

## RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES



### Compteur électrique dans l'appartement, vers les fusibles

Ouvre et dépose la plaquette, si possible, contre les fusibles.

Si cela n'est pas possible, scotche la plaquette contre l'intérieur de la porte et referme de manière que la plaquette touche les fusibles (touche l'électricité de la maison).

**Allume toutes les lumières de la maison et laisse agir 20 à 30 minutes.**



### Modem, enceinte bluetooth

Dépose la plaquette sur le modem, laisse agir 20 à 30 minutes.

Le nettoyage se fera à travers les ondes du wifi et du modem.



### Harmonise ton Eau

Dépose un vaporisateur en plastique rempli d'eau du robinet que tu déposes sur ta plaquette durant 10 à 20 minutes puis tu sprays sprays :

- Tout ton corps (tous tes chakras, tes auras)
- Ta maison
- Tes plantes (tu peux aussi coller la plaquette directement contre ta plante qui ne va pas bien)
- Tes objets (tes pierres, bracelets, etc.)
- Tes médicaments

Bref tout ce qui a besoin d'être chargé en positif, nettoyé, purifié, monté en énergie, tout ce qui est en vibration basse/noire.



### Durant la sieste

Dépose la plaquette sur différents chakra (nombril, ventre, plexus, coeur, sommet de ta tête, coccyx (chakra racine), etc.

### Si tu ne peux pas porter la plaquette sur toi

Dépose une goutte de ton sang sur un bout de papier que tu déposes sur ta plaquette durant 12h à 24h



### Douche

Mets ta plaquette dans un sachet hermétique (ou dans une protection contre l'eau comme pour ton portable) et tiens le pommeau de douche avec la plaquette



### Bains

Déverse de l'eau harmonisée dans ton bain

### Ménage

Utilise de l'eau harmonisée pour nettoyer tes sols



### Ambiance lourde en allant te coucher

Dépose ta plaquette sous ton oreiller

**TA PLAQUETTE NE TE QUITTE JAMAIS, tu la prends le plus souvent possible avec toi, dans la poche de ta veste, dans ton sac à mains, sur ton bureau mais fais attention à ne pas te la faire voler. Elle n'a pas besoin d'être nettoyée, elle est transmissible et durable à vie**