

Et si vous abordiez la prochaine saison en pleine forme !

LA DÉTOX, DE QUOI S'AGIT-IL ?

La détox est un processus d'élimination des toxines fabriquées au cours de la transformation des nutriments en énergie et accumulées dans l'organisme.

Cette accumulation ralentit le métabolisme global, qui à son tour freine la production d'énergie.

Pour que l'organisme fonctionne mieux et retrouve un bon équilibre, il s'agit d'éliminer ces déchets métaboliques en soulageant les émonctoires que sont les reins, le foie, les intestins, les poumons, la peau et enfin de fluidifier le sang.

La cure détox permet de libérer l'organisme de ses blocages et de le relancer en douceur afin de stimuler ses capacités de défenses naturelles et d'adaptation.

A chaque saison, le corps doit gérer un nouveau flux d'énergie de qualité différente, à l'image de la nature.

Pour gérer ces cycles, il privilégie les organes les plus adaptés.

L'intersaison est donc une période de basculement et de fragilité qui nécessite une attention particulière. C'est le moment idéal pour entamer une cure.

LA DÉTOX DE PRINTEMPS

C'est la plus pratiquée, depuis toujours et dans toutes les civilisations.

Sortir de l'hiver pour entrer dans la dynamique du printemps est une rude épreuve pour le foie.

Il devra être au sommet de sa forme.

C'est l'usine à détoxifier qui incarne cette saison.

Il lui faudra en même temps :

- débarasser l'organisme des toxines accumulées en hiver, saison d'hibernation et des excès (alcool, repas copieux, apport important en graisses saturées...),
- être en phase avec la nouvelle alimentation de saison,
- gérer une force vitale qui explose et génère un fort besoin en énergie.

Il a besoin d'être accompagné car s'il est trop "engorgé" de nombreux déséquilibres se manifesteront.

C'est au début du printemps qu'apparaissent les grandes fatigues, les troubles digestifs et inflammatoires.



Symboliquement cette saison représente le renouveau.

Le grand nettoyage de printemps que nous menons spontanément dans notre environnement est à l'image de la mise en marche d'un formidable mouvement de dynamique interne, qui demande à être respecté et une forte capacité énergétique.

Elle sera dépendante d'une bonne oxygénation cellulaire.

PAS DE DÉTOX, SANS UNE BONNE OXYGÉNATION CELLULAIRE

Chacune de nos cellules a un besoin constant et prioritaire d'oxygène, pour fabriquer l'énergie dont elle a besoin, pour elle-même et pour participer à toutes les fonctions de l'organisme.

Sans une oxygénation équilibrée, nous entrons en hypoxie (état de manque d'oxygène d'un tissu ou d'un organe). Nous sommes en perte d'énergie pour assimiler, éliminer, bouger ; nos défenses naturelles s'affaiblissent, nous sommes de moins en moins performants.

Le foie est aux manettes. Il **nécessite énormément d'oxygène pour réguler** la glycémie, protéger le pancréas, éliminer les toxines, le cholestérol présent dans le sang, répondre aux demandes énergétiques...

S'il fonctionne au ralenti, il échoue dans sa fonction printanière.

LE MANQUE D'OXYGÈNE NOUS CONCERNE TOUS

Bien qu'il y ait toujours une quantité suffisante d'oxygène dans l'air que nous respirons, de nombreux facteurs l'empêchent de parvenir jusqu'aux cellules : **la pollution en première ligne, mais aussi le stress, la sédentarité, le confinement, les pathologies...**

HOLISTE VOUS INVITE A PUISER DANS LES FORCES DE LA NATURE



Le Bol d'air Jacquier®

Il apporte une solution à la sous-oxygénation cellulaire chronique.

Cette méthode permet d'**utiliser les propriétés oxygénantes de molécules issues de la résine de pin, transformées en porteurs d'oxygène.**

D'une part l'hémoglobine se charge plus aisément de ce transporteur que de l'oxygène seul. D'autre part, l'oxygène ainsi transporté est plus facilement libéré dans les tissus en hypoxie et capté par les cellules.

L'organisme est simplement et naturellement mieux oxygéné, sans risquer de stress oxydatif lié au déficit ou à l'excès d'oxygène.

Les séances de respiration devant l'appareil sont agréables, courtes et peu contraignantes.

- > Louer pour une cure idéale de 6 semaines,
Faire l'achat d'un appareil afin de profiter de ses bienfaits toute l'année,
Prendre un forfait de séances à la boutique de Paris ou chez l'un de nos 600 Centres Bol d'air Agréés.

N'OUBLIONS PAS LA DÉTOX D'AUTOMNE...

Moins connue et moins pratiquée, elle est néanmoins très importante pour affronter l'hiver dans de bonnes conditions immunitaires.

La veille de l'automne, les effets bienfaits du soleil s'atténuent et le métabolisme se met progressivement en "hibernation". S'ajoute à cela le stress de la rentrée, l'atmosphère polluée et une vie plus sédentaire et confinée.

L'objectif de cette détox est d'adapter l'organisme à des températures plus froides, de préparer le système immunitaire et de rendre l'organisme plus résistant aux agressions extérieures.



Pour une régénération profonde et une formidable stimulation de l'énergie vitale,

conjuguez cure de Bol d'air et cure de :

- Sève de bouleau fraîche hn-lab
- MétoSTOP des Laboratoires Yvery

hn-lab
L'esprit de l'arbre

YVERY
DNA