STIMULER SON IMMUNITÉ

L’aide des abeilles



Chaque changement de saison induit des modifications de son activité immunitaire. Afin de passer le cap, il est recommandé de mener **une cure de gelée royale**, tous les trois mois donc.

« Le lait des abeilles », comme on dit, contient plusieurs acides aminés incapables d'être produits par notre corps.

Ces acides aminés jouent un rôle crucial au bon fonctionnement de notre métabolisme, car ils entrent en interaction avec nos cellules en vue de produire des protéines **indispensables au mécanisme immunitaire.**

De plus, la gelée royale possède une ribambelle de minéraux et oligo-éléments : fer, phosphore, calcium, cuivre, potassium, silicium…

Comment et où ?

Deux fois par an au moins, munissez-vous d’une bouteille de **30g** de gelée royale pure. Disponible dans tout supermarché digne de ce nom, ou en pharmacie.

Ensuite, idéalement avant un changement de saison (et surtout avant l’arrivée de l’hiver, donc en octobre ou novembre) :

Prenez **1g** de gelée royale à jeun, les matins, pendant **10 jours consécutifs** au minimum, voire chaque jour du mois.



Pour conserver la bouteille, n’oubliez pas de la garder hermétiquement fermée et à l’abri de l’air libre, afin que l’environnement immédiat ne la dénature pas et ne génère pas d’oxydation.