



## Stages

30/12/07 au 01/01/08  
**Fête du Nouvel An**  
 Canet près de Perpignan  
 (Pyrénées Orientales)

20/01/08  
**Le Génie personnel de  
 chaque Signe du  
 Zodiaque vu à travers  
 l'énergie :**  
 Besançon (Doubs)

21/01/08 au 25/01/08  
**Stage "Lympho-Energie  
 - Relance Lymphatique  
 associée à l'énergétique  
 chinoise"**



[lympho-energie.com](http://lympho-energie.com)  
 Paris (France)

24/01/08 au 27/01/08  
**Formation START –  
 réinformation cellulaire  
 pour thérapeutes**



Paris (France)

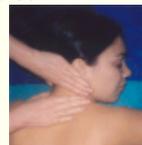
25/01/08 au 26/01/08  
**Quand les  
 Constellations  
 Familiales et  
 systémiques utilisent  
 l'Enneagramme**  
 Artigues (près de  
 Bordeaux)

25/02/08 au 01/03/08  
**Stage "Massage  
 Douceur du Monde"**



Paris (France)

03/03/08 au 07/03/08  
**Stage "Lympho-Energie  
 - Relance Lymphatique  
 associée à l'énergétique  
 chinoise"**



## ▶ Conseils ▶ La chlorella

Pour la version imprimable, [cliquez ici](#)

Assez inconnue en France mais très appréciée au Japon, la chlorella pyrenoidosa, micro algue d'eau douce est utilisée dans les hôpitaux japonais depuis plus de 40 ans.

La chlorella se reproduit par division cellulaire. Toutes les 24 heures, chaque cellule mère se divise en quatre cellules filles. Cette division extrêmement rapide est gérée par le C.G.F., abréviation anglaise de Chlorella Growth Factor.

Le CGF considéré comme un nutriment favorise la régénération de nos propres cellules. Au lendemain de la guerre, les gouvernements des pays industrialisés et l'institut Rockefeller lancèrent un projet de recherche et de développement sur la production d'un aliment à haute valeur nutritive afin d'éliminer la faim dans le monde.

La chlorella fut sélectionnée parmi plus de mille plantes pour la richesse de ses nutriments (protéines, vitamines, minéraux, acides aminés et chlorophylle).

En 1948, le Stanford Research Institute aux Etats-Unis a démontré qu'on pouvait cultiver et récolter de grandes quantités de chlorella toute l'année.

La chlorella est un complément alimentaire. Au Japon, elle est utilisée quotidiennement par 4 millions de personnes. A tel point que le gouvernement japonais l'a classée comme "aliment d'intérêt national".

### Historique des recherches

La chlorella a été découverte en 1890 par un biologiste hollandais, Beyerinck. La richesse de cette nouvelle plante excita l'intérêt des scientifiques immédiatement. Pendant la première guerre mondiale, un spécialiste en microbiologie allemand, Hardner Lindner, a entrepris une expérience pour nourrir les troupes allemandes avec la chlorella. La fin de la guerre et le fait que, dans son état naturel la chlorella est largement indigeste, a donné un résultat peu satisfaisant lors de ce premier essai.

Pendant la deuxième guerre mondiale, Lindner a fait une deuxième expérience, toujours sans grand succès.

Depuis les années 70, un procédé qui consiste à éclater la membrane cellulaire rend la chlorella digeste à 80 %.

Le Japon sortait de la guerre, brisé par les bombes atomiques et ruiné par la guerre. Son peuple manquait d'argent et de nourriture. Aidé par un institut caritatif américain, la Rockefeller Foundation, et après une étude sur 100 plantes, le Japon choisit de développer la chlorella comme une source potentielle de protéine pour nourrir sa population. En 1957, un



## Rubriques

### Accueil

### Services

- **Nouveau ! Créez votre page sur Naturosanté**

- **Votre page sur Naturosanté**  
 - **Annuaire des praticiens de médecines alternatives**  
 - **Archives lettre d'information**  
 - **Annoncer un stage**

### Boutiques

- **Naturosanté Boutique**  
 - **Boutique bio**  
 - **Livres Médecines Douces**  
 - **Esotérisme, bien-être**

### Conseils

- **Santé - Alimentation**  
 - **Bien-être**  
 - **Hygiène**  
 - **Recettes diététiques**  
 - **Jardinage biologique**  
 - **Livres**  
 - **Livres audio**  
 - **Disques**  
 - **DVD**  
 - **Jeux**  
 - **Foire Aux Questions**

### Chroniques

- **Homeophyto.com**  
 - **Daniel André**  
 - **ABS 31**  
 - **arc-energie - Michel Larroche**  
 - **Michele Freud**  
 - **Sylvie Mioso**  
 - **L'Ayurvèda, L'Art d'Être**  
**D. S. GUINOT**

### Evènements

- **Salons**  
 - **Stages**

### Dossiers

**Sujets d'actualité**

### Magazines

**Magazines au numéro**  
**Abonnements**  
 - **La vie naturelle**  
 - **Médecine douce**  
 - **Médecine naturelle**

### Echanges

- **Coups de gueule**  
 - **Témoignages**

### Recherche:

[lympho-energie.com](http://lympho-energie.com)  
Paris (France)

08/03/08 au 09/03/08  
Stage "Massage  
Sensitif® - Relation  
d'aide et/ou détente  
corporelle"

Nouan le Fuzelier (Loir et  
Cher)

Votre propre annonce de  
stage?  
[Cliquez ici](#)

institut pour la recherche sur la chlorella fut créé au Japon pour étudier la meilleure façon d'exploiter cette algue.

Dans les premières années, les japonais utilisèrent la chlorella dans des aliments très différents : dans les boissons, dans des biscuits et dans le lait en poudre distribué dans toutes les écoles du Japon et aux services de la Défense Nationale. L'utilisation dans les boissons a été déclenchée par les premières recherches médicales sur la chlorella, qui avaient montré qu'elle stimulait la croissance des lactobacilles. Des effets bénéfiques sur la santé commencèrent à être rapportés par des gens qui consommaient régulièrement des aliments contenant de la chlorella.

Depuis, de nombreuses études ont démontré que la chlorella pouvait avoir des effets bénéfiques dans différentes pathologies comme les ulcères gastriques et duodénaux, dans les cicatrisations, la régénération des cellules, pendant la chimiothérapie, pour atténuer la baisse des globules rouges et protéger des maladies respiratoires, etc..

Une expérience faite à l'Ecole Médicale de Virginia, aux Etats-Unis, et rapportée à une conférence internationale de Strasbourg en 1990, a décrit les effets de la chlorella sur 20 personnes atteintes d'une tumeur cérébrale. Les chercheurs notèrent "Nous avons observé que nos patients souffraient moins d'infections respiratoires et maladies de type grippal".

### Composants actifs de la chlorella et leur action

#### 1. SPOROPOLLEINE :

- **Désintoxication** : grâce à sa membrane fibreuse (sporopolleine), la chlorella absorbe les métaux lourds, pesticides, insecticides et engrais chimiques divers, aidant ainsi l'organisme à s'en débarrasser.

#### 2. CHLOROPHYLLE :

- **Assainissement et oxygénation** : la chlorella est très riche en chlorophylle qui aide à oxygéner les tissus, assainit la flore intestinale. Une fois la chlorophylle "implantée" dans la muqueuse intestinale, aucune colonisation de bactéries n'est possible.

#### 3. C.G.F. (Facteur de Croissance de la Chlorella) : Situé dans le noyau, le CGF (Chlorella Growth Factor) est un complexe formé de vitamines, de nucléotides (ADN, ARN) et d'acides aminés, il représente le patrimoine génétique de l'algue.

- **Défenses naturelles** : il participe à l'augmentation des lymphocytes T (système immunitaire) et des cellules saines dans l'organisme.
- **Résistance et endurance** : Le CGF est un véritable concentré énergétique : chez les sportifs par exemple, après une seule prise, l'effet se fait ressentir dans l'heure qui suit et son action se prolonge dans le temps au-delà de 10 heures !
- **Effet probiotique et équilibre de la flore intestinale** : les lactobacillus augmentent en présence de CGF potentialisant ainsi l'effet probiotique au niveau intestinal.

#### 4. MINÉRAUX ET VITAMINES :

- **Revitalisante.**

#### 5. VITAMINES B + PHOSPHORE :

- **Apaise le système nerveux et favorise le sommeil.**

### Propriétés de la chlorella

Santé !

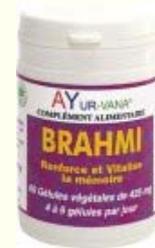
- Catégories  
 Naturosanté



### Produits

#### Brahmi (Bacopa Monnieri)

Complément alimentaire pour améliorer sa mémoire, sa concentration et sa vigilance. Produit ayurvédique en gélules naturelles.



#### OMEGA 3-6-9: rapport équilibré et idéal

Renforce la protection cardio-vasculaire, soutient l'activité cérébrale, réduit les réactions allergiques et inflammatoires.



Votre propre annonce de  
produit?  
[Cliquez ici](#)

#### Annonces Google

La chlorella est donc une plante "multi-usages". Son premier usage dans les hôpitaux japonais était pour les malades ayant des problèmes de constipation. Elle a vite gagné le nom de la "grande régulatrice". Selon les expériences :

- elle réduit la **constipation**, normalisant le transit même chez les paralysés. Elle restaure **la flore intestinale**
- elle stimule les **défenses immunitaires**
- elle favorise l'**équilibre acido-basique**
- elle apaise le **système nerveux** et favorise le **sommeil**
- elle contient une hormone qui stimule **la régénération cellulaire**, des médecins japonais ayant réussi à réduire des ulcères gastriques en n'utilisant que la chlorella et un antiacide
- elle réduit **la tension** mais ne réduit pas une tension normale
- elle diminue le "mauvais" **cholestérol** (LDL) et augmente le "bon" cholestérol (HDL)
- elle aurait la propriété (unique dans les algues vertes) de fixer les **métaux lourds et d'autres toxines** et de les éliminer sans abîmer le foie. Au Japon, la chlorella a été utilisée pour le traitement des gens empoisonnés par le **cadmium, le mercure et le plomb**. Des expériences aux Etats-Unis ont démontré qu'elle est efficace contre certains **insecticides** à base de PCB (polychlorobiphényles). L'efficacité de la chlorella, en purgeant le corps de ce genre de toxiques, commence à intéresser les dentistes qui soignent en biologie. Aux Etats-Unis, la chlorella fait partie du protocole de désintoxication pour les patients désirant se libérer de leurs amalgames au mercure.

Autre bienfait de la chlorella pour les **soins dentaires** : grâce à ses propriétés cicatrisantes, la chlorella peut "refermer" les **gencives** autour des dents qui commencent à se déchausser. Il suffit de brosser les gencives avec la poudre de chlorella et laisser dans la bouche quelques minutes avant de rincer. Une solution de poudre de chlorella peut-être aspergée avec un compte-gouttes dans les interstices autour des dents pour maximiser l'effet régénérateur sur les gencives. Il faut refaire la solution chaque jour. Pour les gens qui supportent mal le goût d'algues, une goutte d'huile de menthe ou de citron peut être ajoutée au mélange.

- les femmes ménopausées peuvent trouver dans la chlorella une aide utile contre certains inconvénients passagers. Selon une étude faite au Japon en double aveugle avec 58 femmes âgées de 45 à 55 ans, la **ménopause** s'accompagne généralement de constipation, de fatigue, de bouffées de chaleur. Le Dr Sonoda a trouvé qu'une prise de chlorella peut alors être très utile
- la chlorella est surtout appréciée pour l'énergie qu'elle apporte à l'organisme. Pendant la **convalescence**, pour les **femmes enceintes ou allaitantes**, pour les moments où nous avons besoin d'un petit plus contre le stress et la fatigue, la chlorella peut nous être utile
- la World Amateur Body Building Association (WABBA) a testé la chlorella pendant 18 mois. Le rapport a noté que les **athlètes** dans divers sports retirèrent des bénéfices indiscutables de la prise de chlorella. Les tests démontrèrent une amélioration de la récupération après l'effort ; résistance et niveau d'énergie lors de la prise régulière de la chlorella en sus d'une alimentation

équilibrée

- les japonais le savaient depuis longtemps : une étude dans une école secondaire à Nagasaki en 1964, a révélé qu'après 6 mois de prise de chlorella, les **écoliers** avaient plus de force dans le dos, avec une densification musculaire
- la chlorella et bien sûr le CGF contiennent un **antibiotique naturel** que les scientifiques ont nommé la chlorellane que l'on trouve sous forme très concentrée dans le CGF.

Etant donné l'abondance des études, il n'est pas surprenant que les Japonais consomment plus de mille tonnes et demie de chlorella par an, et que cette micro-algue étonnante ait été déclarée aliment d'intérêt national par le gouvernement japonais.

La chlorella est maintenant disponible en France et dans d'autres pays européens.

Nous n'avons, à ce jour, pas connaissance de contre-indication même chez les jeunes enfants.

#### Attention :

**La propriété même de la chlorella est de capter les métaux lourds de l'environnement et beaucoup de chlorellas existantes contiennent un taux important de métaux lourds. Aussi, il est important de s'assurer que la chlorella que vous achetez a bénéficié d'un contrôle rigoureux et qu'elle est bien exempte de métaux lourds, de pesticides et d'insecticides. Faites-vous délivrer les résultats de l'analyse.**

*Informations recueillies auprès de "Nutrition plus" SODIMEX avec leur accord.*

*Revue Vie et Action.*

*Extrait du discours de Sally Hesmondhalgh lors de la conférence Nutrition Santé Mer du 23/9/2003*

**Pour acheter ce produit dans notre boutique, [cliquez ici](#).**

*Pour la version imprimable, [cliquez ici](#)*

[Inscription dans l'annuaire des praticiens de médecines alternatives](#) [Faire connaître cette page à un ami](#) [Proposer un site](#)

[Publicité](#) [Annoncer un stage](#) [Annoncer un évènement](#) [Liens](#) [Nous contacter](#) [Notice légale](#) [Qui sommes-nous ?](#)

[Boutique bio](#) [Annuaire](#) [Conseils](#) [Recettes diététiques](#) [Alimentation biologique](#) [Médecines douces](#) [Dossiers](#) [Chroniques](#)

