

MENTENANȚA SĂNĂTĂȚII

Ce este mentenanța ?

- Mentenanța = totalitatea operațiilor de întreținere efectuate pentru buna funcționare în timp și la parametri optimi a unui sistem sau echipament (asigurarea fiabilității lui), întreținere făcută în special pentru prevenirea apariției defectelor.

Despre mentenanța

- Exemple de echipamente la care facem mentenanța :
 - Masini industriale
 - Autovehicule
 - Electrocasnice

Ce facem in primul rand la aceste echipamente :

Asiguram parametri de functionare ceruti de producator : tensiune electrica, aer, apa, etc... iar apoi respectam planul de intretinere din **manualul echipamentului** : verificari periodice, lubrefieri, pe scurt mentenanța.



Ce faceti la autovehiculul Dvs

- Alimentati cu carburant adecvat
- Revizie tehnica periodica
- Schimbati periodic distributia
- Schimbati periodic filtrele
- Verificati ca toate furtunele sa nu fie sparte
- Verificati functionarea corecta a luminilor
- Pe scurt : Aveti grija de masina Dvs, respectati planul de mentenanta expus in manualul masinii



Care credeți ca este cel mai complex
echipament ?

??????????



Cel mai complex echipament este
cea mai minunata creație a naturii

Corpul uman

Corpul nostru – este dotat cu o imensa inteligenta

- Inima bate de 100.000 ori in 24 de ore si pompeaza 523 milioane litri de sange in numai 50 de ani. Acest sistem de pompare are capacitatea sa lucreze timp indelungat, fara sa sara o singura bataie.
- In sange sunt produse intr-o singura secunda 7 mii de miliarde de celule noi.
- Aceasta masina genereaza o temperatura constanta de 37 grade C.
- Cel mai mare organ al corpului este pielea, formata din peste 4 milioane de pori si care actioneaza ca sistemul de racire al unei masini.
- Sistemele digestive si metabolice au abilitatea remarcabila de a transforma mancarea in sange proaspat, structura osoasa si celulara.
- Plamanii furnizeaza sangelui oxigenul de care are nevoie.
- Sistemul osos complex furnizeaza structura de rezistenta a corpului, pentru sustinere si deplasare
- Creierul, culmea perfectiunii in organismul uman, este format din 25 de milioane de celule, care sunt cele mai dezvoltate.
- Celula este locul unor reactii chimice, mai numeroase decat in toate fabricile din lume luate la un loc.
- Sunt mii de componentii intr-o celula – cromozomi, gene, mitocondrii, enzime, hormoni, aminoacizi etc. (**microuniversul**).



Cand ne nastem, venim insotiti de un manual si instructiuni de folosinta ?

Nu, invatam pe parcurs din educatia primita si experientele proprii dar nu constientizam ca sanatatea este responsabilitatea noastra



Ce se întâmplă astăzi, acum

- Suntem asaltati de alimente toxice
 - Suntem asaltati de ganduri si relatii toxice
 - Atentia noastra este solicitata in permanenta , mintea noastra este in actiune tot timpul
 - Comunicam si folosim in exces telefoanele mobile, accesoriile bluetooth, mesajele, emailurile, faxurile
 - Suntem extrem de ocupati tot timpul, dorim sa avem cariere de succes, familie implinita, sa crestem copii minunati, sa ne cladim case frumoase
 - Suntem stresati si obositi petrecandu-ne viata planificand, muncind in exces si vrand sa fim cei mai buni in meseria noastra
 - Suntem atenti in exterior tot timpul, suntem tot timpul fara timp
 - Gandim permanent, de foarte multe ori negativ, distructiv, cu teama, neproductiv
-
- **Suntem prinsi fara sa ne dam seama intr-un “Matrix toxic”**



Ce le facem corpurilor noastre

- Nimeni nu ne invata sa ne alimentam doar cu ce este bun si sa inlaturam din noi ceea ce este rau
 - Alimentam de foarte multe ori cu 'carburant' gresit (bauturi carbogazoase, sucuri cu zahar, cafea, alcool..)
 - Ne lipsim corpurile de o verificare periodica a sanatatii , verificare ce ar putea ajuta sa prevenim o eventuala boala
 - Nu intelegem importanta metabolismului corect al corpului
- Pe scurt **NU LE ACORDAM ATENTIE**

Care sunt urmarile ?

- In timp ce noi gandim neproductiv si ne facem o multime de griji corpurile noastre sufera si incep sa cedeze chiar sub ochii nostri
- La inceput ne anunta prin diferite simptome dar noi le punem pe seama unor factori trecatori
- Apoi vedem ca :
 - ne ingrasam,
 - suntem alergici
 - ne imbolnavim mai usor
 - suntem constipati
 - ne cedeaza articulatiile
 - etc

Noi nu intelegem !!!

Corpurile noastre ne implora
sa le acordam atentie !!!



Ce nu conștientizăm ?

Nu suntem deloc constienti de
CORPURILE NOASTRE



Ce va propun ?

Constientizati-va corpul, considerati-l o masina care va poarta in fiecare zi.

- **Faceti mentenanta acestei masini-corp**

Ce se intamplă ?

- Dat fiind faptul ca traim intr-un Matrix toxic, corpurile noastre sunt afectate, acum mai mult ca niciodata, de toxine si reziduuri.
- Aceste toxine provin din factori de mediu, stres si alimentatie necorespunzatoare :
 - carnea de porc, brânzeturi => acid sulfuric (afecteaza discurile intervertebrale) si acid azotic
 - Carne => acid uric (degradare celulara)
 - Lipsa de miscare si respiratie gresita => acid carbonic
 - Stres, frica, deceptii => acid clorhidric (gastrita)
 - Suprasolicitare fizica => acid lactic
 - Dulciurile => acid acetic
 - Ceai negru , cafea => acid tanic si acid clorhidric
 - Fumatul => acid sulfuric
- Pentru a-si apara celulele, organele, glandele si functiile, corpurile noastre se vad obligate sa neutralizeze cat pot de repede acesti acizi si altii in afara lor. Pentru aceasta au nevoie de MINERALE.
- Acizii neutralizati astfel se numesc saruri sau reziduuri (oxalat de calciu, urat de calciu, sulfat de calciu).
- Daca aportul de minerale nu acopera necesarul pentru neutralizarea acizilor, organismele noastre vor recurge la mineralele din dinti, scalp, unghii, piele, oase pentru a rezista acestor atacuri ale acizilor.
- Sa ne ajutam corpurile asigurandu-le necesarul zilnic de MINERALE

Despre colon (intestinul gros)

- Cele mai multe dintre reziduuri se acumuleaza in colon (intestinul gros) care devine astfel o groapa de deseuri a organismului si va afecta sistemul imunitar al corpurilor noastre.
- Dr. Bernard Jensen sustine in ghidul sau pentru detoxifiere intestinala ca 70-80 % din imunitate depinde de buna functionare a colonului si ca ingrijirea colonului este cheia catre sanatate a unei persoane.
- **Acum educatie si nu mai tarziu medicatie.**

Cum apare boala ?

- Mâncând si bând mai mult decât este necesar și decât poate, consumând hrană fără valoare nutritivă și consumând medicamente neadaptate organismului, omul acumuleaza in corpul său o masă de deșeuri (reziduuri) și otrăvuri (toxine) care nemaiputând fi eliminate se indreapta spre principalele organe ale corpului.

Boala este consecința inevitabilă a acestui fapt.

Boala exprima eforturile corpului de a se debarasa de aceste toxine.



Ce este boala ?

- Inseamna - celule , tesuturi, glande si organe afectate de intoxicatii sau reziduuri si rezerve de minerale epuizate
- Acumularile reziduale declanseaza o carenta a mineralelor. Corpul afectat de reziduuri si confruntat cu un deficit de minerale este atat acid din punct de vedere chimic cat si sensibil la paraziti.



Ce este sanatatea ?

- Inseamna - celule , tesuturi, glande si organe neafectate de intoxicatii sau reziduuri si rezerve intacte de minerale
- Rezervele de substante minerale ale organismului sunt :
 - Par si scalp
 - Unghii
 - Piele
 - Oase
 - Vase de sange si artere
 - Cartilagii, capsule si ligamente
 - Sange

Cum mentinem sanatatea ?

- Prin mentinerea caracterului alcalin al mediului intern al corpului nostru
(pH normal sânge = 7,35 usor alcalin)
- De ce din 2 persoane care stau langa o persoana racita, una raceste si ea si una nu ? Pentru ca : **MICROBII SUNT NIMIC, MEDIUL NOSTRU INTERN FACE DIFERENTA**
(mediul intern acid ajuta microbii sa se dezvolte iar mediul alcalin nu ofera conditiile necesare dezvoltarii acestora)
- **SA ALEGEM UN STIL DE VIATA ALCALIN**

Plan de mentenanța sănătății

- **Gândiți pozitiv. Gandurile si emotiile pozitive insanatosesc corpul.**
- **Beti zilnic intre 1l si 2l de apa biologic activa (ionizata alcalina).**
- **Fiți atenți ce și cât mâncați, adică ce introduceți in corp. Mâncarea este necesar să poată fi digerată și să nu se transforme in reziduuri și toxine.**
- **Stabiliți o disciplină in alimentație. Practicați o alimentație adecvată grupei sanguine. Mancarea trebuie sa fie benefica organismului.**
- **Faceți mișcare si exercitii fizice cât mai des**
- **Somn suficient, odihna, respiratie profunda in timpul zilei**
- **Aprovizionati-vă organismul cu vitaminele, mineralele și elementele nutritive de care organismul are nevoie (eventual consult medical)**
- **Întăriți-vă sistemul imunitar**
- **Practicați postul periodic – organismul se va recupera**
- **Curatati-va organismul de aceste toxine si reziduuri, de paraziți, prin cure de detoxificare și eliminări prin transpirație (saună, sport, băi fierbinți ...)**

De ce gandirea pozitiva ajuta ?

Corpul executa planul conceput de minte

- Credeti ca aceasta masina a fost lasata fara mecanismul controlului greutatii sau al sanatatii ? Nu ! Este de neconceput. Acesta se afla in corpul omului, de la nastere.
- Sanatatea este dreptul dumneavoastra dobandit la nastere si, fiind supraponderal sau subponderal, nu sunteti sanatos.
- Ca orice proces ce se desfasoara mecanic in corp, si tendinta corpului de a fi perfect este justificata.
- Aveti incredere in dumneavoastra ! Puteti sa va schimbati corpul si sa va insanatositi schimbandu-va modul in care ganditi despre el.
- Ca sa fiti sanatos, trebuie sa incepeti sa credeti ca sunteti sanatos.
- Fiecare celula a corpului dumneavoastra este inzestrata cu o inteligenta incredibila, care asteapta instructiuni pozitive.

De ce apa ionizata alcalina, de ce aparatul Aquarion ?



Ceea ce il face deosebit ca si aparat este proprietatea unica de a descompune apa in apa acida si alcalina.

Beneficiile apei alcaline:

- foarte bun antioxidant prin legarea si inlaturarea radicalilor liberi
- efect anti-imbatranire
- activarea si intarirea sistemului imunitar
- actioneaza impotriva acidozei, prin procesul de alcalinizare
- este un energizant la toate nivelele functionale ale organismului si in aportul de ioni negativi liberi, fara efecte secundare.
- curata vasele de sange cu cel putin 30% mai eficient.
- este un bun detoxifiant al organismului, manifestat la nivelul fiecarui organ. Dupa cateva luni de utilizare se poate constata o stare generala de bine.





Beneficii Aquarion

- **Apa ionizata** are proprietatea de a contine de doua-trei ori mai mult oxigen in comparatie cu apa de la robinet. Astfel, apa ionizata si alcalina restabileste pH-ul ideal. Aducand de trei ori mai mult oxigen la organe, asigura o functionare mult mai buna in special a creierului.
- **Aquarionul si cristalele de apa.**
- In mod normal apa este formata din 11-16 molecule/cluster.
- Apa ionizata are 5-8 molecule/cluster.
- Apa care contine clusterii de marime mica are avantajul de a asigura o mai buna hidratare datorita patrunderii prin celule de 6 ori mai eficienta.
- Forma si culoarea cristalelor de apa este data de calitatea sa din punct de vedere energetic si fizic. O apa impura cristalizeaza greu si sumbru. O apa purificata de reziduuri creeaza la cristalizare forme hexagonale.
- **De ce este unic Aquarionul:**
 - pentru ca descompune dimensiunea clusterilor de apa
 - pentru ionizarea apei
 - filtrarea apei este la fel de importanta
 - oxigeneaza apa

De ce alimentatie corespunzatoare grupei sanguine ?

- Intre sangele nostru si alimentele pe care le consumam se produce o reactie chimica care are ca rezultat furnizarea energiei pentru corpurile noastre.
- In alimente exista anumite proteine (abundente si diverse) numite **lectine** care au proprietati aglutinante care afecteaza sangele. Atunci cand mancati un aliment ce contine lectine incompatibile cu antigenul grupei dvs sanguine, acestea tintesc asupra unui organ (creier, rinichi, ficat, stomac,...) si incep sa lipeasca unele de altele celulele sanguine in zona respectiva. Celulele se aglomereaza si astfel sunt identificate de sistemul imunitar drept elemente straine invadatoare, fiind tintite cu anticorpi spre a fi distruse.
- Sistemul imunitar slabeste lasand teren fertil pentru aparitia unor boli si/sau alergii.
- **Solutia este sa incercam sa mancam cat mai putin alimente care contin lectine incompatibile cu grupa noastra sanguina.**

De ce vitamine si minerale ?

- Intre sangele nostru si alimentele pe care le consumam se produce o reactie chimica care are ca rezultat furnizarea energiei pentru corpurile noastre.
- Daca alimentele nu contin o cantitate minima necesara de nutrienti pentru sustinerea acestor reactii chimice , corpurile noastre vor cere din ce in ce mai multa mancare pentru asigurarea acestui necesar minim, surplus pe care vor trebui sa-l proceseze si sa-l stocheze sub forma de grasimi in zone mai departate de organele vitale.
- Iata de ce este necesara sustinerea acestor reactii chimice prin aportul de vitamine, minerale si alte enzime in scopul asigurarii energiei si sanatatii depline a organismului nostru.
- **NOI NU TRAIM DIN VITAMINE, MINERALE SI ENZIME, CI DIN ENERGIA FURNIZATA DE REACTIILE CHIMICE PE CARE LE ALIMENTEAZA ACESTE.**

Despre tumori maligne si vitamine si minerale

- In 1931 dr. Otto Warburg a descoperit ca aparitia celulelor maligne presupune, fara exceptie, doua conditii de baza : **prea mult acid in tesuturi** (din consumul unor alimente care produc mult acid : zahar, carnuri, lactate, conservanti, coloranti, medicamente, aspartam ...) si **insuficient oxigen**.
- Warburg a cercetat mult asupra vitaminelor, mineralelor, si a altor nutrienti. El a descoperit ca acestea ajuta celulele sa foloseasca oxigenul cu mai multa eficacitatea. Astazi stim ca vitaminele si mineralele sunt absolut necesare pentru ca **enzimele sa poata functiona**. Cand avem un deficit de nutrienti, ne afecteaza abilitatea celulelor de a folosi oxigen si de a produce energie. Preferabil sa ne luam majoritatea nutrientilor din mancare. Insa si suplimentele ne vor ajuta.



De ce exercitii fizice ?

- Imbunatatesc starea de spirit, reduc stresul si depresiile
- Combat bolile cronice cum ar fi hipertensiunea, imbunatatesc circulatia sangvina , regleaza colesterolul
- Ajuta la mentinerea controlului asupra greutatii
- Intaresc inima si plamanii
- Oferă un somn linistit. Dacă aveți probleme cu somnul, încercați să faceți sport în cursul după-amiezii.
- Măresc fluxul de sange către creier, aducând oxigen și nutrienți. Se oprește micșorarea creierului odată cu îmbătrânirea.
- Pot fi distractive dacă sunt făcute în echipă

Ce mai puteți face ?

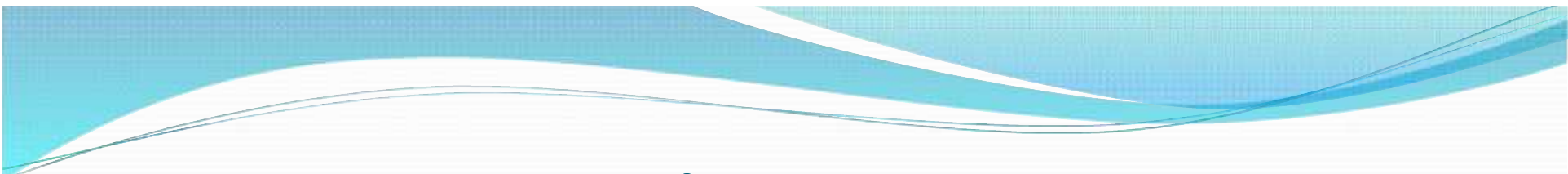
- Rugaciune zilnica.
- Beti ceai verde si / sau ceaiuri de plante.
- Dimineata la trezire beti 500 ml apa calda cu zeama de lamaie pentru curatarea intestinelor si alcalinizarea organismului.
- Nu mancati nimic intre orele 18 – 06 sau 19 -07
- Dimineata –fructe (eventual masa lichida); pranz – masa solida ; seara – legume (eventual masa lichida)
- Perierea pielii, dusuri scotiene, sauna
- Reflexoterapie, masaj
- Râdeti
- Lubrefiati-va intestinele (2 liguri de ulei de masline cu 3 picaturi lamaie / lingura in fiecare seara, inainte de culcare)
- Scrieti un jurnal zilnic. Notati experientele alimentare de peste zi.
- Mancati un catel de usturoi pe zi
- Cititi, dansati, cantati, gasiti-va timp pentru ce va place.
- Folosiți principiile 6/7 si 90/10



Principiul 6 / 7

Trăiește cumpătat
6 zile pe saptamana

Fă-ți de cap, permite-ți unele excese
1 zi pe saptamana



Principiul 90 / 10

- 10 % din evenimentele ce ni se intampla nu le putem controla (ploaia, timpul, etc)
- 90 % din viata noastra este decisa de modul in care reactionam la evenimente
- Sa folosim energia si timpul pentru a rezolva problemele si nu pentru a ne ingrijora si stresa.
- Absolut tot ceea ce facem, ce gandim si ce suntem se va intoarce la noi si va deveni realitatea noastra, construita de noi insine.

Bibliografie

- Alimentatia adecvata celor 4 grupe sanguine - Peter J. D Adamo, Catherine Whitney
- Sanatos prin depurare – Peter Jentschura, Josef Lohkamper
- Dieta vietii - Daniel Menrath
- Detox - Program revolutionar autovindecare - Alejandro Junger
- Biblia vitaminelor - Earl Mindell
- Ghid de detoxifiere intestinala - Bernard Jensen
- Second Opinion - Robert Jay Rowen's (despre Otto Warburg)



Cum sa comandati cu 10% mai ieftin (la pret de depozit)

**Beneficiati ACUM de 10% DISCOUNT la Toate Preturile produselor Calivita!
(acest discount se aplica atat primei comenzi, cat si comenzilor ulterioare)
PLUS Livrare Gratuita la prima comanda!**



Puteti beneficia de aceasta Super Promotie si de Pretul Special (de depozit), folosind o **legitimatie pentru reducerea de 10%, reducere care se va aplica automat la orice produs cumparat.**

Este foarte simplu sa primiti o astfel de legitimatie (Card de membru). Cum?

Dati **click aici** (<http://www.calivita.ro/registration/0402201050>)

Urmati pasii, completati formularul si vi se va emite un card de membru, care va deveni activ doar în momentul în care ați pus în coșul de cumpărături produsele/promoția aleasă de dumneavoastră.

Faptul că vi se emite cardul de membru (codul pentru reducere)

NU implică nici o taxa lunară ulterioara sau o alta obligație fiscală din partea dvs.

Plătiți doar contravaloarea produselor Calivita comandate.

Pe viitor, NU sunteți obligati sa dati un anumit numar de comenzi lunar -

Comandati numai CE, CAT si CAND aveti nevoie!



De ce să plătim mai mult dacă avem posibilitatea **să plătim mai puțin (cu 10%)** ?

Calivita ofera **Garantie 100%** produselor sale, cu **drept de returnare in 30 de zile.**

Ele sunt comercializate in intreaga tara inca din 1994.

Toate produsele Calivita au fost avizate de catre FDA (Food and Drug Administration) si GMP (G din SUA. Totodata, ele sunt avizate si de catre Ministerul Sanatatii din Romania.

Intrebari frecvente (FAQ): <http://www.terapii-naturiste.com/ajutor-clienti.htm>





Cum sa comandati cu 10% mai ieftin (la pret de depozit)

Dar asta nu este tot! Dupa inscriere, veti primi **Gratuit Pachetul de Start** care cuprinde:

- **Catalogul** de produse Calivita
- **Ghidul** produselor Calivita
- **DVD** motivational
- Abonament lunar la **Revista CaliNews**
- **Cardul de membru** CaliVita (cu codul dvs pentru reduceri)



In PLUS... **Ca membru Calivita, veti beneficia si de alte avantaje:**

- veti primi produsele direct de la depozitul central Calivita Romania, la cel mai Scazut Pret de Distributie!
- veti primi *consultanta medicala gratuita* la unul din sediile companiei
- veti primi *revista CaliNews* cu informatii de actualitate si utile pentru sanatatea dvs
- veti fi anuntat si veti beneficia de toate Promotiile Calivita
- aveti posibilitatea de a participa la *excursiile si seminariile organizate de firma*
- *veti beneficia de transport GRATIS* prin Curier Rapid sau Posta Romana, in orice colt al tarii



Cadou special! Vetii primi prin email, un link de unde puteti descarca **Gratuit cartea electronica** "Mii de Retete, Remedii si Tratamente Naturale, pentru 300 de Afectiuni, explicate simplu, pe intelesul tuturor. (693 de pagini, in format PDF)

Plus **BONUS** alte 100 de carti electronice (cu peste 10,000 de pagini in total) !

Detalii aici: <http://www.terapii-naturiste.com/carte-electronica-medicina-naturista.h>





Cum sa comandati cu 10% mai ieftin (la pret de depozit)



Daca NU doriti sa completati formularul/sa va inscrieti, pentru a beneficia de toate beneficiile mentionate mai sus, dar vreti totusi **sa obtineti reducerea de 10%** pentru a putea cumpăra produsul/produsele dorite, puteti alege una dintre variantele de mai jos (pe care o considerați ca fiind cea mai avantajoasă pentru dumneavoastră):

- Sunați la **0256.291.219 / 0744.399.819 / 0372.742.360** / spuneți că doriți să comandați pe codul **040 220 1050** (codul pentru cumpărături cu reducere) urmatoarele produse..., apoi spuneți adresa și numele la care să va trimită coletul, modalitatea de trimitere (poșta normala sau curier rapid) si numarul de telefon.
- Trimiteti un **email la adresa posta@calivita.ro**, scrieți că doriți să comandați pe codul **040 220 1050** (codul pentru cumpărături cu reducere) urmatoarele produse..., apoi spuneți adresa și numele la care să se trimită coletul, modalitatea de trimitere (poșta normala sau curier rapid) si numarul de telefon.
- Comandati direct la unul magazinele Calivita din principalele orase ale tarii, furnizand urmatorul **COD DE MEMBRU: 0402201050 - Dan Paunescu**



Lista de magazine: <http://www.terapii-naturiste.com/magazine-Calivita-Romania.htm>

COMANDATI DIRECT IN MAGAZINUL CALIVITA DIN ORASUL DVS.

CODUL DE MEMBRU 040 220 1050 – Dan Paunescu

(Nu uitati sa notati codul de membru in telefon sau pe un biletel si sa il prezentati in magazin pentru a beneficia de produse la cel mai mic pret – pretul de depozit.)



Daca doriti detalii/informatii suplimentare, sau daca doriti sa comandati, va rog sa ma contactati:

Dan Paunescu (Craiova)

<http://www.calivita.ro/registration/0402201050>

Tel: 0727 35 97 97

Email: info@terapii-naturiste.com

<http://www.terapii-naturiste.com/Aquarion-Calivita-Filtru-Ionizator.php>



Promotii si oferte Calivita:

<http://www.terapii-naturiste.com/promotii-oferte-Calivita.php>

Cum devin membru in reseaua Calivita:

<http://www.terapii-naturiste.com/cumpara-mai-ieftin--produse-Calivita.php>

Ce trebuie sa stiu despre afacerea Calivita:

<http://www.terapii-naturiste.com/cum-sa-fac-afacerea-Calivita.php>

Asistenta comenzi

0727 35 97 97



- * numar disponibil in intervalul 12:00-19:00
- * detalii puteti afla triminand intrebarile dvs. la adresa info@terapii-naturiste.com