

# Filtration de l'eau

## L'eau alcaline vivante pour un corps en santé

L'eau de notre garderie est munie d'un système de filtration par osmose inversée.

Une alimentation saine commence avec une bonne hydratation.

Le corps humain est composé d'environ 70% d'eau qui est aussi le même pourcentage d'eau sur notre planète. L'eau est le plus important nutriment dont nous avons besoin, et est souvent celui qui est remplacé par le lait et le jus commercial. Par conséquent, l'eau est souvent négligée dans une alimentation saine quotidienne.

L'eau est un conducteur dans tous les processus de vie; allant du nettoyage du corps, la régénération de cellules jusqu'à la guérison de tissus. Un corps déshydraté peut avoir comme symptômes des maux de têtes, des crampes intestinales, la constipation, la peau sèche, et l'épaississement de nos fluides (sang et lymph) et crée un déséquilibre général dans le corps.



## L'eau est essentielle et bénéfique :

- L'Eau alcalinise le corps.
- L'Eau maintient la circulation de nos fluides (le sang et la lymphe).
- L'Eau nettoie les tissus de l'organisme et collecte les déchets métaboliques/cellulaires.
- L'Eau aide à nourrir nos cellules en transportant les minéraux et les vitamines dans le sang.
- L'Eau aide à éliminer l'acidité et la toxicité accumulée dans nos tissus.
- L'Eau lubrifie nos articulations, yeux, bouche et tissus du corps.
- L'Eau aide à la fonction du système circulatoire d'une façon optimale, surtout en nourrissant le cerveau, en poussant et en s'écoulant vers le haut contre la gravité.
- L'Eau est essentielle pour les réactions enzymatiques et biochimiques qui se produisent à chaque seconde dans notre système.
- L'Eau aide le corps et le cerveau à stimuler et maintenir leur énergie.

Pourtant, plusieurs parmi nous sommes déshydratés sans même le savoir, car toutes les boissons et même toutes les eaux n'ont pas le même pouvoir hydratant au niveau cellulaire.

