

## A PROPOSITO DI SEMINARIO DI ALIMENTAZIONE E DISINTOSSICAZIONE...

Eccomi qui,

Da aprile, quando ho finito il mio primo programma di disintossicazione del dott. Hort, non ho usato ancora una volta il cortisone e io ho 3+++ all'acaro della polvere!

Ho perso ben 15 kg e sono quasi tornata quella di prima! E visto che mi sento così in forma, ho deciso anche di curare la mia alimentazione. Da mesi oramai non mangio più carne, ma moltissimo pesce e alimenti integrali, tofu e soia sono ora ingredienti quotidiani della mia cucina! E a gennaio ripeterò la cura (di disintossicazione)! Grazie di cuore! Una bacio, F.