GUIDE PRATIQUE ILLUSTRÉ & RYTHME QUOTIDIEN • COFFRET 3

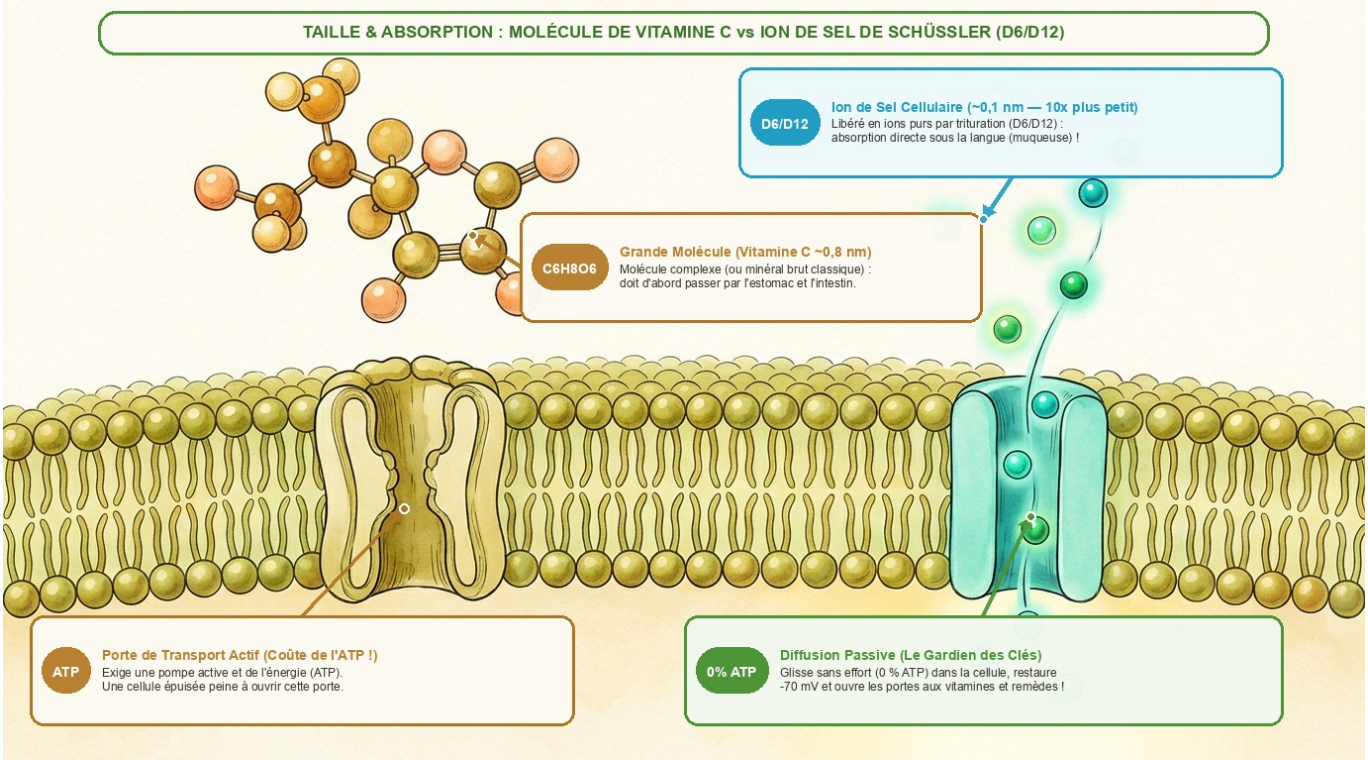
« Articulations Souples & Cartilage » à la Table de Cuisine

Les 5 clés biochimiques (N° 1, 2, 8, 9 & 11) pour l'arthrose (cervicale, genoux), les tendons & le collagène

CHAPITRE 1 — Le Secret de la Porte Cellulaire : Grande Molécule vs Ion de Sel Libre

Pourquoi une cellule épuisée refuse les minéraux bruts mais accueille les ions D6/D12 avec 0 % d'énergie

L'arthrose (notamment l'arthrose cervicale, lombaire ou des genoux) n'est pas une simple usure mécanique inévitable, mais un processus biologique actif : le cartilage se déshydrate comme une éponge sèche, les acides métaboliques (acide urique) rongent la matrice et forment des dépôts calcaires (ostéophytes), et la synthèse du collagène ralentit. Ce coffret 5-en-1 agit précisément sur chacune de ces causes profondes.



Les Gardiens des Clés : Pourquoi Vitamines et Sels de Schüssler Sont Complémentaires

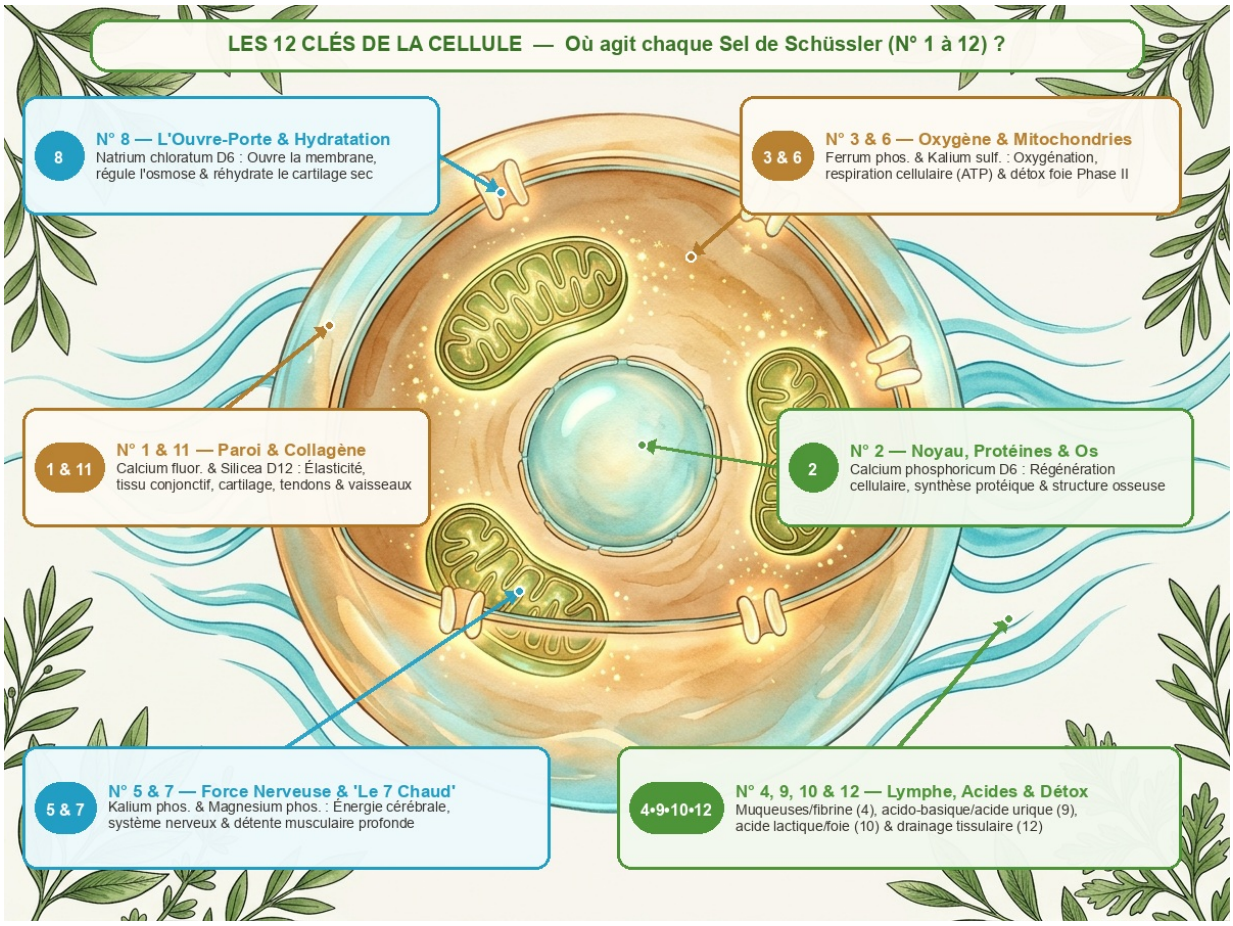
• Une grande molécule organique (comme la Vitamine C C6H8O6 d'environ 0,8 nm ou un minéral brut classique) est 10 à 20 fois plus volumineuse qu'un ion libre. Elle doit d'abord traverser l'estomac et l'intestin et exige une pompe active consommant de l'énergie (ATP) pour entrer dans la cellule.

• Un Sel de Schüssler (D6/D12) est libéré par trituration en ions individuels chargés (~0,1 nm). Dès que le comprimé fond sous la langue, ces ions microscopiques traversent la muqueuse buccale et glissent par diffusion passive (0 % d'ATP requis !) directement dans la cellule.

• Partenaires et non concurrents : Les sels cellulaires ne remplacent pas vos vitamines, ils sont les 'gardiens des clés'. Ils restaurent le potentiel électrique (-70 mV) de l'intérieur et ouvrent les portes cellulaires afin que les grandes molécules (Vitamine C, Magnésium, Curcumine) soient enfin pleinement assimilées !

CHAPITRE 2 — Les Cinq Clés Spécifiques de Votre Coffret & Leur Action dans la Cellule

Chaque flacon remplit une mission biochimique précise dans et autour de la cellule



N° 8

Natrium chloratum D6 — Le Réhydratant du Cartilage ('L'Éponge Sèche')

Le cartilage et les disques intervertébraux sont composés à 80 % d'eau et n'ont pas de vaisseaux sanguins. Le N° 8 dirige l'eau directement au cœur du cartilage sec pour regonfler ce coussin amortisseur.

N° 9

Natrium phosphoricum D6 — Le Désacidifiant Articulaire (Anti-Acide Urique & Ostéophytes)

Neutralise l'acidité et les cristaux d'acide urique dans les articulations, aidant à prévenir les dépôts anarchiques de calcium ('becs de perroquet' ou ostéophytes) sur le bord des vertèbres.

N° 1

Calcium fluoratum D12 — L'Artisan de la Souplesse (Tendons, Ligaments & Disques)

Redonne leur élasticité naturelle aux capsules articulaires, aux tendons, aux ligaments et aux disques intervertébraux rigidifiés.

N° 11

Silicea D12 — L'Architecte du Collagène (Silice pour le Cartilage & les Os)
Stimule les cellules du cartilage (chondrocytes) à tisser de nouvelles fibres de collagène solides et souples pour les articulations, les tendons et la peau.

N° 2

Calcium phosphoricum D6 — Le Bâtisseur Osseux
Veille à ce que le calcium soit solidement intégré à l'intérieur de la trame osseuse tout en apaisant les tensions musculaires autour de l'articulation.

CHAPITRE 3 — Comment Utiliser Ce Coffret au Quotidien ? (3 Méthodes Simples)

1. Faire fondre sous la langue (Méthode classique) : Placez les comprimés sous la langue et laissez-les fondre doucement sans les croquer ni les avaler d'un trait. L'absorption se fait directement par les capillaires de la muqueuse buccale (idéalement 10 à 15 minutes en dehors des repas).
2. Le Thermos de la Table de Cuisine ('La Gorgée d'Or' — Très pratique) : Le matin, dissolvez la dose journalière complète des 5 flacons (2 à 3 comprimés de chaque = 10 à 15 comprimés au total) dans un demi-litre d'eau tiède (idéalement de l'eau cohérente Analemma). Buvez par petites gorgées tout au long de la journée en gardant chaque gorgée 5 à 10 secondes en bouche.
3. Règle d'Or Importante : N'utilisez jamais de cuillère en métal pour mélanger les sels dissous ; privilégiez une cuillère en bois, en verre ou en plastique afin de préserver la charge ionique subtile.

Astuce Complémentaire en Cas de Raideur Cervicale ou d'Échauffement

En cas d'échauffement inflammatoire aigu ou de forte contracture des trapèzes comprimant les vertèbres cervicales, vous pouvez associer ce coffret à un flacon individuel du N° 3 (Ferrum phosphoricum D6 contre la friction) ou du N° 7 ('Le 7 Chaud' le soir).

Synergie Naturelle avec Nos Autres Produits Articulations

Ce coffret agit en parfaite synergie avec : 1) le Bore Élémentaire Ionique Vitals (régule le calcium articulaire), 2) Vitals Boswellia-AF AprèsFlex® ou MCP Reuma (freine l'enzyme MMP-3 qui dégrade le cartilage), 3) la Vitamine C Liposomale (indispensable au collagène) et 4) la Tige Analemma.

Information importante (Avertissement) : Nous n'avons pas de formation médicale et n'établissons aucun diagnostic ni plan de traitement médical. Nous partageons uniquement des informations issues de notre base de données à titre éducatif. Les sels de Schüssler sont 100 % compatibles avec les traitements médicaux et les anticoagulants. En cas de doute, consultez toujours un médecin.

FICHE PRATIQUE — VOTRE RYTHME QUOTIDIEN IMPRIMABLE POUR LA CUISINE

Imprimez cette page et placez-la près de vos 5 flacons dans votre cuisine

Moment	Quels Numéros ?	Posologie	Action biochimique à ce moment
Matin (07h00 - 09h00)	**N° 1 + N° 8**	2 comp. N° 1 + 2 comp. N° 8	Apaise la raideur matinale : réhydrate 'l'éponge cartilagineuse sèche' (N° 8) et assouplit les tendons et ligaments (N° 1)
Midi (12h00 - 15h00)	**N° 2**	2 à 3 comp. du N° 2	Renforce la structure osseuse et soutient la régénération des tissus autour des vertèbres et articulations.
Soir / Nuit	**N° 9 + N° 11**	2 comp. N° 9 + 2 comp. N° 11	Pendant la nuit, le N° 9 désacidifie l'articulation (contre l'acide urique) et le N° 11 reconstruit les fibres de collagène.



Mémo Rapide à la Table de Cuisine :

1. Cure Découverte (5x 120 comprimés = 600 comp.) : Idéal pour 4 à 6 semaines d'utilisation quotidienne.
2. Cure Complète (5x 360 comprimés = 1 800 comp.) : Idéal pour 3 à 4 mois de régénération continue.
3. Buvez suffisamment d'eau pure (idéalement de l'eau cohérente Analemma) pour accompagner le travail des sels cellulaires.
4. Réassort de flacons individuels : Dans votre Portail Client Privé (naturotheek.nl/fr/espace-client-prive/), vous pouvez commander chaque numéro à l'unité (N° 1 à 12) avec remise automatique dès 5 flacons (55 € ou 99 €) !