



~ LE BIEN-ÊTRE



Anticancer Bien-être Club



<https://abc-fr.com>

Préface

La notion de bien-être renvoie, dans le sens commun, à un ensemble de facteurs considérés de façon séparée ou conjointe. La santé, le succès social ou financier, la satisfaction personnelle, l'équilibre avec soi-même et avec autrui, l'épanouissement individuel.

Elle a suscité un intérêt croissant chez les psychologues, s'inscrivant dans le mouvement de la psychologie positive. Vous trouverez des explications sur les conséquences d'une alimentation moderne, pauvre en nutriments et riche en éléments nuisibles pour la défense de notre corps.

S'adapter naturellement à une prévention pour préserver ce qui est le plus cher, notre santé et notre bien-être.

Ces leucémies et autres formes de cancer ne sont pas récentes. Ce qui est inédit, c'est l'effet néfaste supplémentaire engendré par l'ère de la chimie et de la convoitise du secteur agroalimentaire.

La contamination chimique des sols agricoles et de l'atmosphère a multiplié par dix les impacts délétères sur la santé.

Au cours des cinq dernières décennies, les nations développées ont observé une hausse de 60% du taux de cancers. L'Institut National du Cancer anticipe une multiplication par deux des cas de cancer au cours des cinquante prochaines années.

Le bien-être a été grandement affecté par l'épidémie de Covid-19.

Devant la montée des troubles de santé mentale comme l'anxiété, la dépression et le stress, combinée à une évolution du comportement des consommateurs valorisant désormais plus leur santé, une quête de moyens favorables à leur bien-être et leur équilibre se révèle nécessaire.

L'approche du Bien-Être aide à surmonter ces imprévus en optant pour une solution préventive ou curative, afin de pallier ce déficit nutritionnel par des méthodes naturelles et non altérées.

Au cours des dernières années, le secteur du bien-être a enregistré une croissance significative. Les personnes accordent de plus en plus d'importance à leur bien-être physique, psychologique et émotionnel. L'avenir de ce secteur est remarquablement prometteur, avec une estimation de croissance à hauteur de 10 %.



Le Concept du Bien-être

Le bien-être recouvre un large éventail de dimensions et se réfère à une multitude de facteurs associés aux états physiques, mentaux et sociaux d'une personne. Le concept du bien-être est complexe et se décline en de multiples définitions.

Selon Martin Seligman, éminent représentant de la psychologie positive, le bien-être s'articule autour de cinq éléments fondamentaux

- les émotions positives (joie, reconnaissance, satisfaction),
- l'implication (être totalement engagé dans une activité),
- la qualité des relations (parents, amis, communauté),
- le sens (posséder un objectif de vie)
- et l'accomplissement personnel (atteindre ses buts).

Selon l'OMS « la santé des humains est un état de complet bien-être physique, mental et social Il ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ».

Là, ne s'arrête pas la conception du Bien-être. Nous affirmons que l'état physique influe sur le moral, le psychique. En effet, la qualité de ce que l'on boit et de ce que l'on mange, dirige le bon fonctionnement de notre organisme. Ce que nous nommons Santé. Tout se tient.

Oui, le Bien-être est un tout. Il nous appartient de nous mettre à l'écoute de ce que nous dit notre corps, notre mental, pour avoir une bonne qualité de vie, saine et sereine.

En France, le système de santé favorise des approches non médicamenteuses comme l'activité physique, la nutrition et les techniques de relaxation. De plus, un projet de loi visant à répondre à l'urgence en psychiatrie et santé mentale a été élaboré en novembre 2022. Selon cette proposition, l'état de la santé mentale des Français est décrit comme désastreux.

En mai 2021, 44 % de la population française, y compris 58 % des individus âgés de 25 à 34 ans, estimaient que la crise sanitaire avait des impacts négatifs sur leur santé mentale.



Les ennemis du Bien-être l'Anxiété, le Stress, la Malbouffe

On qualifie souvent le stress de « pandémie de santé du XXI^e siècle » et on lui attribue des conséquences désastreuses sur la santé physique et psychique. En outre, cela diminue les capacités défensives du système immunitaire et rend ainsi le corps plus susceptible aux infections.

L'apparition de divers symptômes caractérise l'état de stress chronique :

- Niveau Physique : inconforts (crampes, céphalées, douleurs musculaires et articulaires, etc.), problèmes de sommeil, d'appétit et de digestion, sentiment d'essoufflement ou de constriction,...
- Niveau Émotionnel : tension, anxiété, mélancolie, sentiment de malaise,...
- Niveau intellectuel : problèmes de focalisation, d'initiatives ou de décisions, pertes de mémoire, etc.

Une variété de facteurs socio-économiques, biologiques et environnementaux peuvent affecter la santé mentale. Il est possible d'intervenir sur ces facteurs par le biais de stratégies globales qui englobent la promotion, la prévention, l'offre de soins ainsi que l'amélioration des conditions de vie et l'inclusion sociale.

Il existe une multitude de moyens pour les consommateurs d'améliorer leur bien-être. Par exemple, ils peuvent choisir une alimentation saine, se consacrer à une activité physique, chercher des produits et services propices à la détente et à la diminution du stress.

Durant toute la période pandémique, les médias ont abondamment relayé des appels à l'optimisme et à l'amélioration du bien-être.



Les Plus pour améliorer Votre Bien-être

Solutions pour améliorer le bien-être physique et la santé mentale

Même les rituels de beauté ont connu une transformation. Ils sont moins concentrés sur l'aspect esthétique en vue d'obtenir des résultats tels que « l'amélioration et le maintien de l'apparence »; mais davantage axé sur un travail émotionnel.

Deux domaines majeurs sont en causes :

- a) Ce qui touche au physique : la nourriture, la boisson, l'exercice d'une activité régulière de la marche, d'un sport.
- b) Le domaine psychologique : pressions, stress, contrariétés

Pour obtenir des résultats au retour du bien-être, nous conseillons de travailler sur ces deux domaines simultanément :

- D'éloigner les pensées négatives et de conserver une attitude positive,
- Retrouver le calme, la satisfaction et la sérénité, en vous aérant, en vous évadant par la lecture et la contemplation de Dame Nature, en prenant le temps de vivre
- Partager le sentiment de joie, de ne pas être affecté ou peu affecté,
- En développant vos défenses immunitaires. Gagner de l'énergie en nettoyant vos cellules, en les oxygénant.

On doit envisager toutes les approches destinées à gérer l'anxiété, anticiper les conséquences négatives du stress, le tout par un moment de récupération : le sommeil.

Enrichissez votre vie intérieure et extérieure, tout en augmentant l'estime de soi, votre dignité, le bien-être et votre bonheur de vivre.

Choisissez une nourriture naturelle et saine. Buvez une eau débarrassée des polluants et autres résidus nocifs.



Vision pour améliorer Votre Bien-être

Le bien-être : un concept pris au sérieux

Des actions telles que le « Plan National Nutrition Santé » et le « Programme National Sport Santé » en France, ont pour but de mettre en avant le domaine du bien-être et les habitudes de vie saines afin d'éviter l'apparition de maladies chroniques.

Notre vision

- **Éveiller** : la conscience de tout un chacun au potentiel des plantes et à l'harmonie naturelle dans la vie de tous les jours
- **Métamorphoser** : vous encourager à la reconnexion de la nature avec vous-même et favoriser une existence plus équilibrée.
- **Encourager** : une communauté consciente, motivée et guidée par l'authenticité, le beau, le bon.

Notre objectif

- **Éduquer** : vous guider progressivement dans l'utilisation divertissante et sécurisée de nos produits.
- **Innover** : élaborer des synergies novatrices pour des formules constamment plus efficaces.
- **Aider** : fournir un service accueillant, attentif et impartial.

Notre action

- **Authenticité** : Traçabilité permanente, du champ au flacon.
- **Bienveillance** : Conseils personnalisés et écoute active.
- **Qualité** : Des Produits 100 % pures et naturels, sans additifs.
- **Respect** : de la plante dans sa culture et sa transformation, son environnement et de votre rythme de vie.
- **Harmonie** : entre la Tradition et l'innovation.

Prenez bien soin de vous.





Ambassadeurs Bien-être Club



Une Équipe au service de la
Clientèle



abc-fr.com
votre boutique en ligne

Outil de formation distributeur indépendant