

vieÔ mieux®

Ensemble, améliorons et développons notre capital vital



Les News Ô mieux de janvier 2021

Souriez ! Montrez l'exemple ! 2021, c'est maintenant ! Nous vous aimons ! VieÔ mieux vous souhaite une nouvelle année pleine de bonnes surprises. Tournons ensemble la page de nos agendas. L'objectif : faire toujours mieux que l'année précédente. La réalité : faire de son mieux et ça peut suffire à votre bonheur. Une page blanche et on repart de l'avant. De la bienveillance, de l'amour, de la joie et la jouissance de la vie. Exploiter chaque instant pour profiter du meilleur. Nos résolutions chez vieÔ mieux : retrouver le vrai contact avec vous tous au-delà des formes virtuelles, appréciées par défaut, mais loin d'être suffisantes pour garder le contact social. Toujours vous conseiller sur nos façons de gérer son mieux-être ! Vous aider encore dans vos développements et aller puiser dans vos ressources toute l'énergie nécessaire. Nous sommes certains que vous aurez envie de rattraper le temps perdu et de booster votre vie.

Mais gardez tout de même un œil dans le rétroviseur et n'oubliez pas la prévention pour vous, pour votre conjoint, pour vos enfants, pour votre famille, pour vos amis très proches et tout votre entourage. Aidez-les ! Ils ne savent pas encore... mais une simple explication en quelques mots, glissée au moment des vœux. Voilà ! Le zinc, c'est essentiel ! la vitamine D est capitale, la vitamine C, c'est élémentaire. Ils sont tous ou presque en carence de ces compléments. Vous ne l'inventez pas. Toutes les études le démontrent. Toutes les informations sont de votre côté pour stimuler vos proches et les faire réagir à prendre les choses en main. Prendre en compte l'horloge de la vie qui tourne, tourne... à vous faire prendre un peu plus d'âge à chaque fois. Qu'est-ce que représentent 3 boîtes de compléments alimentaires par mois au regard de cette belle vie ?

Alors revenons à des pensées encore plus positives et recevez nos meilleurs vœux de bonheur, de santé, de bien-être et d'amour pour les jours qu'ils nous restent à profiter cette année.

Pour continuer à recevoir la newsletter, cliquez [ICI](#)

Faites de votre mieux pour nous aider

Chers membres, chers amis. Sachez que votre participation à la rédaction de la news'Ômieux serait très appréciée. Vous pouvez écrire, enregistrer vocalement un article ou même une vidéo, de belles photos pour imaginer nos thèmes, un lien en relation avec l'esprit vie'Ômieux sur un sujet qui vous tient à cœur. Il sera ensuite ressaisi, corrigé au besoin, et nous nous ferons une joie de le publier à votre nom ou anonymement si vous le souhaitez après vérification de son bien-fondé et de ses sources.

A envoyer à : gestion.vieomieux@gmail.com (idem pour nous contacter)

Joue Ô mieux et gagne un cad' Ô mieux

Nous avons décidé d'organiser un petit jeu de réflexion facile, axé sur la gymnastique de vos neurones. Il suffit de trouver l'intrus dans les articles suivants. Ce qui ne vous empêchera pas, nous l'espérons, de lire sérieusement tous ces sujets.

L'intrus est pour ce mois-ci le titre entier d'une chanson très connue interprétée par un chanteur français. Il peut être dans plusieurs articles et disséminé... ou pas

Envoyez vos réponses à gestion.vieomieux@gmail.com en indiquant le titre, l'interprète et le titre des articles où il apparaît.

Pour départager les gagnants, des questions subsidiaires leurs seront envoyées. Un tirage au sort final sera effectué pour désigner l'heureuse ou heureux élu(e).

Bilan 2020 Ô mieux

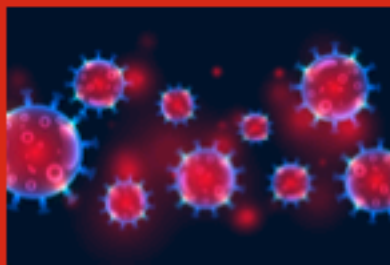


Personne n'aurait pu imaginer le déroulement de l'année 2020.

Et pourtant au travers ces annonces anxiogènes répétées, nous avons pu entrevoir souvent de bonnes perspectives...

[En savoir plus](#)

Le témoignage Ô mieux



Particularité de ce virus, il ne contamine pas tout le monde de la même façon.

Nous ne sommes pas tous égaux mais notre état de santé fait pencher la balance dans un sens ou un autre.

[En savoir plus](#)

Prévention Ô mieux



Le foie gras n'est pas réservé qu'aux volailles qu'on gave.

La maibouffe, la suralimentation, l'excès



de sucre, peut nous faire tomber dans cette spirale infernale avec le risque d'une maladie inflammatoire grave appelée NASH.

[En savoir plus](#)

Savoir Ô mieux



La vente d'argent colloïdal se développe dans toutes les parapharmacies, magasins bio et sur les sites internet. Mais pouvons-nous être sûr de ces produits. Sont-ils comparables? Est-ce vraiment de l'argent colloïdal?

[En savoir plus](#)

Dégust' Ô mieux

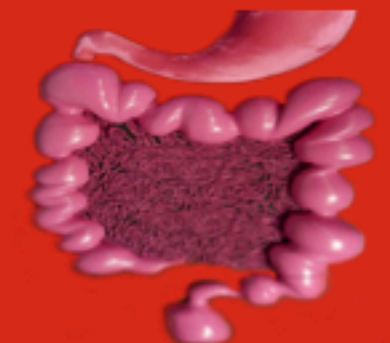


Article peut-être décalé pour cette lettre d'information mais le fait est, que le café contribue d'une certaine façon à de petits moments de bonheur pour les personnes qui en apprécient le goût. Et nous en connaissons suffisamment dans ce réseau pour que ce sujet y trouve sa place.

Le café décrié, encensé et réhabilité au rang des bons péchés...

[En savoir plus](#)

Comprendre Ô mieux



Le microbiote est au centre de tous nos maux. Il influe sur l'ensemble de l'activité cérébrale de l'humeur.

D'après une étude récente, il existerait un lien entre le microbiote et la dépression...

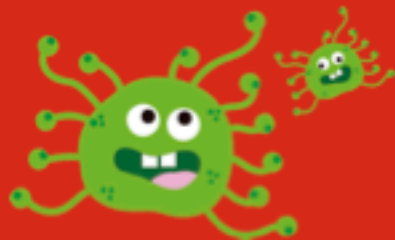
[En savoir plus](#)

La recette Ô mieux



Après les fêtes, c'est toujours une période de transition pour effacer les traces d'une alimentation riche. Cette recette de soupe asiatique au chou sera la bienvenue.

[En savoir plus](#)



Des extraits d'une vidéo très intéressante sur la prévention vue par des scientifiques reconnus et non influencés...

Elle rejoint la philosophie de notre partenaire et l'intérêt du Winter Boost comprenant ces trois produits (vitamine C, vitamine D et Zinc)

[En savoir plus](#)

**Cliquez ici pour lire la
newsletter du mois dernier**

Les réunions Ô mieux

Week-end actif du 30 et 31 janvier reporté

Le week-end actif qui devait avoir lieu à Schiltigheim (à côté de Strasbourg) est reporté en raison de la situation sanitaire incertaine.

Nous vous tiendrons informé de nouvelles dates prévues en mars ou avril.

Les personnes qui étaient inscrites devront nous reconfirmer leur accord pour la nouvelle date.

Pour garder le contact : en fonction de ce qu'il est possible de faire en cette période, dans le respect des consignes sanitaires et si les autorités ne le déconseillent pas, des ateliers "action" en présentiel, d'une demi-journée, seront organisés en petit comité, en attendant ce week-end actif. Ces ateliers s'articuleront autour d'un thème choisi et sur inscription limitée. Consultez l'agenda au fur et à mesure.

Nous vous proposons d'organiser un atelier sur un thème qui vous tient à cœur avec notre aide. Contactez-nous (contact.vieomieux@gmail.com) ou contactez votre sponsor et exprimez vos envies.

Pour continuer à recevoir la newsletter, cliquez [ici](#)



[Se désabonner](#) [Gestion de l'abonnement](#)

[Se désinscrire de la liste](#)

13 rue Desaix, 67450, MUNDOLSHEIM