

Style de vie

Resplendissante en 4 leçons

Canne Style

LES ÉTOILES DE CANNES SE PURIFIENT AVANT LE JOUR J, MATHILDE BIANCHI* DÉVOILE LEURS SECRETS.

Leçon n° 1:

Je me libère des tensions

Difficultés digestives, inflammations chroniques... vous avez fait le plein de toxines! Vite, chez l'ostéo. Manipuler les organes et la colonne vertébrale aide le foie, les reins, les intestins, les poumons, et même la peau, à éliminer tensions et blocages. Deux séances, et hop! mon organisme est au top.

Leçon n° 2:

Je mène une opération purification

Sus aux toxines grâce à Dame Nature: radis noir et artichaut pour le foie, reine-des-prés pour les reins et bourrache pour la peau. Un peu de chrome histoire de réguler le métabolisme, et une cure d'oligoéléments et de vitamines pour me booster.

Leçon n° 3:

J'équilibre mon alimentation

Vive les aliments complets et les légumes vapeur gorgés de fibres et de bons nutriments. Doucement sur les laitages, les graisses animales et les crudités qui acidifient et fatiguent l'organisme: ça l'oblige à puiser dans ses réserves d'oligoéléments pour combattre un PH anormalement élevé.

Leçon n° 4:

J'entretiens ma condition

Ne pas oublier de bouger! Prime aux activités d'endurance comme la marche, le vélo ou le footing. Elles favorisent la respiration profonde, améliorent la circulation sanguine et accentuent l'élimination des toxines.

Ma cure à moi

Boire purifier:
1,618 Détoxiner,
3 Chênes, 28,80 €.



ANNE HATHAWAY
Une cure de légumes pour rester une belle plante, elle a bon sur toute la ligne.

* Mathilde Bianchi est ostéopathe, spécialiste des problèmes nutritionnels. L'Atelier médical-Paris.