



UN MODE DE VIE
RENOUVELÉ

Désinflammation,
détox des métaux
lourds, libération
des parasites,
rééquilibrage
digestif.

Jeûne guidé,
rééducation
alimentaire et
émotionnelle.

FABIANA LIEVRE



Un mode de vie renouvelé

Programme complet de régénération naturelle: désinflammation, détox des métaux lourds, libération des parasites, rééquilibrage digestif, jeûne guidé et rééducation alimentaire et émotionnelle.

FEVRIER 2024

ÉDITION MISE À JOUR EN
SEPTEMBRE 2025

FABIANA LIEVRE

Avertissement Important

Le programme ne doit pas être suivi par les femmes enceintes, les femmes allaitantes, les enfants de moins de 14 ans et les personnes atteintes de maladies graves ou en phase aiguë.

Tous droits réservés à Fabiana Barroso Pereira

ISBN :9798265311801

Ne peut être vendu ou distribué sans autorisation.



Index

D.D.D.70

Le problème des habitudes modernes

La surcharge des organes de détoxification

Génétique et Epigénétique

La vision intégrale de la santé

L'objectif du DDD70

Comprendre vos problèmes

Digestion, assimilation et élimination

Parasites

Metaux Lourds

Inflammation Chronique

Emotions et corps

Les organes de détoxification

Le protocole en pratique

Phase 1 - Préparer

Phase 2 - Nettoyage

Phase 3 - Équilibrer et Nourrir

Le jeûne

L'alimentation

Résumé

Reeducação emocional

l'activité physique

Le sommeil

Maintenance

Résumé Visuel

Liste de courses



FABIANA LIEVRE

Thérapeute intégratif
CRTP4678
Orthomoléculaire,
Naturopathie, PNL

La simplicité et la clarté sont essentielles pour prendre soin de sa santé avec autonomie et responsabilité.

En naturopathie, on considère que c'est le terrain qui compte plus que le microbe : un corps enflammé, intoxiqué ou affaibli perd sa capacité de défense. Le DDD70 Détox Total a été conçu pour reconstruire ce terrain et redonner au corps son équilibre naturel.

Ce parcours vous invite à revoir votre relation avec l'alimentation, avec votre corps et avec vos habitudes. Inspiré de mon expérience en technologie — **où l'on doit comprendre un système avant de le modifier** —, il applique le même principe au corps humain : comprendre pour mieux choisir.

- ✨ La détox, c'est un nouveau départ.
- ✨ Le mode de vie, c'est la continuité.
- ✨ Ensemble, ils apportent liberté et autonomie.

Le DDD70 n'est pas seulement un programme, mais une méthode de vie : un outil pour s'ajuster à chaque étape et protéger ce qui soutient votre existence.



DDD70 DÉTOX TOTAL

UN MODE DE VIE RENOUVELÉ

Le DDD70 Détox Total est un programme complet de régénération et de maintien de la santé.

Son objectif n'est pas de traiter une maladie spécifique, mais de restaurer le bon fonctionnement de l'organisme et de créer les conditions favorables pour qu'il réponde mieux — aussi bien en prévention qu'en accompagnement de traitements en cours.

Cette méthode agit sur les bases de la santé, souvent négligées lorsque l'attention se porte uniquement sur les symptômes.

Ces derniers, lorsqu'ils ne sont pas traités à leur origine, ont tendance à s'accumuler et à prolonger le déséquilibre.

En travaillant de manière intégrale — corps physique, mental, émotionnel et énergétique — le DDD70 rétablit le terrain interne, renforce les fonctions vitales et favorise des résultats durables.

Plus qu'un protocole, c'est une philosophie de vie qui redonne clarté, équilibre et vitalité.



Le protocole a pour objectifs :

- Réduire l'inflammation, pour alléger la charge du corps et restaurer ses défenses naturelles.
- Détoxifier les métaux lourds, qui perturbent le métabolisme et bloquent les fonctions cellulaires.
- Éliminer les parasites, qui consomment nutriments et énergie, affaiblissant l'immunité.
- Rééduquer l'alimentation et le mode de vie, en réinstallant des habitudes simples et durables.
- Soutenir les organes d'élimination (foie, reins, intestins, peau), essentiels à tout processus de récupération.

En d'autres termes, le DDD70 ne se limite pas à une détox : il réorganise le terrain biologique et fonctionnel de l'organisme.

Un corps qui fonctionne bien devient plus adaptable, plus réactif aux soins, capable de se régénérer et de retrouver une vitalité durable.