



 *Shaklee*[®]

CONVERSATION

SUR LA SANTÉ

SANTÉ DES HOMMES

A woman wearing a straw hat and a striped shirt is riding a light blue bicycle on a dirt path. She is smiling broadly. Behind her, a man in a dark long-sleeved shirt is also riding a bicycle. The path is surrounded by tall, dry grass and some green plants. The background shows rolling hills under a clear sky.

ENCOURAGEZ LES
HOMMES DANS VOTRE VIE
À FAIRE DE LEUR SANTÉ
UNE PRIORITÉ



Selon un sondage mené par le magazine *Men's Health* et CNN, un tiers des Américains ne consultent pas de médecin pour avoir un bilan de santé.

~ American Medical Association

Les Canadiens sont moins susceptibles de consulter un médecin que les Canadiennes. Encouragez-les à avoir une attitude proactive et préventive.

Les tests de santé réguliers peuvent aider à trouver les problèmes avant qu'ils ne commencent.

LES MALADIES CARDIOVASCULAIRES DEMEURENT LA 2^e CAUSE DE DÉCÈS

IL EST IMPORTANT DE CONNAÎTRE VOS FACTEURS DE RISQUE!

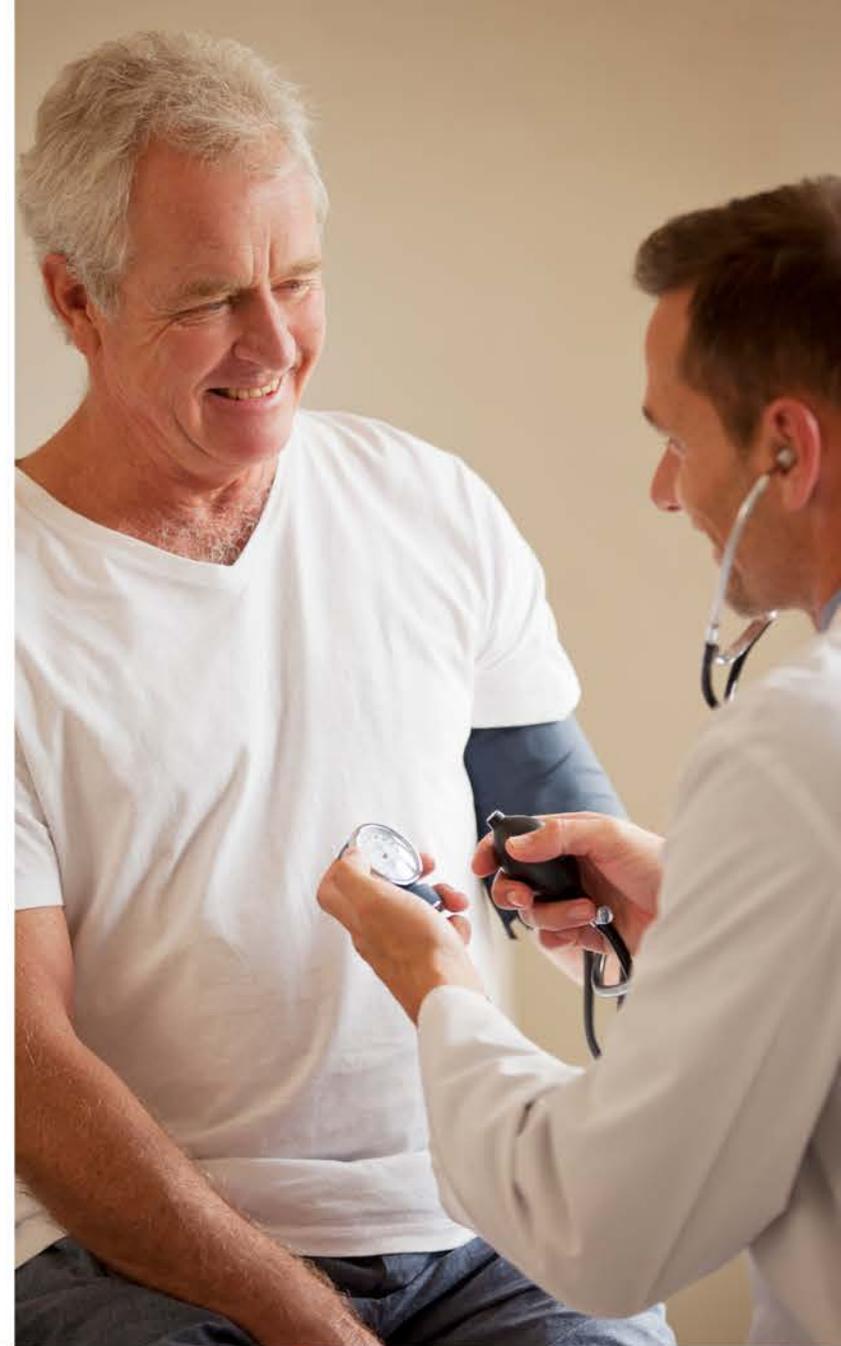
FACTEURS DE RISQUE DE MALADIE DU COEUR:

- Hypertension artérielle
- Hypercholestérolémie LDL
- Tabagisme
- Diabète
- Surpoids et obésité
- Mauvais régime alimentaire
- Antécédents familiaux
- Inactivité physique
- Consommation excessive d'alcool



SOYEZ PROACTIF – SOYEZ INFORMÉ

- Commencez par connaître vos chiffres: pression artérielle, cholestérolémie, triglycérides, IMC et glycémie
- Si votre IMC est supérieur à 25, engagez-vous à perdre du poids
- Que vos chiffres soient élevés ou non, fixez-vous des objectifs de régime alimentaire et d'exercices et suivez-les
- Les bilans de santé et les dépistages réguliers font une différence



SOYEZ AU COURANT DES CHIFFRES POUR LES LIMITES SANTÉ

NIVEAUX DE CHOLESTÉROLÉMIE	CHOLESTÉROL TOTAL	CHOLESTÉROL HDL	CHOLESTÉROL LDL
Bon	Moins de 5,2 mmol/L*	1,0 mmol/L et plus†	Moins de 3,5 mmol/L
Élevé	6,2 mmol/L et plus*	n/d	4,0 mmol/L et plus
Bas	n/d	Moins de 1,0 mmol/L†	n/d

PRESSIION ARTÉRIELLE	CHIFFRE DU HAUT	CHIFFRE DU BAS
Normale	Inférieur à 120	Inférieur à 80
Pré-hypertension	120-139	80-89
Stade 1 hypertension	140-149	90-99
Stade 2 hypertension	160 et plus	100 et plus

DÉPISTAGE DE L'ANTIGÈNE SPÉCIFIQUE DE LA PROSTATE*	ÂGE POUR DISCUTER DES RISQUES ET AVANTAGES DU DÉPISTAGE DU CANCER DE LA PROSTATE AVEC LE MÉDECIN
Risque moyen	50
Les hommes à risque élevé (incluent les hommes de descendance africaine et les hommes avec un parent de premier degré ayant eu le cancer de la prostate avant 65 ans)	45
Risque plus élevé (un ou plus d'un parent de premier degré ayant eu le cancer de la prostate à un jeune âge)	40

*Âges 20 à 79.

†Hommes; pour les femmes c'est 1,3 mmol/L et plus.

‡Société Canadienne du Cancer.

QUATRE DOMAINES OÙ VOUS POUVEZ FAIRE UNE DIFFÉRENCE



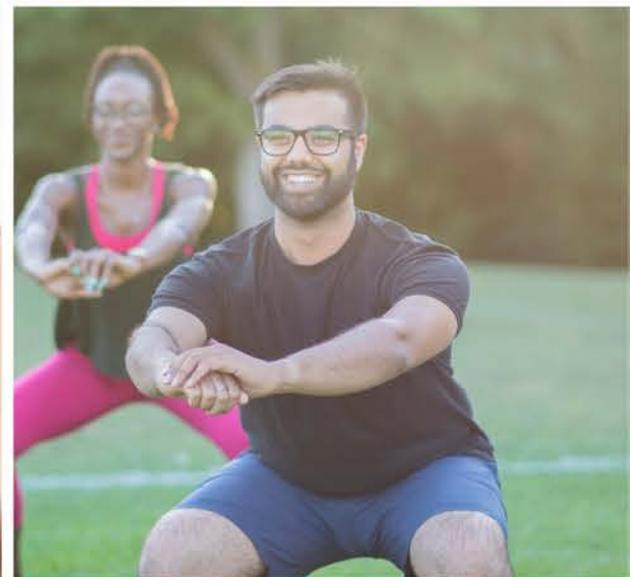
NUTRITION



SANTÉ DU COEUR



**CONCENTRATION
MENTALE**



SANTÉ ARTICULAIRE

NUTRITION

« Les hommes sont moins beaucoup moins susceptibles que les femmes de reconnaître les bienfaits de santé des fruits et légumes et leurs rôles dans la réduction du risque de plusieurs cancers, maladie du coeur, hypertension artérielle et diabète. »

~www.nih.gov



PENSEZ À VOUS-MÊME ET AUX HOMMES DANS VOTRE VIE

Père, fils, frère, mari, amoureux, ami...

MANGENT-ILS ASSEZ DE FRUITS ET LÉGUMES?

Seulement 4 % des hommes disent manger de 8 à 10 portions de fruits et légumes par jour recommandées avec un mode de vie actif.

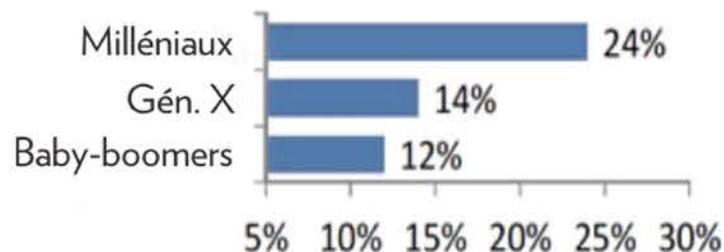
~www.nih.gov



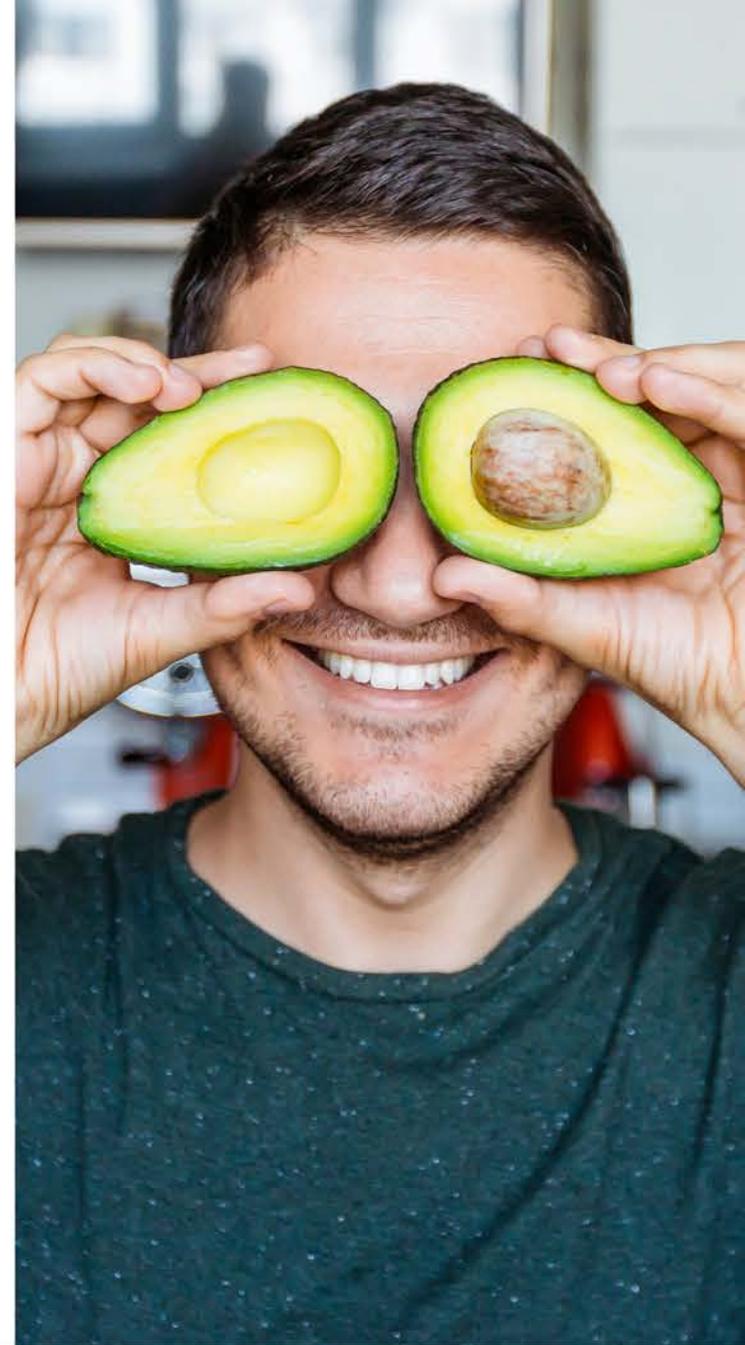
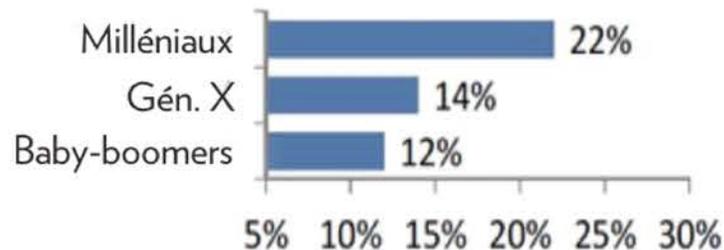
LES TENDANCES CHANGENT

Les milléniaux sont plus soucieux de leur santé que les générations antérieures

Manger sainement



Exercices



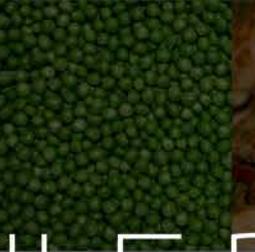
LA SAINE NUTRITION SOUTIENT UN MODE DE VIE ET UN POIDS SANTÉ

- Mangez une variété d'aliments, y compris la moitié de votre assiette remplie de fruits et légumes colorés – pas du jus
- Mangez beaucoup de grains entiers, haricots et légumineuses
- Choisissez des viandes maigres, du poisson et de la volaille ainsi que des produits laitiers faibles en gras
- Sélectionnez les « gras sains » – mangez plus d'acides gras oméga-3 et de gras monoinsaturés (huile d'olive, noix et graines)
- Évitez les gras trans et les gras saturés et minimisez votre apport de camelote alimentaire



IL PEUT S'AVÉRER DIFFICILE DE FAIRE DES CHOIX ALIMENTAIRES SAINS TOUS LES JOURS.

Vitalizer^{MC} peut aider à combler les vides nutritionnels.

 <p>Vitamine A dans 1 tasse de choux de Bruxelles</p>	 <p>Vitamine C dans 7 oranges moyennes</p>	 <p>Vitamine D dans 10 tasses de lait enrichi</p>	 <p>Vitamine E dans 2 portions d'amandes rôties à sec*</p>	 <p>Vitamine K dans 1 tasse de brocoli</p>	 <p>Vitamine B₁₂ dans 15 portions de surlestage de boeuf†</p>	 <p>Bronch dans 1,5 avocat</p>	 <p>Acide folique dans 8 tasses† de pois verts cuits</p>	 <p>Niacine dans 5 poitrines de poulet</p>	 <p>Riboflavine dans 19 tasses de yogourt nature</p>
 <p>Thiamine dans 1 tasse de céréales enrichies</p>	 <p>Biotine dans 1 douzaine d'œufs</p>	 <p>Acide pantothénique dans 1 tasse de champignons</p>	 <p>Calcium dans 3 tranches de bananes</p>	 <p>Magnésium dans 3 portions de noix mûres*</p>	 <p>Fer dans 6 tasses de haricots rouges</p>	 <p>Vitamine B₆ dans 17 bananes</p>	 <p>Zinc dans 3,25 tasses de haricots rouges</p>	 <p>Cuivre dans 2 tasses de lentilles cuites</p>	 <p>Phosphore dans 1 tasse de haricots de soja cuits</p>
 <p>Iode dans 2 pommes de terre au four</p>	 <p>Manganèse dans 1 tasse d'ananas</p>	 <p>Chrome dans 15 verres de jus raisin</p>	 <p>Oméga-3 dans 50-100 grammes de sardines</p>	 <p>Lycopène dans 1,5 tomate</p>	 <p>Coenzyme Q₁₀ dans 65 onces de thon en conserve</p>	 <p>Sélénium dans 3,75 tasses de riz brun</p>	 <p>Bêta-carotène dans 1,75 tasse d'épinards crus</p>	 <p>Lutéine et zéaxanthine dans 32 pointes d'asperges</p>	 <p>Molybdène dans 1,25 tasse de haricots verts frais</p>

*Une portion de noix = 1 once; une portion de bifteck = 3 onces.
 †Les formules Vitalizer Sans Fer et Vitalizer Or contiennent autant d'acide folique que 4 tasses de pois verts cuits.

VITALIZER^{MC}

Personnalisé pour les hommes

Ensemble cliniquement appuyé qui procure les nutriments dont votre corps d'homme a besoin pour créer la fondation d'une vie plus saine.

Soutient santé cardiovasculaire, cognitive, articulaire, prostatique, immunitaire, osseuse, ainsi que santé des tissus et digestive, fonction métabolique et santé de la peau, des cheveux et des ongles.

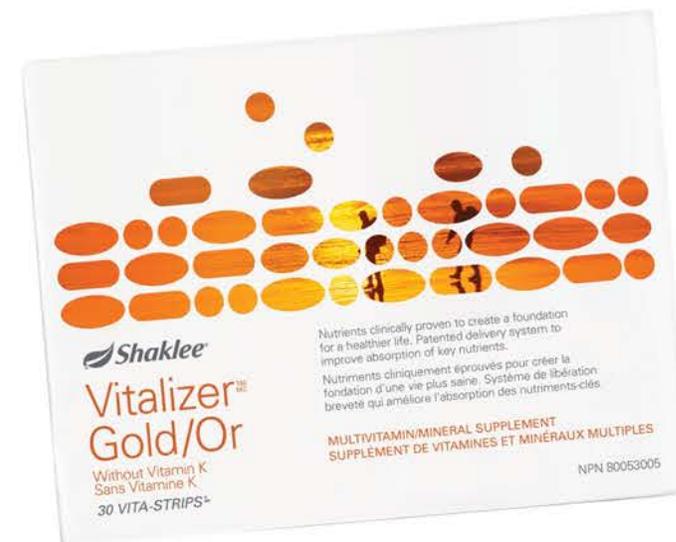
Vitalizer contient:

- Vita-Lea^{MD}
- Complexe B+C avec technologie de libération progressive
- Caroto-E-Oméga avec acides gras oméga-3, caroténoïdes et vitamine E
- Optiflora^{MD} Probiotique
- Système de libération breveté S.M.A.R.T.^{MC}



OR
POUR LES HOMMES DE 50+

- Avec ou sans vitamine K



LIBÉRATION S.M.A.R.T.^{MC}

Technologie de libération avancée des micro-nutriments Shaklee

Système de libération unique et breveté conçu pour améliorer considérablement l'absorption des nutriments-clés dans le corps.



VITA-LEA^{MD}

Se dissout en moins de 30 minutes dans l'estomac et est conçue pour améliorer l'absorption de l'acide folique avec son micro pelliculage breveté



COMPLEXE
B-C

Procure une absorption jusqu'à 198 % plus élevée des vitamines B pendant 12 heures, comme l'a indiqué une étude clinique, par le biais de la libération progressive dans l'intestin grêle



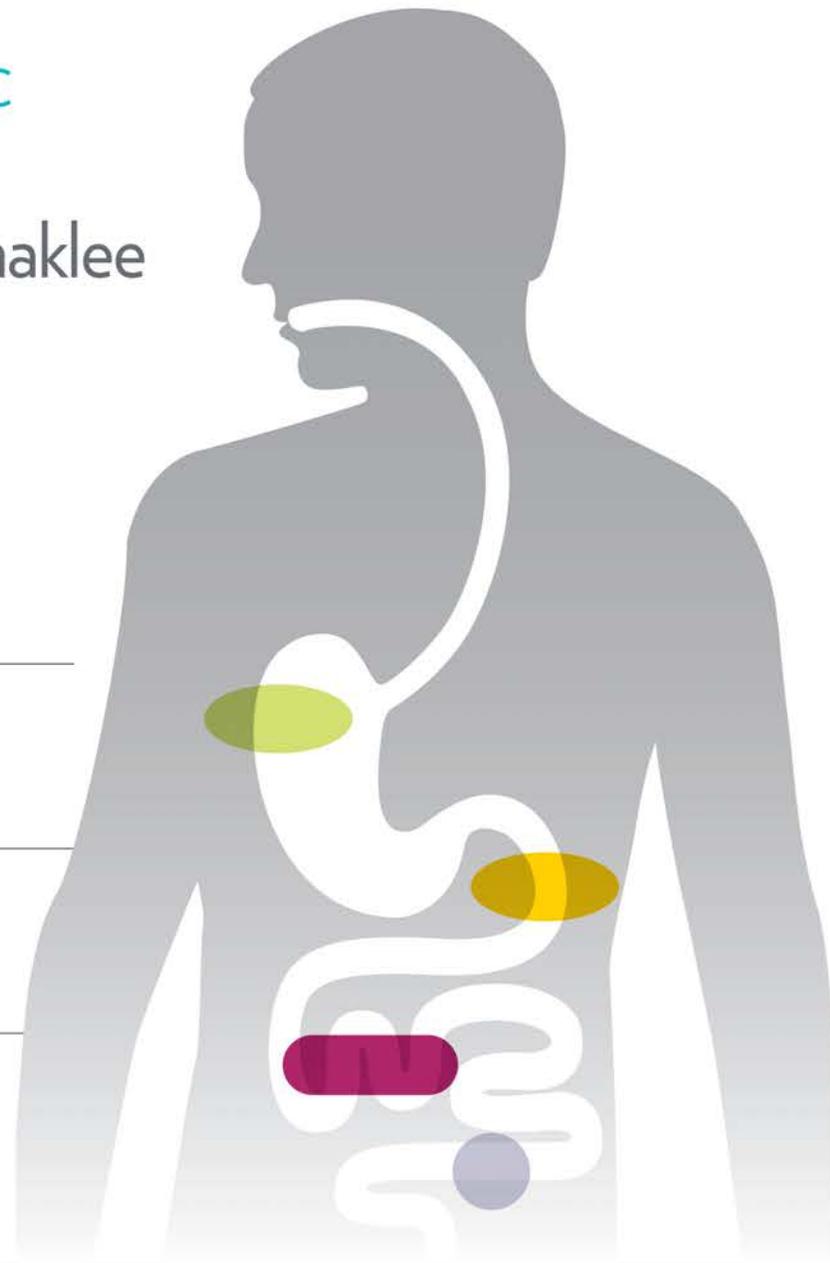
CAROTO-
E-OMÉGA

Enrobage gastro-résistant qui aide à réduire l'arrière-goût de poisson en libérant les acides gras oméga-3, les caroténoïdes, la vitamine E et autres nutriments liposolubles dans la partie supérieure des intestins



PROBIOTIQUE
OPTIFLORA^{MD}

Procure une microflore saine au côlon par le biais de la technologie d'encapsulation en triple couche, ce qui la protège de l'acide gastrique



ATTEIGNEZ ET MAINTENEZ UN POIDS SANTÉ

- La perte de 5 à 10 % du poids corporel peut résulter en bienfaits de santé importants
- Remplacez 1 ou 2 repas par la Boisson Frappée Life et mangez un repas santé chaque jour
- Chaque portion de Boisson Frappée Life contient 20 grammes de protéines végétales pour aider à former des muscles forts et des anticorps protecteurs ainsi que de la leucine qui préserve la masse musculaire maigre, pour que la perte de poids soit en gras



BOISSON FRAPPÉE LIFE^{MC}: UNE BOISSON FRAPPÉE QUI COMBLE TOUS LES BESOINS

MUSCLES FORTS

Chaque portion **procure 20 grammes de protéines végétales ultra pures, sans OGM**, pour former des muscles forts et des anticorps protecteurs

POIDS SANTÉ

Enrichie de leucine pour aider à former la masse musculaire maigre, brûler le gras et améliorer le métabolisme

SAINE DIGESTION

Renferme des enzymes digestives ajoutées pour le confort



SANTÉ CARDIAQUE

La santé du coeur dépend beaucoup des choix que vous faites chaque jour.

Il y a beaucoup de choses que vous pouvez contrôler.



LE STRESS PEUT ÊTRE UN DÉCLENCHEUR MAJEUR

Ne sous-estimez pas ses effets

FACTEURS DÉCLENCHEURS DE STRESS:

- Trop manger d'aliments malsains
- Tabagisme
- Consommation excessive d'alcool

METTEZ PLUTÔT L'ACCENT SUR:

- Exercices, rester positif, méditer, déconnecter



LES EXERCICES AÉROBIQUES OFFRENT DE NOMBREUX BIENFAITS

- Ils exigent du cœur qu'il pompe constamment du sang oxygéné dans les muscles au travail
- Ils stimulent cœur et poumons
- Ils renforcent l'appareil cardiovasculaire

Santé Canada recommande d'accumuler au moins 150 minutes d'activité physique modérée à vigoureuse par semaine.



EXERCICES AÉROBIQUES

- Marche rapide ou randonnée
- Jogging ou course
- Natation
- Cyclisme
- Danse

OMEGAGUARD^{MD}

Aide à réduire le risque de maladie du coeur*

Procure pureté et puissance avec un spectre complet de **sept acides gras oméga-3 ultra purs**, de qualité pharmaceutique, naturellement présents dans les petits poissons d'eau froide.

SHAKLEE UTILISE UN PROCÉDÉ DE DISTILLATION MOLÉCULAIRE EXCLUSIF EN MULTIPLES ÉTAPES:

- Concentre les acides gras oméga-3 naturels, bienfaits, y compris AEP et ADH
- Supprime les composés nuisibles, tels que mercure et plomb, qui se trouvent dans plusieurs types de poissons
- Minimise l'odeur et l'arrière-goût de poisson

OMEGAGUARD:

- Aide à maintenir et soutenir la santé cardiovasculaire
- Aide à soutenir la santé cognitive et/ou fonction cérébrale et la santé articulaire
- Aide à réduire les triglycérides/triacylglycérols sériques
- Petite gélule souple facile à avaler
- Zéro cholestérol

*De la recherche de soutien sans être concluante montre que la consommation d'acides gras oméga-3 AEP et ADH peut réduire le risque de maladie coronarienne.



VOTRE POIDS AFFECTE VOS ARTICULATIONS

- Les articulations qui soutiennent le poids (genoux, hanches et colonne vertébrale) sont affectées par un poids excessif
- Plus votre poids est élevé, plus vous imposez de stress à vos articulations
- En maigrissant, vous réduisez le stress sur vos articulations

**CHAQUE LIVRE EXERCE QUATRE FOIS PLUS DE PRESSION
SUR LES ARTICULATIONS QUI SOUTIENNENT LE POIDS.**



CE QUI SE PRODUIT EN VIEILLISSANT

- Une usure excessive peut causer une inflammation articulaire
- L'inflammation peut entraîner la dégénérescence articulaire
- En vieillissant, une perte de masse musculaire peut aggraver la dégénérescence articulaire



LES EXERCICES AIDENT AU MAINTIEN DE LA SANTÉ OSSEUSE, MUSCULAIRE ET ARTICULAIRE

LA PERTE DE FORCE ET ÉNERGIE ATTRIBUÉE AU VIEILLISSEMENT EST EN PARTIE CAUSÉE PAR LA RÉDUCTION DES ACTIVITÉS PHYSIQUES. ~CDC

EXERCICES

Bougez plus:

- Marchez
- Courez
- Jouez au golf ou au tennis
- Le vélo et la natation sont des activités qui n'exercent pas de pression sur les articulations

FORMEZ DE LA MASSE MUSCULAIRE

Musculation:

- Forme les muscles, qui soutiennent et protègent les articulations
- Maintient la masse musculaire en vieillissant

Renforcez le tronc:

- Aide l'équilibre pour prévenir les chutes qui endommagent les articulations



COMPLEXE JOINTURES SANTÉ

Confort articulaire en aussi peu que cinq jours*

1 AMÉLIORE LE REMBOURRAGE

La glucosamine aide à maintenir le cartilage: le rembourrage protecteur entre les articulations qui leur permet de bouger plus librement.

2 MAINTIENT LA SANTÉ DES TISSUS CONJONCTIFS

Zinc, cuivre, manganèse et vitamine C aident à former le collagène et d'autres importants constituants des tissus conjonctifs qui donnent force et structure aux articulations.

3 AUGMENTE LE CONFORT ARTICULAIRE

L'extrait de boswellia agit en aussi peu que cinq jours pour améliorer le confort articulaire.*



*Il a été démontré lors d'une étude clinique que la forme particulière d'extrait de boswellia du Complexe Jointures Santé améliore le confort articulaire en aussi peu que cinq jours.

COMPLEXE JOINTURES SANTÉ

CLINIQUEMENT ÉPROUVÉ

Dans une étude publiée, la forme d'extrait de boswellia à action rapide, brevetée, du Complexe Jointures Santé a été cliniquement éprouvée pour améliorer le confort articulaire en aussi peu que cinq jours.

Jusqu'à
28 %
plus rapide

Évalué pour être
45 %
plus efficace en ce
qui a trait au confort
articulaire à long
terme

Procure jusqu'à
31 %
plus d'aise en terme
de mobilité

COMBINAISON PUISSANTE

COMPLEXE JOINTURES SANTÉ + OMEGAGUARD^{MD}

ILS AGISSENT ENCORE MIEUX ENSEMBLE

Une étude clinique a indiqué que la combinaison d'huile de poisson et de glucosamine pourrait améliorer considérablement le confort articulaire général¹. La quantité utilisée dans l'étude se trouve dans une seule portion d'OmegaGuard et de Complexe Jointures Santé.



¹Gruenwald J., Petzold E., Busch R., Petzold H.P. and Graubaum H.J., 2009. Effet du sulfate de glucosamine avec ou sans acides gras oméga-3 chez les patients souffrant d'arthrose. *Avancements en terme de thérapie*. 26(9), p.858.

LA CONCENTRATION MENTALE DÉCLINE AVEC LE TEMPS

Les connexions neurales dans le cerveau commencent à décliner dès la vingtaine. À 45 ans, ce déclin se produit encore plus rapidement.

- Les hommes avaient un plus grand déclin de mémoire que les femmes après 40 ans
- Le rétrécissement du cerveau des hommes était plus prononcé chez les hommes que les femmes après 60 ans

~Étude de la Clinique Mayo, 2015



SOUTENIR LA SANTÉ CÉRÉBRALE

- Être actif
- Atteindre un poids santé
- Manger sainement
- Rester connecté
- Faire travailler le cerveau
- Réduire le stress

MINDWORKS^{MD}

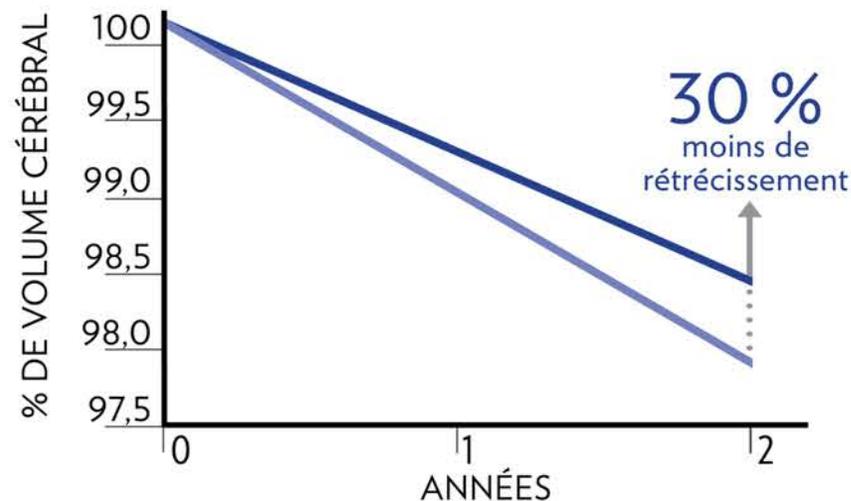
SOUTIENT LA FONCTION COGNITIVE

Il a été démontré lors de trois études cliniques et des douzaines d'études de laboratoire que les nutriments-clés de MindWorks soutiennent la fonction cognitive et la mémoire ainsi que la santé cérébrale à long terme.

AMÉLIORE L'ACUITÉ MENTALE AVEC UNE MEILLEURE MÉMOIRE ET CONCENTRATION*



DIMINUE LE TAUX DE RÉTRÉCISSEMENT CÉRÉBRAL, UNE CONSÉQUENCE COURANTE DU VIEILLISSEMENT*



*À six heures versus le groupe de contrôle.

†Basé sur une étude de deux ans auprès de 223 adultes avec une légère dégradation cognitive.

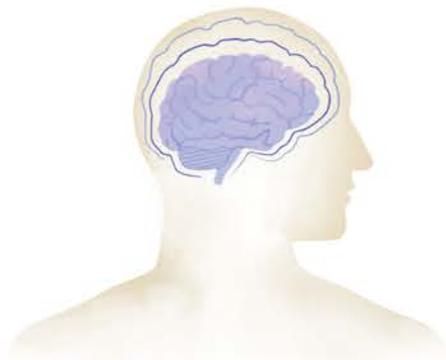
LES ÉTUDES SCIENTIFIQUES ONT PERMIS D'ÉPROUVER LES INGRÉDIENTS-CLÉS DE MINDWORKS^{MD} DE 3 FAÇONS

FONCTION MENTALE 3,6 FOIS MEILLEURE QUE CELLE DU GROUPE DE CONTRÔLE*



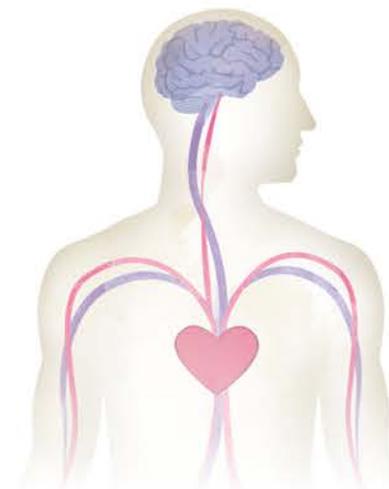
L'extrait de guarana procure une amélioration temporaire de la performance cognitive et de la mémoire

30 % MOINS DE RÉTRÉCISSEMENT CÉRÉBRAL[†]



Les trois vitamines B (acide folique, B₆ et B₁₂) aident à réduire les niveaux élevés d'homocystéine, réduisant de ce fait l'atrophie

CONÇU POUR AIDER LA CIRCULATION SANGUINE



Le mélange unique de polyphénols de pépins de raisin Chardonnay est fait à partir d'un procédé d'extraction pour concentrer des polyphénols particuliers et cliniquement éprouvés pour aider la circulation sanguine, déterminante pour le transport de l'oxygène et des nutriments-clés au cerveau

*À six heures versus le groupe de contrôle.

†Basé sur une étude de deux ans auprès de 223 adultes avec une légère dégradation cognitive.

COMPLEXE PALMIER NAIN

SOUTIENT LA SANTÉ DE LA PROSTATE

Complexe Palmier Nain aide les hommes de plus de 40 ans
Il contient un mélange naturel et unique d'extrait de baie de palmier nain, huile de graine de citrouille et sources enrichies de bêta-sitostérols.

AUTRES ASTUCES POUR SOUTENIR LA SANTÉ DE LA PROSTATE:

- Mangez plus de fruits et légumes
- Atteignez et maintenez un poids santé
- Faites des exercices régulièrement
- Assurez-vous que votre médecin soit informé de vos antécédents familiaux





VOTRE ÉVALUATION DE SANTÉ PERSONNELLE

Étape suivante:

- 5 minutes
- 20 questions
- Vous recevez votre évaluation de santé personnelle



INSÉREZ VOTRE PROPRE
TÉMOIGNAGE PERSONNEL
ICI AVEC DES PHOTOS OU
RETIREZ LA DIAPO SI VOUS
FAITES VOTRE TÉMOIGNAGE
VERBALEMENT SEULEMENT.

Les conservations sur la santé sont conçues pour être courtes, concises et axées sur un sujet de santé particulier. Toutefois, il est toujours idéal de partager l'Opportunité Shaklee à votre auditoire. Vous pouvez partager vos propres diapos. Ou, pour votre commodité, vous pouvez utiliser les diapos suivantes sur l'Opportunité Shaklee.



La stabilité financière, même en restant à la maison avec mes trois jeunes enfants, n'a pas de prix. Je n'ai pas besoin de les envoyer en service de garde. Je peux accomplir mes tâches pendant les siestes et je peux occasionnellement prendre quelques jours de congé pour être avec eux.

*Julie
Coordonnateur-clé senior
Membre de la famille Shaklee depuis 1997*



Nous avons commencé à prendre les produits Shaklee parce que je n'allais pas bien et j'étais désespérée de trouver des produits de haute qualité qui feraient une différence. Qui aurait pensé que, 37 ans plus tard, nous aurions une entreprise florissante qui nous a offert de si nombreuses occasions d'aider des milliers de gens à avoir une meilleure santé physique et financière?

Martha et Ivan
Maîtres-coordonnateurs
Membres de la famille Shaklee depuis 1981

NOTRE OPPORTUNITÉ

FLEXIBLE

Vous déterminez vos objectifs de revenu et le temps que vous voulez consacrer pour les atteindre

SIMPLE

Shaklee vous donne l'accès à toute la puissance de sa science en un seul clic par le biais de l'évaluation Shaklee Healthprint^{MC} et d'autres outils de partage très simples

SOCIAL

Ça concerne les gens, par le biais de conversations et de solutions et ça peut se faire sur Facebook^{MD}, par conférence web, dans votre cour ou dans votre cuisine

MOBILE

Avec la surveillance d'entreprise de Shaklee Connect^{MC} et les outils numériques de partage et de formation simple – tout cela à partir de votre téléphone intelligent

Toutes les marques de commerce sont la propriété de leur propriétaire respectif.

ENTRAÎNEZ LES GENS À DIRIGER UNE ÉQUIPE

Plus vous aidez de gens et plus vous pouvez gagner. **Sans limite.**

*Chiffres basés sur les revenus de 2017. Le participant type au Plan de rémunération de Shaklee Canada Inc. gagne en moyenne 265,42 \$ par année. Toutefois, les participants au niveau de chef d'entreprise gagnent en moyenne 10 556 \$ par année et peuvent gagner plus de 190 655 \$ par année aux plus hauts niveaux. Les revenus ont été calculés sur une base mensuelle à partir des chefs d'entreprise ayant atteint les rangs. Les résultats varient en fonction des efforts. Shaklee Canada Inc. ne garantit l'atteinte d'aucun niveau de revenu en particulier. Pour tout rang occupé par aucun distributeur pendant un mois et plus, les chiffres pour ce rang ont été annualisés.
†Ces rangs n'ont pas encore été atteints au Canada.

NIVEAU DE LEADERSHIP	REVENU ANNUEL MOYEN*	TEMPS HEBDOMADAIRE INVESTI
Directeur	10 556 \$	TEMPS PARTIEL: 6-20 HEURES
Directeur senior	11 690 \$	
Coordonnateur	20 446 \$	
Coordonnateur senior	36 349 \$	
Coordonnateur exécutif	43 169 \$	
Coordonnateur exécutif senior	46 389 \$	TEMPS PLEIN: 21-40 HEURES
Coordonnateur-clé	91 675 \$	
Coordonnateur-clé senior	103 561 \$	
Maître-coordonnateur	190 655 \$	
Maître-coordonnateur senior [†]	-	
Maître-coordonnateur présidentiel [†]	-	

A woman with long dark hair, wearing a white top and a green cardigan, is sitting on a wicker chair on the left. She is smiling and looking towards a man on the right. The man has short brown hair and a beard, wearing a light blue button-down shirt. He is also smiling and looking towards the woman. They are sitting on a white porch railing. In the foreground on the right, the back of a woman's head with long brown hair is visible, looking towards the man. The background shows a blurred outdoor setting with trees and a house.

COMMENT VISUALISEZ-VOUS VOTRE PARTICIPATION?