The background features a vibrant, abstract design with flowing, ribbon-like shapes in shades of orange, red, and yellow at the top. Scattered throughout are various colored spheres (blue, purple, orange, red) and thick, curved lines in pink, purple, and blue, creating a dynamic and colorful environment.

**С чего начать  
оздоровление тела  
взрослого и ребенка?**

## **Почему вообще организм болеет?**

Самая первая причина – это застойная энергия в теле, как бы это странно не звучало. Но человек создан в мире для того, чтобы пропускать энергию и заземлять её через реализацию своего потенциала. И если он этого не делает, то начинает болеть.

От нереализованного потенциала человек болеет и стареет, так как находится в стрессе.

## **Почему же дети тогда болеют? Они ведь живут и радуются?**

Маленькие дети считывают состояние мамы и поэтому болеют, ведь мама в стрессе.

А более взрослые дети уже сами начинают испытывать страхи, не реализуются и начинают болеть.

Но заземление энергии и жизнь в реализации своего потенциала – это отдельная тема, если вам нужна помощь в этом, напишите мне в личные сообщения.

**А мы продолжим.**

## **Почему еще болеет тело?**

Мы не умеем его эксплуатировать правильно. Мы не соблюдаем режим дня и за детьми тоже часто в этом не следим. Соответственно, нервная система не восстанавливается, организм изнашивается – иммунитет ослабевает, начинает чаще подхватывать вирусы, бактерии.

Когда иммунитет ослабевает, при попадании в организм паразитов, грибковых спор, начинается их активное размножение и сильная интоксикация, что ведет к еще большему снижению иммунитета и новым болезням.

## **Что еще?**

Еще мы не получаем из пищи всех необходимых веществ. Наш организм находится в дефицитах. Мы и наши дети питаются почти «мертвой» пищей из магазина, где толком нет ни витаминов, ни полноценного нужного нам белка. И что происходит – иммунитет снижается и начинается то, о чем мы уже говорили выше.

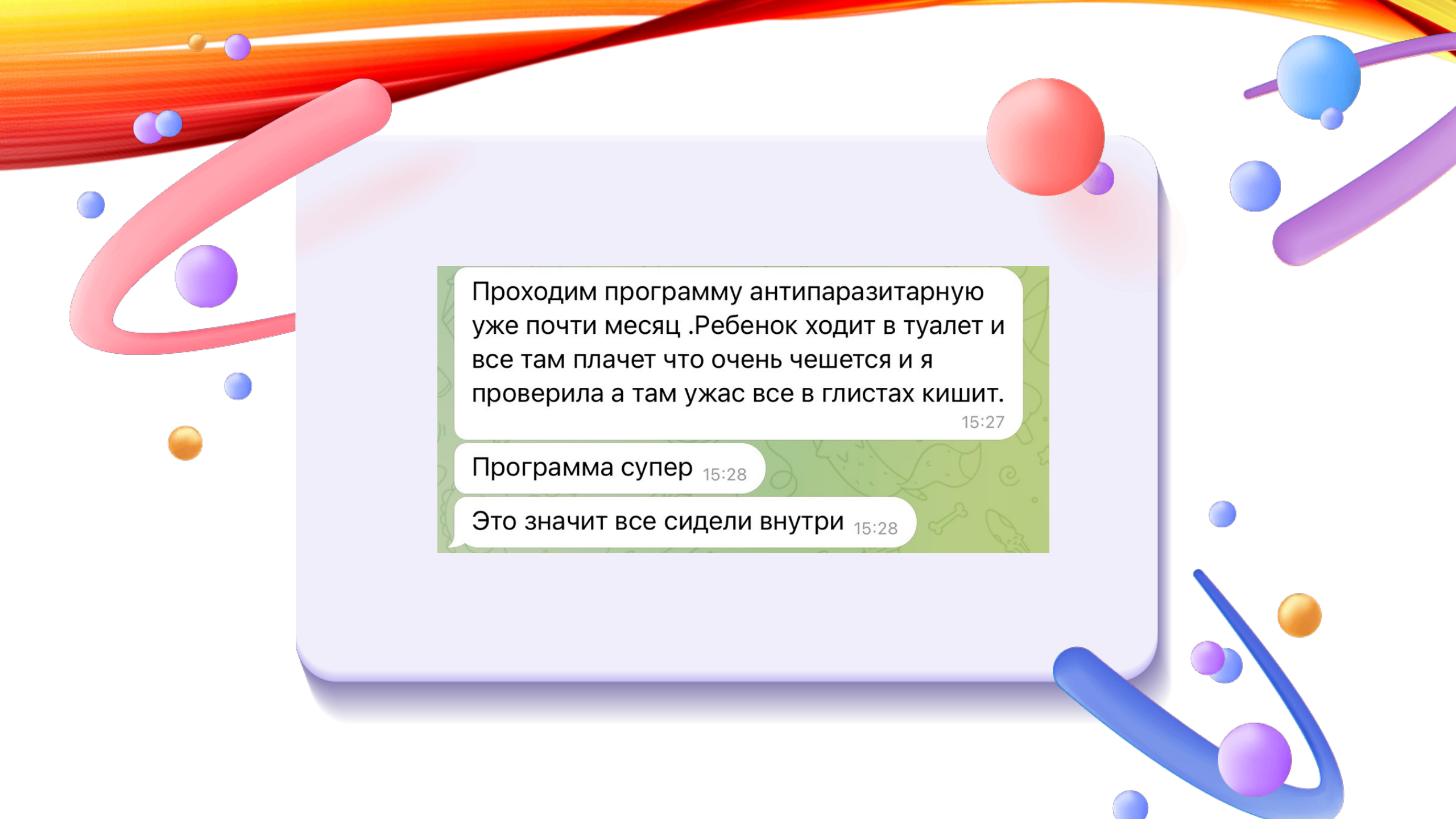
## **С чего же начать оздоровление при любом состоянии здоровья?**

Так как наше тело состоит из воды на 70-80 %, то мы начинаем его промывать.

1. Подключаем воду с минералами. Вода из-под крана не подходит, она лишена необходимых минералов и микроэлементов. Мы добавляем в воду коралловый кальций. Пить минимум 30 мл на 1 кг веса тела – учиться пить по крайней мере
2. Пропить минимум месяц растительные ферменты (не синтетические), которые восстановят собственные ферменты, не замещая их
3. Если есть запоры, то начать восстанавливать перистальтику кишечника – добавить люцерну в капсулах или растение в таблетках – каскара саграда

Где взять такие средства, напишите мне, подскажу. Важно, чтобы дозировки были по стандарту, тогда пить сможете по инструкции.

Получается и у ребенка и у взрослого схема одна, которую я написала выше. Это подготовка организма к следующему этапу. А следующим этапом должен стать этап антипаразитарный.



Проходим программу антипаразитарную уже почти месяц .Ребенок ходит в туалет и все там плачет что очень чешется и я проверила а там ужас все в глистах кишит.

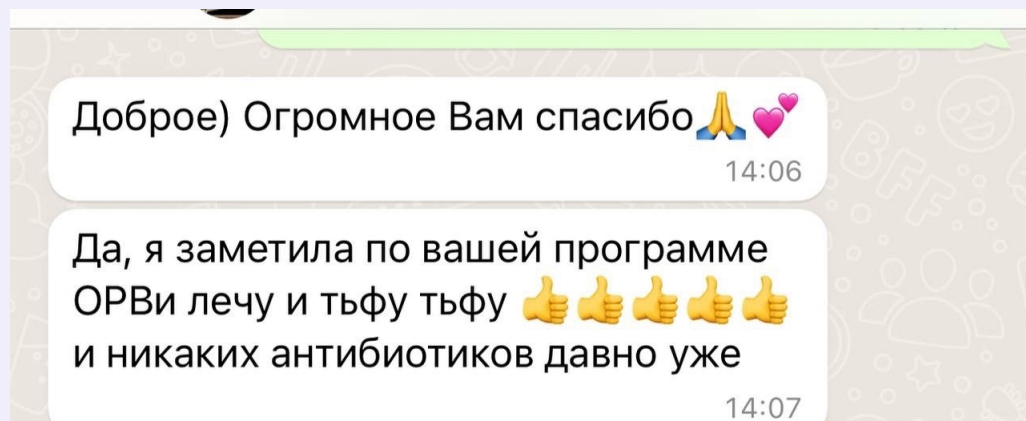
15:27

Программа супер 15:28

Это значит все сидели внутри 15:28

## Почему антипаразитарный этап важен?

Потому что даже если вы считаете, что у ребенка нет паразитов, то они могут быть. И они могут быть причиной серьезных проблем по здоровью и сниженного иммунитета.



Полные антипаразитарные программы взрослые и детские находятся в наших методичках.

## **Что делать с питанием?**

Многие боятся, что придется садиться на жесткие диеты, особенно детям.

Но если вы хотите, чтобы организм действительно был здоровым и долго вам служил, нужно научиться нормально его кормить постоянно. Не лишь бы чем, а тем, что ему требуется. Это должно стать образом жизни.

**Телу нужен белок** – рыба, мясо, творог

**Жиры** – сливочное масло, растительные масла

**Сложные углеводы** – каши и крупы долгой варки

**Ему нужна клетчатка** – в каждом основном приеме пищи зелень и сырые овощи – сколько сможете съесть (желательно, чтобы овощей было больше в 2 раза, чем другой пищи).

**Нужны ягоды и фрукты** – в них много витаминов

**Не нужны** – печеньки с сахаром и любая кондитерка (иногда все можно, но не каждый день). Заменяйте на полезные сладости – фруктовая пастила, батончики протеиновые без сахара, сейчас продают множество сладостей на стевии, шоколад без сахара. Всегда можно найти замену, сейчас это не составляет труда.

## **Нужно ли пить витамины постоянно?**

К сожалению, сейчас без баночек никуда. Как мы уже поговорили выше, пища в любом случае обеднена питательными веществами для наших клеток.

### **Поэтому на постоянной основе необходимо пить:**

1. Комплексные витамины (лучше с биофлавоноидами) – для работы всего организма
2. Кальций + магний в одной баночке в форме хелат – для нервной системы, для ЖКТ, для многих процессов в теле
3. Омега – 3 для мембран клеток
4. Лецитин - для мозга, печени и мембран клеток
5. Аминокислоты – мы состоим полностью из них

Где брать витамины, напишите мне, пришлю информацию.

Я надеюсь, что информация Вам была полезна, если да, то отметьте меня сторис, вам придет за это подарок 😊



**Если Вам нужна детская или взрослая программа по ЖКТ и печени** с антипаразитарным этапом, то для вас они в течение 7 дней после получения этой методички – 1590 р вместо 3990 р – за обе (детская и взрослая). Или каждая по 990 р вместо 1990 р.

**Личная программа в течение 7 дней** – 5000 р вместо 9990 р (здесь я составляю программу под ваше состояние здоровья, учитывая результаты анализов и ваши цели)

*Если вам нужна информация по приобретению средств или есть другие вопросы, пишите мне в whatsapp или телеграмм +79133734052*

*С Уважением, Марина*