



Cure Détox – Organisme Clean

Cette première étape de la routine SOPK Life accompagne les fonctions naturelles d'élimination de l'organisme. En cas de surcharge liée au stress, à l'alimentation ou aux déséquilibres hormonaux - fréquents chez les femmes concernées par le SOPK – le corps peut avoir plus de difficulté à retrouver son équilibre.

La Cure Détox permet de préparer le terrain et de rendre l'organisme plus réceptif avant d'intégrer les cures dédiées à l'équilibre féminin et au cycle, dans une approche progressive et naturelle.

À QUI S'ADRESSE CETTE CURE ?

Cette cure s'adresse aux femmes souhaitant alléger leur organisme naturellement et soutenir leur bien-être général, notamment en cas de :

- Sensation de lourdeur ou de fatigue persistante
- Ballonnements et inconfort digestif
- Rétention d'eau ou sensation de stagnation
- Peau terne ou sujette aux imperfections
- Difficultés à retrouver un équilibre après une période de stress, d'excès ou de déséquilibre
- Cycles irréguliers nécessitant une approche globale du bien-être
- Démarrage d'une routine SOPK Life (idéale en première étape)

Cette cure est particulièrement recommandée en début de programme, afin de préparer le terrain avant l'utilisation d'autres infusions ciblées.

MODE D'EMPLOI

Préparation

Ajouter 1 cuillère à soupe dans une théière ou un infuseur.

Verser de l'eau frémissante et laisser infuser 6 à 8 minutes.

Filtrer, savourer et profiter.

Un sachet permet de préparer environ 20 tasses, selon l'intensité souhaitée.

Utilisation

Boire 2 à 4 tasses par jour, idéalement en cure de 3 à 4 semaines.

Cette cure peut être renouvelée ou intégrée ponctuellement selon vos besoins.

Conservation

Conserver dans un endroit propre, sec, à l'abri de la lumière et de l'humidité.