

GERCOSM' SARL Zone Artisanale - 13 rue de la Forêt
68990 HEIMSBRUNN 03 89 81 84 64
www.gercosm.com
gercosm@wanadoo.fr

CURE MINCEUR YLOX une Cure simple, équilibrée, efficace!

Tous les jours :

P 5 : 1 sachet à diluer dans ½ verre d'eau. Pourquoi P5 ? P5 est composé de bactéries saprophytes, nécessaires à l'installation d'une bonne flore intestinale. Il évite un problème de bouchon conséquent à l'absence de fibres.

PROYLOX : 2 comprimés avant et après les 3 repas. Pourquoi Propolis ?
Il désincruste les toxines et permet leur élimination.

Ajouter :

1ère semaine : ½ verre de jus de légumes frais avant les 3 repas

2ème semaine : 1 verre entier de jus de légumes frais avant les 3 repas

3ème semaine : 1 verre entier de jus de légumes frais avant les 3 repas
+ 1 verre à 10h et 1 verre à 16h

4ème semaine et suivantes : 1 verre entier de jus de légumes frais 6 fois par jour en supprimant le repas du soir.

Si votre emploi du temps ne le permet pas, préparez et mettez votre jus frais journalier dans une bouteille isotherme (préserve de la lumière et de l'oxydation).

Si possible, prenez un seul repas équilibré et complet par jour.

Astuce goût : ajouter à votre jus de légumes du jus de pommes au moment de le consommer.

Lorsque la perte de poids souhaitée est atteinte reprendre une alimentation normale (3 repas) en veillant à réintroduire des aliments riches en celluloses, équilibrés en protéines et vitamines.

Pour maintenir vos acquis :

Algorel : 5 comprimés aux 3 repas

Desmogyhl : 3 gélules après les 3 repas

Astuces « minceur »:

Quittez la table après les repas, s'occuper pour ne pas être tenté de reprendre de la nourriture,

Reprenez une activité sportive deux fois par semaine ou au moins de la marche.

Buvez 1,5 litre d'eau par jour.

La motivation est essentielle. Il faut conditionner le cerveau.

Vous pouvez écrire une phrase et la relire régulièrement, par exemple :

« Il est essentiel pour moi de réussir à mincir, pour ma santé et mon bien-être ».

Ne pas jeter sur la voie publique

Compléments d'informations

Pour la cure Ylox, l'idéal en légumes serait :

le chou, le persil, la pomme de terre + 2 légumes au choix.

- Le chou contient du sulforaphane ainsi que du soufre qui est le transporteur de l'oxygène au travers la membrane cellulaire.
- Le persil draine les reins.
- La pomme de terre réduit l'acidité stomacale.

Un verre de jus sur 2 peut être composé de carotte et de pomme.

Deux compléments alimentaire accompagnent la cure :

- PROYLOX composé de propolis et dopé à la Vitamine C qui agit sur la glycation.
- P5 Effical Intestil composé de pro biotique évite un bouchon intestinal du fait que l'on exclu temporairement les fibres.

La perte de poids conséquente n'intervient qu'au bout de la 3ème semaine et selon la motivation du « curiste » elle peut être très importante mais reste sans danger. Le bénéfice pour la santé est incontestable.

André ANTZ
Heilpraktiker / Hygiéniste Conseil
21 rue Louis Pasteur
68100 MULHOUSE
03 89 46 46 11