

JE PRÉPARE

Mélangez 1/4 de plasma marin **HYPERTONIQUE** avec 3/4 d'eau de source faiblement minéralisée (Mont Roucous, Rosée de la reine, eau Osmosée, Volvic ou, si elle est de qualité, eau du robinet).



Il est préférable de consommer le plasma marin **ISOTONIQUE** dès qu'il est prêt; mais il peut se conserver 1 à 2 semaines sans problème.



JE CONSOMME



Démarrez **votre cure d'isotonique** par de petites quantités (1 à 2 cuillères à soupe par jour) et augmentez progressivement jusqu'à la quantité qui vous convient.

En **ISOTONIQUE**, recommandé:

- en cure longue durée:
1,5 à 2 dl par jour
- pour les sportifs ou selon besoin
2 à 6 dl par jour.

En **HYPERTONIQUE**, recommandé:

- 10 à 20 ml pendant 5 jours
ou selon prescription de votre praticien de santé).

Santé Vie
La nature en action

JE CONSERVE



Conservez vos bouteilles fermées à l'abri de la lumière et à température ambiante. En cas de très forte chaleur, vous pouvez les conserver au frigo.

Verre: se conservent de nombreux mois

PET: recommandé, 6 mois ou selon la date limite (voir DLC sur la bouteille). Une fois ouverte, consommez dans un délai de quelques semaines.

www.santevie.ch