

## SUITE DE L'ÉPIDÉMIE : LA PREMIERE PRÉCAUTION OUBLIÉE

Vous êtes littéralement bombardés de messages « officiels » rappelant les risques du coronavirus et la nécessité de se protéger avec les gestes barrières. Evidemment qu'ils sont nécessaires !

Il est par contre assez incroyable de constater une omission durable de nos « savants » : le premier rempart à construire, c'est celui de nos **défenses immunitaires**. Pourtant une simple question de bon sens.

On sait aujourd'hui que les facteurs contribuant à permettre le développement de ce vilain virus dans notre corps sont nombreux. Mais il y a un facteur déterminant : la faiblesse de nos défenses immunitaires avec, en première exposition, l'âge mais...pas que !

La mauvaise hygiène de vie en commençant par l'alimentation est malheureusement déterminante. Les carences en vitamines essentielles, à commencer par la vitamine D3, sont avérées, particulièrement dans les pays dits « développés ». Les effroyables statistiques concernant la pandémie aux Etats-Unis devraient pourtant interpeller. La « malbouffe » y est reine et constitue probablement une première explication, même si ce n'est pas la seule.

On oublie souvent de dire également que la prise indispensable de vitamine D consomme beaucoup de magnésium à l'occasion de sa métabolisation. Une cure d'accompagnement est vivement conseillée d'autant plus que la carence en magnésium ne se détecte pas avec une prise de sang, ce nutriment étant principalement stocké dans les os et les muscles.

Il y a de nombreuses autres conditions à remplir pour être au top de la protection afin d'éliminer en préalable le Covid-19, et ceci avant de faire jouer les gestes barrières. Ces habitudes sont simples mais oh combien protectrices !

Plutôt que de subir en permanence des messages anxigènes, eux aussi destructeurs de l'immunité avec toutes les émotions toxiques qu'ils génèrent, faites une petite révision rapide :

- Consultez l'interview sur la chaine GWENNOLINE TV en cliquant sur le lien suivant : <https://www.youtube.com/watch?v=K49Q-GoqDGw>
- Relisez le support détaillé conçu à cette occasion. Il vous suffit simplement de le demander à l'adresse mail suivante : [contact@intelemotion.fr](mailto:contact@intelemotion.fr) . Il vous sera adressé gracieusement.

Vous voilà équipé pour gérer la suite en toute sérénité en prenant soin de vous avec des comportements simples et peu onéreux.

---