

5 produits pour une détox 100% ECOLO

La détox permet une mise au repos de l'organisme quand ses organes d'élimination ne parviennent plus à réaliser correctement leur travail de nettoyage. Elle est aussi fortement recommandée en cas de fatigue (car elle peut être liée à la surcharge en toxines de l'organisme) et aux changements de saison pour préparer le corps à affronter la saison qui se profile en pleine vitalité.

Sans eau, sans huile!

1.

DOUX GOOD,
Brosse corps en fibre de tampico

🔗 **Le pitch :** cet accessoire en fibres végétales, donc garanti vegan, permet de pratiquer la technique très simple du brossage à sec (donc sans peau ni huile ou autre soin pour le corps) ou « dry skin brushing », un geste beauté rapide et un véritable soin nature. Les avantages du brossage à sec : élimination des peaux mortes ce qui permet d'espacer les gommages de la peau et évite les poils qui poussent sous la peau, peau plus douce, soyeuse et tonique. Mais aussi : meilleure circulation du sang et de la lymphe, élimination des toxines, des amas graisseux et de la cellulite...

39€ - Disponible exclusivement
sur www.doux-good.com



QWETCH, Bouteille isotherme en inox Tropical Palmier

④ **Le pitch :** l'alternative aux bouteilles en plastique, pour transporter la boisson de son choix et la conserver au froid pendant 24h ou au chaud pendant 12h.

De quoi boire en tout lieu et à tout moment sa boisson detox préférée : une water detox fraîche contenant des morceaux de légumes, fruits ou herbes aromatiques (fraise, citron, concombre, pastèque, menthe, basilic, melon, kiwi, ananas, romarin, grenade, céleri, raisin, pomme...), ou en version chaude, un mélange de morceaux de citron et de gingembre frais infusés.

Bouteille de 500 ml : 27€
Disponible sur www.qwetch.com et en magasins spécialisés : magasins traditionnels d'alimentation bio, magasins de thé/café, magasins culinaires, magasins de sport...



DR NIEDERMAIER, Regulatpro® bio

④ **Le pitch :** un complément alimentaire obtenu selon un procédé très innovant de Fermentation en cascade, lequel optimise l'assimilation des nutriments présents dans les ingrédients de ses formules. Il comporte au coeur de sa formule le précieux Regulatessenz®, un cocktail composé de fruits, légumes et noix frais et biologiques, fermentés en cascade, qui fournit des vitamines, minéraux et autres nutriments bénéfiques hautement assimilables par les cellules et très actifs. Avec aussi de la vitamine C sous forme d'extrait d'acérola qui contribue à un métabolisme énergétique normal et au fonctionnement normal du système immunitaire. Regulatpro® Bio est recommandé pour purifier l'organisme car c'est un excellent produit detox. Il contribue au retour à l'équilibre acido-basique, soutient et nettoie après un traitement par chimiothérapie.

Flacon de 350 ml : 48,90 € - Disponible en magasins bio



Pour une detox de la bouche

dans la plus pure tradition ayurvédique



3.

Savon de 100 g : 7,30€
Disponible sur www.karawan.fr

KARAWAN, Savon d'Alep à l'argile rouge

④ **Le pitch :** un savon d'alep pur olive (70%) enrichi à l'argile rouge (30%). L'utilisation de l'argile rouge pour le soin de la peau et pour le maquillage est très ancienne. Cette argile naturellement riche en fer auquel elle doit sa couleur est en effet bien connue pour raviver l'éclat du teint et réduire les rougeurs cutanées. Elle est aussi nettoyante, purifiante, absorbante, détoxifiante, matifiante, stimulante et tonique. Par ailleurs, elle est aussi parfaite pour nettoyer les cheveux gras dont elle absorbe le sébum en excès. Ce savon est parfait en usage quotidien pour le visage et le corps. Très doux grâce à sa teneur en minéraux, il favorise l'éclat du teint, ravive les teints brouillés et absorbe les impuretés. Il peut aussi être utilisé en masque détoxifiant ou encore pour atténuer les petites rougeurs. Il convient aux peaux sensibles, réactives, sujettes aux rougeurs et à la couperose.

5.



AMANPRANA, Huile buccale Foeniculum (fenouil) bio

④ **Le pitch :** les bains de bouche d'huile étaient déjà décrits depuis 2000 ans dans les textes médicaux ayurvédiques. Les praticiens ayurvédiques se rinçaient la bouche en gargarisant avec des huiles végétales, pour une hygiène buccale saine, mais également pour en faire profiter tout leur organisme. Cela permettait en effet d'éviter une trentaine d'affections différentes. Les bains de bouche d'huile permettent d'activer les défenses corporelles. Cette huile buccale associe 3 huiles extra vierges bio (coco, olive et chanvre).

Pour une hygiène buccale complète

Rincer et gargariser de 2 à 5 minutes avec une cuillère à café (5 ml) d'huile après chaque brossage des dents. **Bains de bouche detox :** se rincer la bouche de 20 à 30 minutes avec une cuillère à soupe d'huile (15 ml), en aspirant, écrasant, mâchant et gargarisant, de gauche à droite et de haut en bas. Ne pas avaler mais recracher. Ce bain de bouche doit être répété chaque semaine, et même quotidiennement durant une cure detox, de préférence le matin à jeun, après s'être lavé les dents. A faire de préférence le matin si l'opération est répétée plusieurs fois par jour.

Flacon de 500 ml : 32,50€ - Disponible en magasins bio et sur www.amanvida.fr