

## **C'est tout bientôt le moment des cures de détox' pour vivre un printemps en pleine forme!**

Après les abus des Fêtes, l'hiver... c'est le moment de soutenir le foie qui peine en fin d'hiver dans son travail.

Les cures de détox sont à faire dès mi-février, éventuellement aussi l'automne, lors d'une convalescence, après une intervention chirurgicale ou un traitement de chimiothérapie. Si vous êtes en santé, n'êtes pas enceinte, c'est le meilleur moment maintenant pour faire une cure de nettoyage du foie afin d'éviter la fatigue printanière et alléger beaucoup de problématiques.

### **Dosage:**

1 c.c. d'hydrolat de romarin à verbénon et 1 c.c. de ledum à mettre dans un litre d'eau et à boire durant la journée. La cure dure 40 jours, les deux bouteilles seront finies.

Ledum Fr. 41.- Romarin à verbénon: Fr. 26.90 = La cure: Fr. 67.90

En cas d'achat des deux bouteilles, vous bénéficiez d'un **rabais de 10% sur ma tisane Fleur de ligne** pour continuer en douceur le travail le restant de l'année.

La cure et la tisane Fleur de ligne: 67.90 et 10.80 = Fr. 78.70.-.

**Le romarin à verbénon** est digestif, régénérant au niveau du foie, de la vésicule biliaire, du pancréas et des reins. Aide en cas de prise de poids, troubles métaboliques, rétention d'eau, manque d'énergie, prise de poids avant les règles, prostatite. Mucolytique et expectorant: rhinites (surtout d'origine allergique ou liées à l'intolérance alimentaire).

Manque de concentration et de clarté, attitude pessimiste, manque de motivation.

Acné, problèmes cutanés, chutes de cheveu, pellicules, cheveux gras.

Excès de Kapha.

Contre-indication, grossesse et enfants en-dessous de 3 ans

**Le ledum** est dépuratif, détoxifiant, régénérateur hépatique, pancréatique et rénal, décongestionnant, stimulant métabolique, purifiant. Problèmes digestifs, troubles du sommeil liés à la digestion, inflammations en général. Il agit comme une fontaine de Jouvence aussi bien au niveau physique, mental que psychique.

Nervosité, agitation, colères, irritabilité. Blocage au niveau du plexus solaire.

Peau hypersensible et réactive, acné, eczéma, allergies cutanées.

Excès de Pitta.

Contre-indication, aucune

Prenez soin de vous, bonne cure!

Anne Cherbuin-Keckeis  
026/668.21.40 - 079/282.46.84  
contact@crea-anne.ch - www.crea-anne.ch

