

## Bienfaits

Cette fiche vous révèle les multiples usages que vous pouvez faire de votre eau ionisée Prime Water.

### Eau alcaline hautement ionisée: pH 11,0 +

L'eau alcaline hautement ionisée est utile pour nettoyer et préparer les aliments :

- Préparation des aliments:** Lave les légumes et les fruits. Cette eau va débarrasser les pesticides de vos fruits et légumes.
- Nettoyage:** Nettoie les planches à découper, les plaques de cuisson. Puissante pour nettoyer le gras et la saleté incrustée.
- Enlèvement des tâches:** Supprime les tâches de café, de sauce et d'huile avec facilité.
- Plats:** Utilisez moins de détergent lorsque vous lavez les plats à la main. Économisez sur les factures d'eau, car seulement un tiers de la quantité habituelle d'eau est adéquat pour savonner et rincer avec un détergent.

### Eau alcaline: pH 8,0 ~ 10,0

Pour boire, préparation des aliments, arrosage des plantes, le maintien de la santé :

- Boire:** Vous pouvez boire de l'eau alcaline tous les jours selon vos besoins. L'eau alcaline fait partie d'un régime alimentaire sain. Nous vous conseillons de commencer avec un pH 8 pour débiter. Au bout de quelques jours, vous pouvez augmenter le pH. Il est préférable de ne pas dépasser le pH 9,5. A l'heure des repas, il est conseillé de boire jusqu'à une 1 heure avant un repas et de reprendre seulement 1 heure après. Pendant le repas si vous avez envie de boire, prenez plutôt de l'eau à pH 7.
- Bien-être:** Grâce à l'utilisation continue, la tendance acide de votre corps peut être progressivement corrigée.
- Préparation des aliments:** Nettoie les légumes et les poissons. Améliore la saveur des légumes (carotte, chou, brocoli...) en les faisant préalablement bouillir dans de l'eau alcaline ionisée. Vous utiliserez ainsi moins de condiments et de sel dans votre alimentation.
- Riz:** Utilisez de l'eau alcaline ionisée pour le lavage et la cuisson du riz. Votre riz sera moelleux.
- Thé, café:** Vous serez surpris de l'intensité de l'arôme. Utilisez moins de thé et café.
- Soupes et ragoûts:** l'eau alcaline ionisée augmente la saveur des ingrédients et les rend plus tendres et juteux. Par conséquent, moins d'assaisonnement comme le sel et la sauce de soja sont nécessaires. Cette eau est conseillée pour les personnes qui veulent réduire leur consommation de sel.
- Plantes:** Arrosez les plantes et les fleurs. L'eau alcaline ionisée stimule la vie des plantes. L'eau alcaline ionisée avec un pH de 9,0 peut également rétablir la santé des plantes malades. L'eau alcaline ionisée stimule la germination et améliore le développement de l'ensemencement.
- Animaux:** Donnez-leur de l'eau purifiée. Tout comme les humains, les animaux ne devraient pas boire d'eau alcaline moins d'une heure avant les repas et pendant les repas. Attendre une heure après les repas pour lui en redonner.
- Artisanat:** Excellent pour la teinture des tissus, ainsi que d'autres projets artisanaux. Vous allez adorer les couleurs vives obtenues en utilisant cette eau.

### Eau purifiée: pH 7,0

Libre de chlore et d'impuretés. L'eau propre est une eau délicieuse. Enfants: Utilisez de l'eau purifiée avec un pH de 7,0 lorsque vous préparez des aliments pour bébé.

### Eau acide pH 4,0 ~ 6,0

-  **Soin du visage:** Les propriétés astringentes de l'eau acide sont efficaces pour tonifier et raffermir votre peau. Cette eau est également excellente à la place d'un après-rasage.
-  **Soins des cheveux:** Utilisez cette eau pour se rincer les cheveux après le shampooing. Réduit les enchevêtrements ennuyeux et leur redonne de l'éclat.
-  **Soins pour animaux de compagnie:** Vaporisez votre animal avec cette eau et brossez ensuite pour obtenir une fourrure douce et brillante. Idéal pour le toilettage de votre animal de compagnie!
-  **Rinçage du linge à main :** les rincer à l'eau acide adoucit vos vêtements.
-  **Cuisson des féculents :** Les haricots rouges, les lentilles et autres vont cuire à la perfection. L'eau acide va diminuer le temps de cuisson!
-  **Friture:** les frites seront belles et croustillantes si vous le rincez dans de l'eau acide avant de frire.  
Aliments surgelés: Vaporisez les aliments avec de l'eau acide lors de la congélation afin que la nourriture, y compris le poisson et les crevettes, ne perde pas son goût lorsqu'il est décongelé.
-  **Tâches:** Pour enlever les tâches, la saleté et la graisse, laissez tremper dans l'eau pendant 24 heures.
-  **Plats:** Les plats et les verres sortent étincelants.
-  **Polissage:** miroirs, lunettes, objets en verre et des fenêtres retrouvent leur éclat.
-  **Nettoyage de la maison:** Enlève la saleté des planchers en bois, des carreaux de céramique, etc... sans laisser de résidus collants.