

C'est 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 février, éventuellement aussi l'automne, lors d'une convalescence, après une intervention chirurgicale ou un traitement de chimiothérapie.

Si vous ne prenez pas de médicaments, 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. Durant la cure, on évite l'alcool et le tabac. Il est bien de tenir également un livre de bord.

Dosage:

Hydrolats de romarin à verbénon, de ledum et de Palo Santo, 1 cc de chaque à mettre dans un litre d'eau, si possible chaude (mais pas bouillante).

À boire durant la journée. La cure dure environ 50 jours (finir les 3 bouteilles).

Prix:

Ledum	Fr. 41.-
Romarin à verbénon	Fr. 26.90
Palo Santo	Fr. 49.-

La cure Fr. 116.90 => **Fr. 110.-**

Les hydrolats:

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).

En cas de manque de concentration et de clarté, attitude pessimiste, manque de motivation, acné, problèmes cutanés, chutes de cheveux, 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.

En cas de nervosité, agitation, colère, irritabilité, blocage au niveau du plexus solaire, peau hypersensible et réactive, acné, eczéma, allergies cutanées.

Excès de Pitta.

Contre-indication: aucune

Le **Palo Santo** est régénérant et détoxifiant pour le foie, le pancréas et la rate. Il combat mycoses et parasites intestinaux. Aide en cas de rétention d'eau, diabète et cholestérol. Vu son action fortifiante sur le système rate-pancréas, il aide également à apaiser l'anxiété, la rigidité mentale et les fatigues chroniques. Il libère de tout ce qui pourrait peser sur chacun et permet d'être plus clair. Grand nettoyeur énergétique.

En cas de manque de confiance, de concentration, de besoin d'individualisme exagéré, de colère soudaine, de pessimisme, d'allergies cutanées.

Contre-indications: grossesse, allaitement, enfants.

Prenez soin de vous, bonne cure!

