

PROTÉGER ET ACTIVER

Corps en évolution





Allo!!

Moi c'est Alexandra et je soutiens les corps des femmes piliers et des femmes en évolution.

Avec plus de 12 ans de travail dans le domaine de la santé, de la nutrition et du bien-être, mes expériences m'ont amenées à suivre ma mission d'aider les femmes à restaurer leur vitalité mais en plus activer profondément la régénération de leur corps et de tout ce qu'elles sont.



Protéger nos corps

D'anciennes civilisations où les consciences étaient plus élevées, pouvaient se régénérer et vivre très vieux. Mais...

Nous avons perdu ces codes dans notre ADN au cours de plusieurs milliers d'années, dû à la régression de notre connexion consciente à l'univers et à la création.

Ces codes perdus de la vitalité et de la santé sont maintenant vitaux à la survie des humains.

Parce que plus nous élevons à nouveau notre conscience, plus nous redevons connectées et intuitives et plus nous devenons sensibles au monde physique.

Un monde industriel qui nous met en contact avec de plus en plus de poisons et de toxines.

Un culture toxique qui nous rend malade et vieillit prématurément

Alors quoi faire?

On apprend à protéger nos corps, faire de meilleurs choix, reconnecter à la sagesse de la nature et activer notre ADN vitalité.

Je t'invite à te référer à mon document maison sans toxique pour des pistes de solutions pour la maison et l'alimentation faible en toxines.



Fondations des protection

Eau de qualité

L'eau est la matrice de notre corps. Toutes nos cellules et nos organes baignent dans l'eau. Il est donc primordiale de boire de l'eau de qualité.

1. **Filtrée avec des systèmes efficaces** (J'aime la compagnie Santevia) ou eau de source (meilleure eau qu'on peut choisir).
2. **Cohérente et structurée** (mettre l'eau au soleil entre 30 minutes et 2 heures)
3. **Reminéralisée**. Les minéraux permet la conduction du courant électrique, augmente l'hydratation, améliore la formation d'énergie cellulaire. Avant de prendre toute sortes de suppléments, je recommande les minéraux et l'eau de qualité.

J'utilise la compagnie [Aussie Trace Minerals](#)

Code : Alexandraeduc10 pour 10%

Pour aller beaucoup plus en profondeur je t'invite à écouter mon épisode de podcast sur l'eau.[ici](#)



Fondations des protection

Lumière naturelle

La lumière naturelle est extrêmement importante pour toutes les fonctions du corps.

La lumière du soleil qui traverse les récepteurs des yeux à long terme permet de mieux protéger le corps contre les effets délétère du soleil.

Le soleil permet aussi d'harmoniser les courbes de cortisol et de mélatonine des hormones primordiales à notre santé.

Une courbe de cortisol avec son pic normal à midi diminue les stress dans le corps ce qui permet de réguler la perte de minéraux, l'inflammation, et le métabolisme (digestions et utilisation des gras et protéines). La connexion au soleil améliore aussi la production de mélatonine naturelle qui supporte la réparation cellulaire et la détox la nuit.

Toutes des fonctions impériales pour protéger le corps contre les toxines dans l'environnement.

Comment l'intégrer au quotidien?

Aller dehors pour voir la lumière du levé du soleil (entre 5 et 20 minutes) entre le levé et 2 heures suivant le levé.

Aller dehors sur l'heure du dîner pour faire le plein d'UVA (essentiels à la santé).

Aller dehors pour voir les fréquences du coucher du soleil (entre 5 à 20 minutes).



Fondations des protection

Lumière naturelle

Une fois le soleil couché

Tamiser les lumières

Mettre les lumières oranges,
allumer des bougies,
éteindre les écrans (lumière bleue inconnue au corps)

Profiter des heures avant le coucher pour ne pas manger et se détendre.

Dans le but d'encourager le métabolisme naturel de la mélatonine.
Extrêmement protecteur pour la santé du cerveau et la santé cellulaire.

Lunettes orange

Pour celles qui souffrent d'inflammation, de surpoids, de problème de sommeil,
je recommande de mettre des lunettes protectrices orange dès le coucher du
soleil.

Pour encore davantage soutenir l'harmonisation des systèmes.

J'ai celles-ci que j'adore!

Block blue light glasses

Code Alexandraeduc pour 10%

Pour en savoir plus sur l'importance et la
puissance de la lumière du soleil, je t'invite à
écouter [cet épisode de podcast](#)



Hydrogène moléculaire

Le futur de la santé



L'hydrogène moléculaire est la molécule créatrice de l'univers.

C'est une molécule extrêmement puissante et étudiée en profondeur depuis des années. Mais ce n'est que depuis récemment qu'il existe des bouteilles portables qui permettent de créer de l'hydrogène moléculaire à partir de l'eau et de façon sécuritaire.

Créer l'hydrogène à partir de l'électrolyse de l'eau est un procédé sale et qui émet dans l'eau différents polluants comme des métaux lourds.

On veut oui de l'hydrogène, mais aussi de l'eau propre! La compagnie Lumivita a été capable de créer une membrane spéciale qui garde l'eau propre sans contact avec les déchets de l'électrolyse.

C'est une révolution parce que l'hydrogène moléculaire peut maintenant entrer dans la vie des familles facilement.

L'hydrogène moléculaire

Protège des radiations et ondes électro-magnétiques

Protège des radicaux libre

Hydrate profondément au niveau cellulaire et augmente l'énergie créée dans les mitochondries.

Est hautement anti-inflammatoire.

Supporte tous les systèmes et métabolismes du corps.

Et plus encore!

Hydrogène moléculaire

Le futur de la santé



Protéger et supporter le corps de tous les membres de la famille n'a jamais été aussi simple et tout en un.

L'hydrogène moléculaire n'a pas de contre-indication, de quantité limite et peut être utilisée sans danger pour toute la famille et même les animaux et les plantes.

[Retrouve les informations ici sur l'hydrogène moléculaire et le vaisseau de vitalité de Lumivitaé.](#)

Tu peux aussi me rejoindre sur [Instagram](#) ou [Facebook](#) pour tes questions.

Activer l'ADN luminescent dormant



Comme humaines, nous avons 2 brins d'ADN physiques et 10 brins d'ADN éthériques (luminescent).

Notre ADN physique a perdu des informations au cours des derniers millénaires que nous avons besoin de réactiver.

Nous avons aussi besoin de réintégrer dans notre corps toute la mémoire de notre ADN luminescent. C'est cet ADN qui nous permet de faire grandir nos cadeaux uniques, de nous rappeler de notre pouvoir et de notre connexion à l'univers en plus de créer notre propre réalité aligné avec notre coeur.

C'est vraiment puissant.

Comme réharmoniser le corps tout en réintégrant notre essence unique?

J'accompagne les femmes avec Fréquence Origine et les bains de fréquences.

BodyJoy



Bodyjoy me permet de connecter au corps de mes clientes pour aller directement activer, libérer, harmoniser ou ancrer ce qui a besoin de l'être. C'est un soin à distance, hyper précis et hautement transformateur.

Je connecte avec les mémoires, les traumatismes et les émotions cristallisées dans le corps pour leur permettre d'être transmutes en énergie créative, d'amour et de joie.

Le corps me guide aussi à choisir des supports (aliments, fleurs, mouvement, routine) pour accélérer l'alchimie.

Tu as ainsi davantage la capacité d'intégrer ta vraie essence (ADN luminescent) et de répondre plus facilement à ce qui est présent dans ta vie.

Te sentir pleine de vie, moins de symptômes physique et un champ électro-magnétique

[Pour en savoir plus ou réserver ton soin c'est ici.](#)



Bain de fréquences

J'offre des bains de fréquences de groupe afin de faciliter l'harmonisation et l'intégration de son ADN de lumière en faisant de l'espace énergétique et en intégrant de nouveaux schémas dans le corps.

Chaque bain de fréquences est différents selon ce que je reçois dans le moment, avec de la musique alignées et du langage de lumière pour supporter encore plus au niveau cellulaire.

Pour ne rien manquer des prochains bains de fréquences je t'invite à t'inscrire gratuitement à [mon inner circle ici](#)

Je t'invite à écouter mon épisode de podcast sur ta Fréquence Origine ici pour aller plus en profondeur sur le sujet.

Tu es une masterpiece

Tu as envie d'un accompagnement approfondi afin de remettre ton corps en pleine forme, de te sentir remplie d'énergie et de vitalité, de patience et de confiance tout le temps?

Rejoins-moi pour mon accompagnement de 8 semaines **Masterpiece**.

Pour celles prêtes à réintégrer toutes les parties d'elles-mêmes, alchimiser ce qui est prêt à être libéré et retrouver vitalité dans leur corps.

Écris-moi pour les détails :
info@alexandraleduc.com



Restons connectées

Si tu as envie de t'inspirer de délicieuses recettes, de mes partages, mes vidéos, mes ateliers et mes épisodes de podcast ne manque rien en t'abonnant ici!

[Inner Circle](#)

TOUS DROITS RÉSERVÉS ALEXANDRA LEDUC 2024

WWW.ALEXANDRALEDUC.COM