



PRÉPARATION DE DOSES LIQUIDES



- ♡ Prendre une bouteille de **5 dl de contenance** (si possible en verre).
- ♡ Y mettre **125 ml d'eau** (filtrée ou de source si possible), puis
- ♡ Ajouter **2 à 3 granules**. Laisser fondre.
- ♡ Tourner un peu la bouteille pour mélanger.



Avant chaque prise: SECOUER la bouteille 2x énergiquement, cela dynamise son contenu et modifie subtilement l'information donnée.

Prendre selon la prescription, en général **1 cuillère à café** (*cuillère en plastique dans l'idéal*). Penser à noter le nom du remède et la dilution ☺.

P.S. : Soyez patients, les résultats se font parfois un peu attendre, comme une belle femme... ☺

Lyne Donzelot

Naturopathe et homéopathe diplômée, pour toute la famille et animaux.



PETITS CONSEILS À OBSERVER AFIN D'OPTIMISER AU MAXIMUM L'EFFICACITÉ DE VOTRE HOMÉOPATHIE

Pour les prises en granules sèches (donc pas en doses liquides – voir page 2) :

- ❁ Évitez de toucher les granules avec les doigts, cela pourrait altérer leur efficacité. Les mettre dans le bouchon du tube, puis les laisser fondre sous la langue, c'est ici que l'information se dépose le mieux.
- ❁ Évitez les goûts forts (menthe, épices, chewing-gums, dentifrice, etc.) dans les 10 à 15 minutes avant et après la prise : ils peuvent brouiller l'action des remèdes.
- ❁ En particulier, les huiles essentielles fonctionnent très différemment de l'homéopathie. Elles peuvent interférer, perturber voire neutraliser l'information subtile véhiculée par les remèdes homéopathiques. Il est donc préférable de ne pas les utiliser pendant un traitement homéopathique.
- ❁ Le tabac, l'alcool, ainsi que certains médicaments, peuvent freiner l'effet des remèdes. Essayez autant que possible d'espacer leur prise à celle de l'homéopathie.
- ❁ Conservez les tubes à l'abri de la lumière, de la chaleur, de l'humidité et des odeurs fortes (comme des huiles essentielles ou des produits ménagers forts). Cela permet de préserver leur efficacité.
- ❁ Deux granules sous la langue suffisent généralement pour un effet optimal.

P.S. : Soyez patients, les résultats se font parfois attendre, comme une belle femme...

Vous avez bien suivi ces petits conseils ? Bravo, vous venez de mettre toutes les chances de votre côté pour les meilleurs résultats possibles ! ☺

Lyne Donzelot

Naturopathe et homéopathe diplômée, pour toute la famille et animaux.

