

Cette formule, qui associe plusieurs superaliments, a été conçue pour favoriser la purification et la détoxification, stimuler la vitalité, et renforcer le système immunitaire.

Ses 25 ingrédients fournissent une concentration importante de vitamines, minéraux, oligo-éléments, acides aminés essentiels, enzymes, coenzymes, extraits végétaux normalisés, fibres solubles et non solubles, antioxydants, etc. PEACEGREENS constitue donc un superaliment en soi, pouvant influencer de bien des façons sur votre santé, quel que soit votre âge.

**Ingédients:** Lécithine de tournesol (*Helianthus annuus*), spiruline (*Spirulina platensis*), pectine de pomme (*Pyrus malus*), extrait de fruit de Cili (*Rosa roxburghii*), herbe de luzerne (*Medicago sativa*), herbe d'orge (*Hordeum vulgare*), chlorella (*Chlorella pyrenoidosa*) poudre de riz complet (*Oryza sativa*), bactéries lactiques (en contact avec lait et soja), édulcorant: glycosides de stéviol (*Stevia rebaudiana*), pollen d'abeille (multifloral), D-ribose, anti- agglomérant (sels de magnésium d'acides gras végétales) poudre d'herbe de blé (*Triticum aestivum*), extrait de racine de réglisse (*Glycyrrhiza uralensis*), poudre de jus d'acérola (*Malpighia glabra*), poudre de racine de betterave rouge (*Beta vulgaris*), extrait de chardon-Marie (*Silybum marianum*), extrait de racine de ginseng sibérien (*Eleutherococcus senticosus*), extrait de brocoli (*Brassica oleracea var italica*), rhodyménie (*Palmaria palmata*), poudre d'inuline (de *Cichorium intybus*), extrait de pépins de raisins (*Vitis vinifera*), Extrait de feuille de *Ginkgo biloba*, extrait de feuille thé vert (*Camellia sinensis*), extrait de fruit de myrtille (*Vaccinium myrtillus*), capsule végétale (agent d'enrobage: hydroxypropylméthylcellulose; eau purifiée).

## Déclaration nutritionnelle:

**13 capsules  
(10 476 mg)**

Lécithine de tournesol	2 186 mg
Spiruline ( <i>Spirulina platensis</i> )	1 685 mg
Extrait de fruit de Cili ( <i>Rosa roxburghii</i> )	1 000 mg
Herbe de luzerne ( <i>Medicago sativa</i> )	992 mg
Herbe d'orge ( <i>Hordeum vulgare</i> )	600 mg
Chlorella (à cellules brisées) ( <i>Chlorella pyrenoidosa</i> )	425 mg
Poudre de riz complet ( <i>Oryza sativa</i> )	128 mg
Pollen d'abeille (multifloral)	150 mg
D-Ribose	150 mg
Herbe de blé ( <i>Triticum aestivum</i> )	122 mg
Extrait de racine de réglisse <sup>(1)</sup> ( <i>Glycyrrhiza uralensis</i> ) <sup>1</sup> (10% d'acide glycyrrhizinique)	116 mg
Betterave rouge ( <i>Beta vulgaris</i> )	65 mg
Chardon-Marie <sup>(1)</sup> ( <i>Silybum marianum</i> ) <sup>1</sup> (80% de silymarine)	60 mg
Extrait de racine de ginseng sibérien <sup>(1)</sup> (0,8% d'éléuthérosides)	60 mg
Rhodyménie ( <i>Palmaria palmata</i> )	33 mg
Extrait de pépins de raisins <sup>(1)</sup> (95% de proanthocyanidines)	30 mg
Extrait de feuille de <i>Ginkgo biloba</i> <sup>(1)</sup> ( <i>Eleutherococcus senticosus</i> ) <sup>1</sup> (24% de flavoglycosides, 6% de terpéno-lactones)	20 mg
Extrait de feuille de thé vert <sup>(1)</sup> <i>Camellia sinensis</i> <sup>1</sup> (50% de polyphénols)	15 mg
Extrait de fruit de myrtille <sup>(1)</sup> (25% d'anthocyanidines)	10 mg
Extrait de brocoli ( <i>Brassica oleracea var italica</i> )	38 mg
Poudre de jus d'acérola ( <i>Malpighia glabra</i> )	115 mg
Pectine de pomme ( <i>Pyrus malus</i> )	1 033 mg
Glycosides de stéviol ( <i>Stevia rebaudiana</i> )	204 mg
Bactéries lactiques*	10,000 milliards d'UFC
Inuline	31 mg
Enzymes digestives végétales**	8 mg

<sup>(1)</sup>extraits standardisés UFC = Cellules d'unités formatrices de colonies

## Format:

120 capsules végétales

## Dose journalière recommandée:

13 capsules par jour avec un verre d'eau pure ou du jus (250 ml).

## Précautions d'utilisation:

Utilisation déconseillée en cas de grossesse ou d'allaitement. Consulter un professionnel de santé avant utilisation si vous suivez un traitement pharmaceutique (notamment anti-inflammatoire, antibiotique ou antidiabétique), en cas de problème médical particulier tel que troubles hépatiques, infection aiguë, hormonothérapie, carence en fer, lésion ou ulcère gastro-intestinal. Ne pas utiliser en cas d'allergie au latex ou aux fruits tels qu'avocat, banane, châtaigne, fruit de la passion, figue, melon, mangue, kiwi, ananas, pêche ou tomate ; ou en cas d'antécédents de lupus systémique. Interrompre l'utilisation et consulter un professionnel de santé si des symptômes de troubles digestifs apparaissent.

\**L. rhamnosus* R0011 (4 milliards d'UFC), *L. rhamnosus* R1039 (3 milliards d'UFC), *L. acidophilus* R0418 (0,55 milliards d'UFC), *L. helveticus* R0052 (0,5 milliard d'UFC), *L. casei* R0215 (0,4 milliard d'UFC), *L. plantarum* R1012 (0,4 milliard d'UFC), *B. breve* R0070 (0,3 milliard d'UFC), *B. longum* ssp. *infantis* R0033 (0,3 milliard d'UFC), *B. longum* ssp. *longum* R0175 (0,3 milliard d'UFC), *S. salivarius* ssp. *thermophilus* R0083 (0,2 milliard d'UFC), *L. delbrueckii* ssp. *bulgaricus* R9001 (0,05 milliard d'UFC), avec inuline et AOS (arabinogalactane).

\*\* *Alpha*-amylase (314,987 unités FCC d'alpha-amylase dextrinisantes); broméline (19 200 FCC UP), cellulase (33,6 unités FCC de cellulase); dipeptidyl-peptidase IV (55 UHT FCC); alpha-galactosidase (0,506 unités FCC d'alpha-galactosidase); glucoamylase (1,333 FCC UAG); hémicellulase (0,888 FCC UHC); invertase (2,133 FCC UINV); lactase (14,507 FCC UAL); lipase (53,333 FCC UL); maltase (3,467 FCC PD); papaine (8000 FCC UP); pectinase (1,6 FCC endo-UPG); phytase (0,067 FCC UFT); Protéase I (1104,987 FCC UTH), protéase II (197 FCC UTH) et protéase III (1,52 FCC SAP).

## Indications et utilisations:

Plusieurs études ont montré que les composants de PEACE GREENS peuvent être utiles dans les cas suivants:

**Vitalité:** augmente l'énergie, la force et la résistance; soulage la fatigue et le stress sans recours à des stimulants; instaure des conditions de bien-être et d'activité physique optimales.

**Antioxydant:** protège contre les radicaux libres et la pollution environnementale.

**Régénération et activation cellulaires:** renforce le système immunitaire.

**Optimisation de l'activité neurologique:** augmente l'acuité psychique grâce à la lécithine et à ses phospholipides, et au *Ginkgo biloba*.

**Détoxification:** nettoie l'organisme et aide à réduire la constipation.

**Digestion:** augmentation de la quantité de probiotiques; apport de prébiotiques (FOS); et instauration d'une acidité intestinale optimale.

PEACE GREENS a une couleur vert vif due à sa teneur élevée en chlorophylle, un composant vital pour l'organisme. La chlorophylle contribue à une bonne circulation de l'oxygène dans le système cardiovasculaire, nettoyant et renforçant le sang. Elle purifie, désodorise et détoxifie le corps ; nettoie et renforce son sang. La chlorophylle joue aussi un rôle important pour renforcer le système immunitaire et lutter contre les infections. La nature alcaline des ingrédients de PEACE GREENS est très importante, puisqu'elle permet à un organisme trop acide d'équilibrer son pH. L'apport de nutriments alcalins tend à favoriser le fonctionnement du corps, et à stimuler la vitalité.

**LÉCITHINE DE TOURNESOL PURE (sans huile à 99 %, avec 97 % de phospholipides) :** la lécithine est présente dans toutes nos cellules et assure de nombreuses fonctions vitales pour notre santé.

Elle est indispensable au bon fonctionnement du cerveau. Elle a des effets attestés sur la mémoire, la concentration, les capacités intellectuelles et le contrôle musculaire. Dans le foie, la lécithine aide au métabolisme des gras. Elle contribue à l'absorption des vitamines A et D, dans le tube digestif. Dans le sang, la lécithine est un émulsifiant qui prévient l'accumulation de cholestérol et d'autres graisses dans les parois artérielles, et contribue à la dissolution des dépôts existants<sup>(1-3)</sup>.

**SPIRULINE, CHLORELLE (cellules brisées) et DULSE :** ce complexe d'algues est particulièrement riche en nutriments : protéines, ADN, ARN, chlorophylle, bêta-carotène, fer et autres minéraux<sup>(4,8,9)</sup>.

**SUPEROXYDE DISMUTASE (S.O.D.) (de *Rosa roxburghii*) :** il protège les cellules exposées aux radicaux libres et aux autres toxines présentes dans le corps qui peuvent provoquer la mort cellulaire et contribuer ainsi à l'apparition prématurée de nombreuses maladies dégénératives liées à l'âge. La supplémentation en S.O.D aide à prévenir les carences en ce puissant antioxydant, qui se produisent avec le vieillissement. Le S.O.D améliore également le métabolisme cellulaire des oligo-éléments, lesquels protègent activement les mitochondries des dommages des radicaux libres. Le S.O.D minimise ainsi la baisse de la production énergétique cellulaire associée au vieillissement.<sup>5,6</sup>

**LUZERNE, ORGE et BLÉ (poudre d'herbes) :** afin de profiter au maximum de leurs propriétés, ces céréales sont récoltées quand les jeunes plants atteignent 30 cm. Elles constituent une excellente source de chlorophylle, qui a une remarquable capacité à nettoyer et à oxygéner le sang. Ces pousses sont très riches en vitamines A, B, C, E et K, en minéraux et en enzymes. Elles alcalinisent et détoxifient l'organisme. Les jeunes pousses de blé ne contiennent pas ni gluten ni autres allergènes<sup>(7-9)</sup>.

**FIBRES DE PECTINE DE POMME et POUDRE DE RIZ BRUN BIOLOGIQUE :** il s'agit de fibres naturelles qui stimulent et nettoient les intestins<sup>(10)</sup>.

**POLLEN D'ABEILLE:** Ce produit traditionnel est une excellente source de nutriments qui fournissent de l'énergie et soutiennent le système immunitaire<sup>(11)</sup>.

**D-RIBOSE :** il s'agit d'une molécule simple d'hydrates de carbone présente dans toutes les cellules du corps humain. Le stress physique peut augmenter la perte de nucléotides (comme ATP, ADP et AMP) du cœur et des muscles squelettiques. D-Ribose est fondamental dans la production continue d'ATP, la molécule qui apporte à nos muscles et à nos cœurs l'énergie dont ils ont besoin pour fonctionner. Le ribose aide à la production d'énergie au niveau cellulaire, et améliore le temps de récupération musculaire et la résistance<sup>(12-14)</sup>.

**EXTRAIT À 10 % DE RACINE DE RÉGLISSE (5 % d'acide glycyrrhizique) :** La réglisse a des propriétés antivirales considérables, en stimulant la synthèse des protéines qui préviennent l'infection virale. C'est également un léger laxatif<sup>(15)</sup>.

**JUS DE BETTERAVE ROUGE :** sous forme déshydratée en poudre, elle est utilisée pour faciliter la digestion et stimuler les reins et le système lymphatique<sup>(16)</sup>.

**EXTRAIT DE CHARDON-MARIE (80 % de silymarine) :** la silymarine est le principe actif majeur du chardon-Marie. Cette plante classique du foie stimule la bile et favorise le développement de nouvelles cellules hépatiques. C'est un détoxifiant, un antioxydant et un régénérant hépatique<sup>(17)</sup>.

**EXTRAIT à 25 : 1 DE GINSENG DE SIBÉRIE (8 % d'éléuthérosides) :** la racine d'éléuthérocoque est connue depuis l'Antiquité pour ses propriétés anti-fatigue et antistress. Elle aide à entretenir l'équilibre énergétique de l'organisme<sup>(18)</sup>.

**EXTRAIT DE PÉPIN DE RAISIN (95 % de proanthocyanidine) :** cet extrait constitue l'un des antioxydants les plus puissants qui soient. Ses propriétés antioxydantes sont, in vitro, 50 fois plus élevées que celles de la vitamine E, et 20 fois plus élevées que celles de la vitamine C. Son absorption est rapide ; il réduit la fragilité des capillaires ; il élimine les substances oxydantes et les radicaux libres ; et il prévient la destruction du collagène<sup>(19,20)</sup>.

**GINKGO BILOBA (24 % de flavoglycosides et 6 % de terpéno-lactones) :** l'extrait de Ginkgo biloba accentue l'utilisation par l'organisme de l'oxygène et du glucose, et constitue un bon antioxydant. Il a un effet tonifiant sur la circulation sanguine, et peut se révéler utile en cas de carence en oxygène et de trouble de la circulation<sup>(21-23)</sup>.

**THÉ VERT (65 % de polyphénols) :** très riche en polyphénols aux vertus antioxydantes, c'est aussi un bon agent antimicrobien et antiviral. Il facilite la digestion et la prolifération des bonnes bactéries dans l'intestin, tout en aidant à réduire les bactéries de la plaque dentaire<sup>(24,25)</sup>.

**EXTRAIT DE MYRTILLE (25 % d'anthocyanidines) :** les myrtilles et leurs pigments améliorent la capacité des cellules et des fluides à traverser les capillaires tout en renforçant leur structure. La myrtille a aussi des effets positifs sur la vision. C'est une source d'antioxydants bénéfiques pour l'organisme<sup>(26,27)</sup>.

**EXTRAIT DE BROCOLI :** riche en quercétine, c'est un bon antioxydant. Des études ont montré que la quercétine a des propriétés antifongiques, anti-inflammatoires, antivirales et antibactériennes<sup>(28)</sup>.

**POUDRE DE BAIES D'ACÉROLA :** une source naturelle de vitamine C, et riche en bioflavonoïdes. Elle favorise également l'absorption de la quercétine, un important bioflavonoïde. La vitamine C a des propriétés antivirales et antibactériennes, et renforce le système immunitaire<sup>(29)</sup>.

**SOUCHES PROBIOTIQUES (10 milliards par dose) AVEC INULINE ET AOS (ARABINOGALACTANE) :** avec *Lactobacillus rhamnosus*, *L. acidophilus*, *L. bifidus*, *L. bulgaricus*, *Streptococcus thermophilus*, *Bifidobacterium infantis*, *B. longum* et *B. breve*. Ces bactéries bénéfiques aident à rétablir et à entretenir l'équilibre de la flore intestinale. Elles favorisent l'activité intestinale et renforcent l'immunité. Elles contribuent à la digestion et à l'assimilation des vitamines et des minéraux. Les FOS (fructo-oligosaccharides) sont un ensemble de glucides complexes d'origine végétale, qui procurent un substrat idéal pour le développement des bactéries bénéfiques. Les AOS ont une excellente capacité de stimulation immunitaire et permettent de lutter contre les infections en réduisant l'adhérence bactérienne<sup>(30,31)</sup>.

**ENZYMES DIGESTIVES VÉGÉTALES :** elles favorisent la digestion et l'absorption des principaux macronutriments que sont les protéines, les glucides et les lipides, ainsi que d'autres micro-nutriments. La dipeptidyl peptidase IV (DPP-IV) hydrolyse la caséine, le gluten et d'autres petits peptides, y compris les casomorphines et les glutéomorphines, qui peuvent affecter le système nerveux central chez certains individus.<sup>(32-33)</sup>

## Références:

- 1) Krawczyk, T. "Lecithin: consider the possibilities." *Inform* 7 (1996): 1158-1175.
- 2) Wu, Yingzi, and Tong Wang. "Soybean lecithin fractionation and functionality." *Journal of the American Oil Chemists' Society* 80.4 (2003): 319-326.
- 3) Hollo, J., et al. "Sunflower lecithin and possibilities for utilization." *Journal of the American Oil Chemists' Society* 70.10 (1993): 997-1001.
- 4) Gaynor, Mitchell L., and Gerard P. Hickey. "Green nutritional powder composition." U.S. Patent No. 5,904,924. 18 May 1999.
- 5) Mruk, Dolores D., et al. "Antioxidant superoxide dismutase—a review: its function, regulation in the testis, and role in male fertility☆." *Contraception* 65.4 (2002): 305-311.
- 6) Greenwald, Robert A. "Superoxide dismutase and catalase as therapeutic agents for human diseases a critical review." *Free Radical Biology and Medicine* 8.2 (1990): 201-209.
- 7) Oleszek, W., M. Jurzysta, and P. M. Gorski. "Alfalfa saponins—the allelopathic agents." *Allelopathy*. Springer, Dordrecht, 1992. 151-167.
- 8) Sandoval, David. *The green foods bible: Everything you need to know about barley grass, wheatgrass, kamut, chlorella, spirulina and more*. SCB Distributors, 2011.
- 9) Bhat, S. R. "Chlorophyll: the wonder pigment." 42.7 (2005):29-32.
- 10) Cranston, D., D. McWhinnie, and J. Collin. "Dietary fibre and gastrointestinal disease." *British journal of surgery* 75.6 (1988): 508-512.
- 11) Llnskens, H. F., and W. Jorde. "Pollen as food and medicine—a review." *Economic Botany* 51.1 (1997): 78.
- 12) Seifert, John G., et al. "The role of ribose on oxidative stress during hypoxic exercise: a pilot study." *Journal of medicinal food* 12.3 (2009): 690-693.
- 13) Teitelbaum, Jacob E., Clarence Johnson, and John St Cyr. "The use of D-ribose in chronic fatigue syndrome and fibromyalgia: a pilot study." *Journal of Alternative & Complementary Medicine* 12.9 (2006): 857-862.
- 14) Omran, Heyder, et al. "D-Ribose improves diastolic function and quality of life in congestive heart failure patients: a prospective feasibility study." *European journal of heart failure* 5.5 (2003): 615-619.
- 15) Mitscher, Lester A., et al. "Antimicrobial agents from higher plants: prenylated flavonoids and other phenols from *Glycyrrhiza lepidota*." *Phytochemistry* 22.2 (1983): 573-576.
- 16) Escribano, Josefa, et al. "Characterization of the antiradical activity of betalains from *Beta vulgaris* L. roots." *Phytochemical Analysis: An International Journal of Plant Chemical and Biochemical Techniques* 9.3 (1998): 124-127.
- 17) Flora, Kenneth, et al. "Milk thistle (*Silybum marianum*) for the therapy of liver disease." *The American journal of gastroenterology* 93.2 (1998): 139.
- 18) Vogler, B. K., M. H. Pittler, and E. Ernst. "The efficacy of ginseng. A systematic review of randomised clinical trials." *European Journal of Clinical Pharmacology* 55.8 (1999): 567-575.
- 19) Paladino, S. C. "Actividad antioxidante de los compuestos fenólicos contenidos en las semillas de la vid (*Vitis vinifera* L.)." *Universidades Nacionales de Cuyo, La Rioja, San Juan y San Luis* (2008).
- 20) Nassiri-Asl, Marjan, and Hossein Hosseinzadeh. "Review of the pharmacological effects of *Vitis vinifera* (grape) and its bioactive constituents: an update." *Phytotherapy Research* 30.9 (2016): 1392-1403.
- 21) Oyama, Yasuo, et al. "Ginkgo biloba extract protects brain neurons against oxidative stress induced by hydrogen peroxide." *Brain research* 712.2 (1996): 349-352.
- 22) Diamond, Bruce J., et al. "Ginkgo biloba extract: mechanisms and clinical indications." *Archives of physical medicine and rehabilitation* 81.5 (2000): 668-678.
- 23) Smith, J. V., and Yuan Luo. "Studies on molecular mechanisms of Ginkgo biloba extract." *Applied microbiology and biotechnology* 64.4 (2004): 465-472.
- 24) Chen, Haixia, et al. "Antioxidant activities of different fractions of polysaccharide conjugates from green tea (*Camellia Sinensis*)." *Food Chemistry* 106.2 (2008): 559-563.
- 25) Mitscher, Lester A., et al. "Chemoprotection: a review of the potential therapeutic antioxidant properties of green tea (*Camellia sinensis*) and certain of its constituents." *Medicinal research reviews* 17.4 (1997): 327-365.
- 26) Lietti, A., A. Cristoni, and M. Picci. "Studies on *Vaccinium myrtillus* anthocyanosides. I. Vasoprotective and antiinflammatory activity." *Arzneimittel-Forschung* 26.5 (1976): 829-832.
- 27) Canter, Peter H., and Edzard Ernst. "Anthocyanosides of *Vaccinium myrtillus* (bilberry) for night vision—a systematic review of placebo-controlled trials." *Survey of ophthalmology* 49.1 (2004): 38-50.
- 28) Guo, Jiin-Tzong, et al. "Antioxidant properties of the extracts from different parts of broccoli in Taiwan." *Journal of food and drug analysis* 9.2 (2001): 96-101.
- 29) Mezadri, T., et al. "Antioxidant compounds and antioxidant activity in acerola (*Malpighia emarginata* DC.) fruits and derivatives." *Journal of Food Composition and analysis* 21.4 (2008): 282-290.
- 30) Cardarelli, Haïssa R., et al. "Inulin and oligofructose improve sensory quality and increase the probiotic viable count in potentially synbiotic petit-suisse cheese." *LWT-Food Science and Technology* 41.6 (2008): 1037-1046.
- 31) Robinson, Ramona R., Joellen Feirtag, and Joanne L. Slavin. "Effects of dietary arabinogalactan on gastrointestinal and blood parameters in healthy human subjects." *Journal of the American College of Nutrition* 20.4 (2001): 279-285.
- 32) Roxas, Mario. "The role of enzyme supplementation in digestive disorders." *Altern Med Rev* 13.4 (2008): 307-14.
- 33) Mentlein, Rolf. "Dipeptidyl-peptidase IV (CD26)-role in the inactivation of regulatory peptides." *Regulatory peptides* 85.1 (1999): 9-24.