Wiosenne porządki

Kończy się zima. Z nachodzącą wiosną zaczynamy coraz częściej myśleć o generalnych porządkach w domu. A co z naszym organizmem?

On również wymaga wiosennych porządków. W okresie zimowym mniej się ruszaliśmy, więcej jedliśmy no i proszę są efekty. Od marca Fitness Cluby zaludniają się osobami które chcą cos zrobić dla siebie. Ruch to za mało. Należy również pomyśleć o oczyszczaniu organizmu. Sposobem, który najczęściej polecamy naszym pacjentom w Akademii Zdrowia Dan-Wit jest „Mikstura oczyszczająca" i picie równocześnie herbaty z łusek gryki „Virumin".

Mikstura oczyszczająca to składniki: aloes, oliwa z oliwek i sok z cytryny. Aloes kupujemy w sklepie zielarskim lub ze zdrową żywnością. Oliwa z oliwek jest powszechnie dostępna, podobnie jak sok wyciśnięty ze świeżej cytryny.

Aloes rozcieńczamy przegotowaną schłodzoną wodą w stosunku 1 do 1.

Porcję mikstury przygotowujemy codziennie wieczorem. Do filiżanki wlewamy 1 łyżkę rozcieńczonego aloesu, 1 łyżkę oliwy z oliwek i 1 łyżkę wyciśniętego soku z cytryny. Przykrywamy spodeczkiem i zostawiamy na noc. Rano wypijamy miksturę na czczo. Śniadanie zjadamy po 30 – 40 minutach od wypicia mikstury. Działa ona na nasz przewód pokarmowy oczyszczająco, goi drobne stany zapalne śluzówki, przywraca równowagę bakterii probiotycznych, reguluje wypróżnienia. Ma jeszcze jedną ważną zaletę - na pewno nam nie zaszkodzi. Możemy ja sporządzać i stosować w domu. Nie jest kuracja kosztowną.

Autorem mikstury jest Józef Słonecki. W Akademii Zdrowia Dan-Wit można zakupić książkę Józefa Słoneckiego (cena 5 zł.) pt: „Mikstura oczyszczająca przeciwko chorobom XXI wieku", w której autor dokładnie opisuje sposób przeprowadzenia kuracji leczniczo-oczyszczającej.

Drugim elementem kuracji porządkującej nasz organizm jest herbata ziołowa Virumin. Picie jednej szklanki dziennie poprawia przemianę materii, reguluje poziom cukru we krwi, wspomaga odchudzanie. Można ją również zakupić w Akademii Zdrowia Dan-Wit. Virumin to duża naturalna dawka rutyny, witamin i minerałów, która decyduje o elastyczności i szczelności naczyń krwionośnych (żylaki, pękające naczynia krwionośne, nadciśnienie). Obecność w herbacie aż sześciu różnych

flawonoidów (antyoksydantów) to skuteczna, potężna broń w walce z wolnymi rodnikami, związkami chemicznymi i toksynami w naszym organizmie.

Więc drogi czytelniku – do dzieła!

Zdrowie jest naszym najcenniejszym majątkiem i dobrem. Mądry człowiek powinien starać się sam dbać o swoje zdrowie na tyle, na ile jest to możliwe.

Danuta Jarmołowicz
jd@danwit.pl