



Sommeil

Voici un remède efficace: *eschscholtzia californica*

- 1) Il existe soit en homéopathie à prendre en dilution 9 ch, 5 granules le soir loin du repas*
- 2) Ou en teinture mère: 100 gouttes, soit deux pressions

*Si ce remède homéopathique ne suffit pas, rajouter en plus 5 granules de *ignatia amara* en 9 ch

Une photocopie du labyrinthe d'Amiens sous le lit fonctionne bien !