

## LA CURE DE RAISINS SES BIENFAITS, SES RÉSULTATS

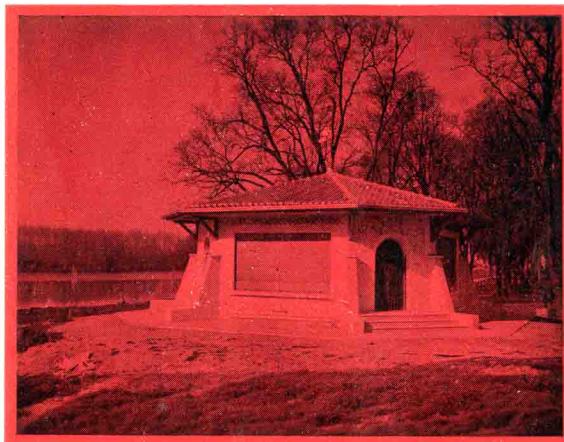
Le vin est un aliment généreux, nécessaire à beaucoup, mais les enfants, les malades, les vieillards, ne peuvent pas toujours lui demander les principes vivifiants qu'il contient. Ils trouveront, par contre, dans le raisin les ressources vitales qu'ils chercheraient partout ailleurs.

Le raisin est un fruit excellent renfermant 25 % de sucre. Il est riche en vitamines, en diatases, en matières organiques et en sels minéraux, qui en font l'aliment le plus assimilable et le plus digestible. Les hommes actifs, eux-mêmes, gagnent à sa consommation régulière un surcroît de santé et d'équilibre.

Pour celui-ci l'absorption du raisin a une action préventive incontestable qui éloigne pour longtemps la crainte des maladies, et débarrasse de tous les petits maux, sans gravité, mais fastidieux, que la personne la mieux portante ne peut se vanter d'ignorer.

Pour le malade, nombreux sont les troubles qui peuvent être améliorés par elle : les affections du foie, les affections gastro-intestinales, les affections du rein, la constipation, la goutte, l'arthritisme, l'entérite, les mauvaises digestions, les maladies des voies urinaires et les intoxications.

Les cures uvales datent de la plus haute antiquité et furent recommandées par les plus grands médecins de l'Époque. Les médecins arabes, plus tard les ont conseillées comme des remèdes héroïques, et les plus grandes sommités médicales de nos jours sont unanimes à reconnaître leurs bienfaits.



*L'Etablissement de Dégustation.*

# MOISSAC

## AU MILIEU DES CHASSELAS DORÉS



## COMMENT FAIRE UNE CURE DE RAISINS

Une cure de raisins comporte normalement l'absorption par période de 24 heures, de 0 kg. 500 à 2 kg de raisins fraîchement cueillis.

Voici comment on peut la régler :

— Le petit déjeuner du matin est composé principalement de raisins ;

— Les autres prises ont lieu deux heures et demie avant les deux principaux repas, c'est-à-dire vers dix heures et dix-sept heures.

En principe on commence par une assez petite quantité que l'on augmente progressivement au cours de la "saison" qui peut durer de trois à six semaines.

Tous les spécialistes de ce traitement estiment qu'il convient de manger le raisin en se promenant, car la marche, l'exercice, le grand air, en un mot l'activité physique en favorisent au plus haut degré les bons effets.

Pour bien faire la cure de raisins il est nécessaire de se servir de raisins blancs et bien mûrs.

Il vaut mieux ne pas avaler les peaux et les pépins, cela regarde surtout les enfants ; mais les grandes personnes qui désirent augmenter l'effet laxatif du raisin auront au contraire intérêt à le faire.

Généralement, après quelques jours de cure, on constate une amélioration de l'état général du malade.

La circulation du sang et le fonctionnement des voies digestives se relèvent, le corps devient plus résistant et les malades prennent bientôt bonne mine, surtout si la cure se pratique en plein air.

