



L'accumulation des toxines dans le corps affecte négativement et intensément les organes, et une simple détoxification par les pieds peut aider à éliminer entièrement et efficacement toutes les toxines du corps.

Ingrédients :

- 1,5 litre d'eau chaude
- 10 gouttes d'huile essentielle de citron
- 3 cuillères à soupe de sel de mer
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

Dans un bassin verser 1.5 litre d'eau chaude et 10 gouttes d'huile essentielle de citron.

Mélanger bien et prendre un bain de pieds pendant 10 minutes.

Ajouter le sel de mer et masser les pieds qui sont toujours dans l'eau pendant 10 minutes.

Retirer les pieds du bain et les couvrir avec une serviette pendant 10 minutes.

Rincez les pieds avec de l'eau froide ou tiède.

Badigeonner les pieds avec l'huile d'olive.

Vous pouvez faire cela deux fois par jour : au lever et avant de se coucher.