dire que lorsqu'on est sensible à une mauvaise circulation sanguine, ce n'est clairement pas la période la plus évidente à gérer. **Entre belles randonnées qui nous bousculent un peu, nous qui avons majoritairement l'habitude de passer une bonne partie de nos journées assis, et surtout fortes chaleurs qui viennent accentuer la sensation de pesanteur, force est de constater que les beaux jours mettent nos gambettes à l'épreuve.** Si vous comptez sur nous pour vous suggérer une solution miraculeuse, désolé de vous décevoir... mais elle n'existe pas. La seule chose qu'on puisse faire alors est de donner un petit coup de pouce à la circulation sanguine, en privilégiant autant que possible des réponses naturelles ayant fait leur preuve depuis longtemps et c'est précisément là qu'intervient Jardin Bio étic®.

Si on connaît particulièrement la marque pour ses nombreuses et gourmandes recettes qui constituent une part conséquente de notre garde-manger, n'oubliez pas qu'elle propose aussi de nombreuses références plus spécifiquement pensées pour notre bien-être. Toujours avec la même exigence bien entendu d'imaginer des produits certifiés bio et engagés pour les Hommes comme pour la planète.

Feuilles

Une formule « prête à l'emploi » qui a tout bon mais si jamais il nous prenait malgré tout l'envie de jouer nous-mêmes à l'herboriste, la marque propose également des feuilles de Vigne Rouge bio (seuls les cépages « teinturiers » à feuille rouge sang en automne sont utilisés), à consommer pure ou à associer à d'autres plantes selon nos envies / connaissances. Une grande pincée (2g environ) dans un litre d'eau qu'on fait bouillir 3 minutes avant de laisser infuser les feuilles 10 minutes, et le tour est joué. **3 à 4 tasses par jour, de préférence non sucrées, permettent de profiter pleinement du pouvoir de la Vigne Rouge, reconnue pour améliorer le bien-être circulatoire.** Pour une efficacité optimale à l'occasion des chaleurs estivales, on adopte cet ingrédient salvateur (glissé dans un sachet protecteur recyclable) environ 4 semaines avant les beaux jours.



Vigne Rouge bio en feuilles
Jardin Bio étic®
Sachet 25g, 2€09



Infusion Circulation
Jardin Bio étic®
Boîte de 20 sachets, 2€85

Infusion

Grâce à son historique savoir-faire en matière de thés et infusions, elle propose notamment cette référence Circulation conseillée à celles et ceux qui souhaitent retrouver la sensation de jambes légères. **On aime autant son association entre Vigne Rouge, Myrtillier, Hibiscus et Frêne (tous issus de cultures biologiques) que sa saveur légèrement fruitée.** Bon point aussi pour ses certifications Origine France Garantie, équitable et 1% for the planet, ainsi que pour ses infusettes et films compostables, autant d'initiatives témoignant de la façon avec laquelle Jardin Bio étic® veille à son impact global.



Bref, pour un été tout en légèreté,
c'est dès mai qu'on se met sur la vigne de départ !



LES PRODUITS JARDIN BIO ÉTIC® SONT DISPONIBLES DANS LES RAYONS BIO DES GMS