



Très chers amis,

De nos jours, notre mode de vie moderne, avec l'utilisation fréquente de la télévision, des ordinateurs, des voitures, des téléphones portables, etc., entraîne une surcharge en ions positifs et en radicaux libres dans notre corps.

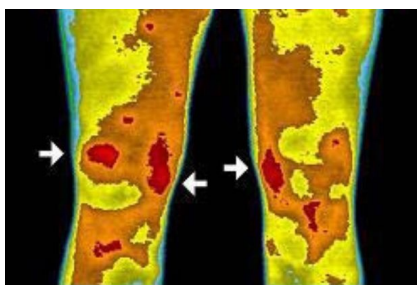
Cette pollution électromagnétique **perturbe profondément notre organisme** aux niveaux moléculaires, cellulaires, biochimiques et physiologiques, provoquant un phénomène connu sous le nom de *stress oxydatif*.

Le stress oxydatif se produit lorsque les radicaux libres en **excès**, qui sont des molécules instables et toxiques, perturbent l'équilibre naturel de notre corps. Notre système immunitaire les considère comme **des agents pathogènes** et déclenche une réponse inflammatoire pour tenter de les éliminer.

Cependant, si la concentration de radicaux libres est trop élevée et que les mécanismes de détoxification sont insuffisants, le système immunitaire reste constamment en alerte, entraînant ce que l'on appelle **l'inflammation chronique**.

Cet état inflammatoire prolongé peut avoir des conséquences néfastes sur notre santé et notre bien-être.

Voici ce que cela donne en image :



C'est une inflammation des jambes vue selon l'imagerie infrarouge. Les caméras à imagerie thermique enregistrent d'infimes changements dans la température de la peau pour établir une carte en couleur. Les zones où la température est anormalement élevée signalent une inflammation.

Mais, comment limiter cette inflammation ?

Et, si je vous disais que le secret du bien-être se trouvait juste là, sous nos pieds ?

Et, si marcher pieds nus était bon pour nous ?

Saugrenu...

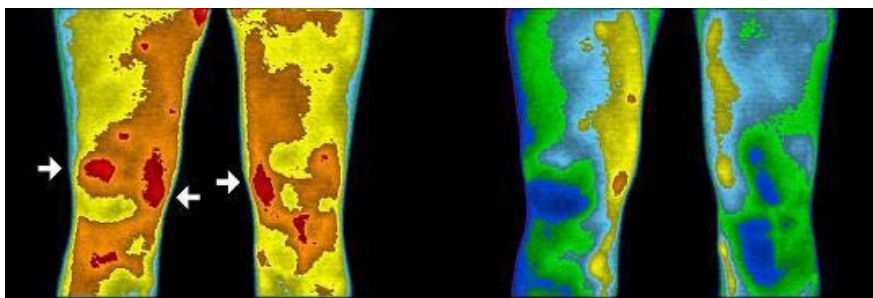
...pourtant marcher pieds nus sur les sols naturels (ou conducteurs), a de multiples bienfaits sur notre corps, encore méconnus !

UNE MÉTHODE SIMPLE ET 100% NATURELLE QUI A FAIT SES PREUVES

Cette pratique porte un nom, le "earthing" ou encore le "grounding", qui signifie en français, la mise à la terre.

L'objectif de se reconnecter à la Terre, c'est de pouvoir profiter des flux d'énergie et d'informations qu'elle nous transmet. La mise à la terre permet de se recharger en ions négatifs et en électrons libres, les fameux électrons manquants du stress oxydatif.

Regardez à présent l'évolution après seulement **30 minutes** de mise à la terre



Nous pouvons constater **une forte réduction de l'inflammation chronique.**

Spectaculaire, non !?

Et la liste des bienfaits ne s'arrête pas seulement à l'inflammation...

Ce qu'il faut retenir, c'est que cette pratique bien-être est **accessible à tous.**

Alors, je vous invite à oser, osez vous déchausser, vous mettre pieds nus. Soyez libre de marcher, de vous assoir ou de vous allonger dans l'herbe de votre jardin ou d'un parc. Faites une promenade sur le sable chaud de la plage en vacances, une séance de 20 à 30 minutes suffit, mais si le cœur vous en dit cela peut être plus...

Depuis l'ère de l'industrialisation, les évolutions de notre mode de vie nous ont progressivement déconnectés de la terre.

Alors n'attendez plus pour synchroniser votre corps aux rythmes naturels de la terre...

Dans ma prochaine lettre, je vous parlerai des dispositifs qui existent pour pratiquer le earthing même quand marcher pieds nus n'est pas possible.



Frédéric GANA

Frédéric GANA
Co-fondateur et PDG de Navoti

Ps : Pour en savoir plus sur le earthing, vous pouvez lire un article sur le sujet en [cliquant ici](#) ou encore voir une vidéo



Suivez-nous sur nos réseaux sociaux



Copyright © 2023 NAVOTI SAS, Tous droits réservés.
Pour nous contacter : contact@navoti.info
NAVOTI SAS, ZA POLAXIS, AVENUE DE BOULNAY
NEUILLE PONT PIERRE 37360, France

Vous recevez notre lettre d'information par e-mail sur votre adresse

"{{ contact.EMAIL }}"

Vous pouvez limiter les communications que vous recevez en cliquant ci-dessous...

- - -

Pas envie de lire d'autres messages sur le earthing ?

[Cliquez ici](#) et vous n'en recevrez plus

- - -

Si vous ne souhaitez plus recevoir nos messages :

[cliquez ici pour vous désinscrire définitivement](#)