

# ARGILE EXTERNE

## 1) Préparation d'un cataplasme:

Nous avons besoin de: un saladier en bois, en verre ou en céramique. Une cuillère en bois. Un sac d'argile granulée Argiletz 3 kg et de l'eau minérale.



Déposer la quantité d'argile nécessaire au fond du saladier:



Couvrir avec 2 cm d'eau.



Laisser reposer au moins 1 heure.

Mélanger vigoureusement jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et homogène.



## 2) Application du cataplasme.

Délimiter la zone douloureuse:



Appliquer l'argile en abondance.



Recouvrir avec du papier à cuisine.



Envelopper avec un torchon.



Laisser agir au moins 1h et demi.

### **3) Nettoyage du cataplasme.**

Ouvrir doucement le torchon, enlever l'argile à l'aide du papier de cuisine et la jeter dans la poubelle organique.



Rincer abondamment à l'aide d'un gant de toilette où directement sous la douche (l'argile ne bouche pas les évacuations ni les canalisations).



Une fois le traitement terminé, vous pouvez appliquer une huile végétale écologique pour rendre à la peau son hydratation et prolonger les effets de l'argile.

Si la douleur persiste, vous pouvez recommencer le cataplasme sans attendre.

L'argile étant une matière totalement naturelle, elle ne provoque ni effet secondaire, ni allergie, ni réaction. On ne peut pas non plus faire d'overdose. L'argile est respectueuse avec le corps humain, c'est une médecine intelligente. Ce que répare l'argile ne revient pas !

**« La seule chose dont l'argile à besoin pour vous soigner, c'est  
un peu de votre temps »**