

▶ Durée : de 4 à 12 semaines.

▶ Objectif : recharger, revitaliser l'organisme.

▶ Indications : lorsque le patient a plus de carence que de surcharge, asthénique (fatigué ou sous vitalisé).

▶ Pré-requis : aucun.

▶ Comment : une cure en 5 temps.

- le rééquilibrage alimentaire et optimisation du fond nutritionnel;
- l'installation d'un fond nutritionnel individualisé ;
- la supplémentation de l'organisme en sels minéraux, oligo-éléments, vitamines et acides gras essentiels ;
- l'élimination des aliments dévitalisants (aliments excitants, raffinés, riches en toxines, etc.) ;
- l'introduction d'éléments vitalogènes, soit la nature tel que le soleil, les arbres, etc., et l'osmoseur inversé d'eau, ionisateur d'air, etc.

