

PAK ALLE OORZAKEN VAN
GEZONDHEIDSPROBLEMEN
BIJ DE WORTELS AAN
DANKZIJ DEZE GRATIS
TIPS & ADVIEZEN
BROCHURE

VERMOEIDHEID

DARMKLACHTEN

OVERGEWICHT

HOGЕ BLOEDDRUK

DIABETES

AUTO-IMMUUN

COPD

FIBROMYALGIE

ECZEEM

ARTROSE

SPIERPIJN

DEPRESSIE

ASTMA

BRONCHITIS

BURN-OUT

MIGRAINE

SYMPTOMEN

VIRUS
BACTERIE
SCHIMMEL
PARASIE

FOTONEN TEKORT

ELECTROSMOG

SPIN-INVERSIE

LICHTЕ SLAAP

VERZURING

WEINIG DRINKEN

NEGATIEVE ORGONE

OVERBELASTE LEVER

ONTBREKENDE BIORESONANTIE IN HET ENERGIELICHAAM

VERMINDERDE CELCOMMUNICATIE

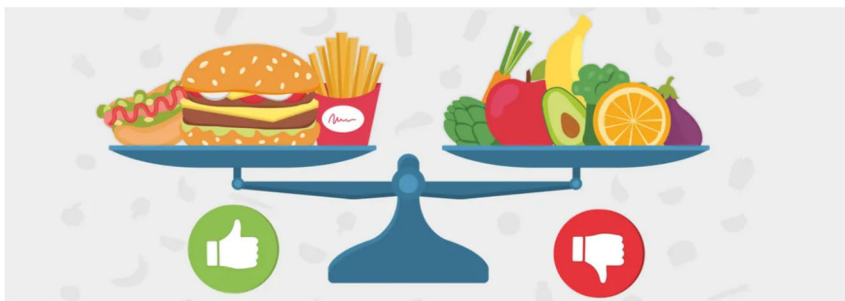
OORZAKEN



**LUISTER OOK EENS ONZE
PODCAST PRESENTATIES OP
BIOENERGIETHERAPIE.NL
OF OP SPOTIFY**

In deze brochure staan onze belangrijkste adviezen voor een gezonde en verantwoorde voedings-, slaap- en leefstijl. Het is NIET noodzakelijk om deze adviezen op te volgen voor een goed behandelresultaat. Onze therapie werkt, hoe dan ook! Wel zullen ze indien opgevolgd uw gezondheid verbeteren.

Zoals we op de voorkant van deze brochure met de boom illustreren, zijn er diverse onderliggende 'oorzaken' van gezondheidsproblemen die we in onze moderne maatschappij ervaren. Wij lossen de gevolgen hiervan op met onze therapie, zoals fotonentekorten, uw spin-inversie en ontbrekende bioresonantie in het lichaam. Ook geven we met de Bio Energetische Bloedtest inzicht in welke organen zwak en sterk zijn zodat we de sterke organen extra aandacht geven. Er is echter een mogelijk deel ziekmakende invloeden die wij niet kunnen veranderen. Dit zijn namelijk de ziekmakende voedings-, slaap- en leefstijl invloeden.

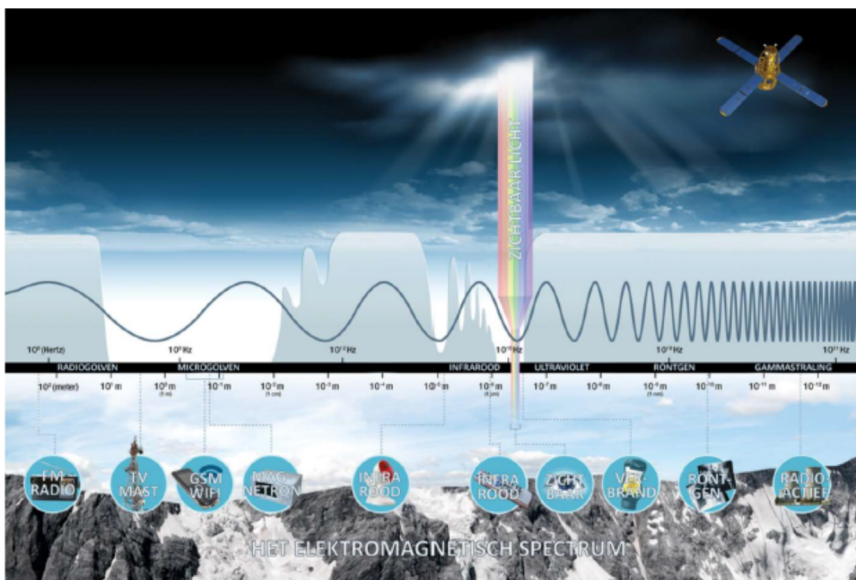


Het is uw eigen verantwoordelijkheid om daar iets aan te veranderen. In deze brochure vindt u de tot op heden veelal onderbelichte 'oorzaken' die de werking van uw zelfgenezend vermogen verminderen en zo indirect klachten en ziekten kunnen bevorderen. Vanaf heden helpt u uzelf enorm door een belangrijk deel van de onderliggende oorzaken te corrigeren met onze therapieën. Uw spin-inversie wordt regelmatig gecorrigeerd, uw biofotonen-tekorten aangevuld en uw lichaam wordt weer afgestemd op de juiste bioresonantie-frequenties. Deze brochure is bedoeld voor wie nog een stap verder dan dit wil gaan. Sommige mensen willen meer veranderingen dan anderen aanbrengen in hun huidige, potentieel ziekmakende gewoonten en leefomstandigheden. Dat is helemaal aan u. Soms zijn hier financiële investeringen voor nodig. Besef: het hoeft niet allemaal in één keer. Neem de tijd die u nodig heeft en begin met de belangrijkste en vaak makkelijkste aanpassingen. Mocht u vragen hebben, stel ze gerust aan Kaj Alexander via: info@herstartjegezondheid.nl.

Elektromagnetische velden

Een van de belangrijkste verbeteringen die u kunt maken is de belasting van onnatuurlijke elektromagnetische velden op het lichaam verminderen. Dit om uw lichaam te ontlasten. Veel mensen zijn zich totaal niet bewust van de overbelasting en negatieve invloeden van verkeerde elektromagnetische velden.

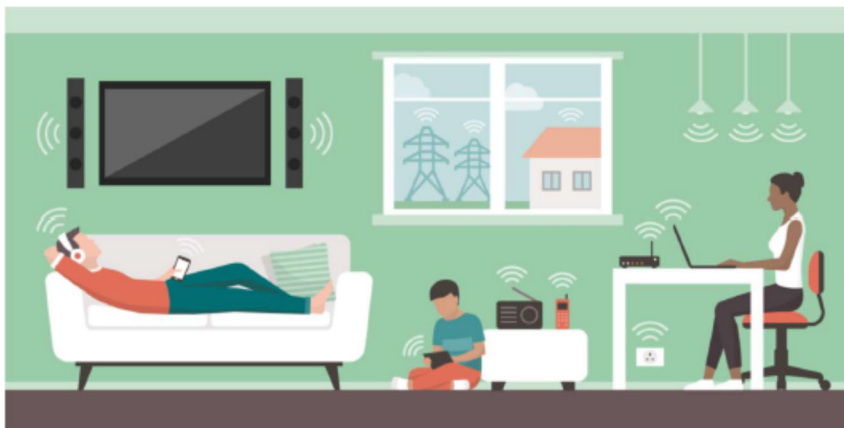
Slechts een heel klein deel van de elektromagnetische golflengten produceren voor de mens zichtbaar licht, wat ook gewoon een elektromagnetisch veld is. De elektromagnetische straling binnen een bepaalde bandbreedte nemen wij dus waar als licht met onze ogen. Maar vóór en na deze licht-bandbreedte zitten golflengten met een snellere of langzamere trilling, zoals radioactieve straling of wifi.



Dat onze ogen de straling buiten het zichtbare licht niet zien, wil niet zeggen dat cellen in ons lichaam er niet gevoelig voor zijn. Dat zijn ze namelijk wel. Evenals alle micro-organismen die in ons lichaam leven. Elk organisme dat leeft op deze aarde is gevoelig voor elektromagnetische 'straling'. Dit gegeven kunnen we gebruiken om genezingsprocessen te stimuleren, maar verkeerde straling kan het vermogen van het lichaam om te genezen ook afremmen.

Er zijn inmiddels duizenden studies die zowel het gevaar als het nut van elektromagnetische velden aantonen. Maar omdat de nadelen niet in het belang zijn van de commerciële industrie, hoort u daar niets over in de media. Al helemaal niet in Nederland. Nederland is een van de meest stralingsdichte landen ter wereld. Dankzij de overheid die het belang van de industrie op de eerste plaats zet in plaats van onze veiligheid.

Frankrijk heeft uit veiligheidsoverwegingen het gebruik van wifi en mobiele telefonie wettelijk verboden op alle basisscholen. Dergelijke maatregelen hoeft u van de Nederlandse overheid niet te verwachten. Daarom geven we als eerste tips om verantwoordelijker om te gaan met veelgebruikte apparaten die de werking van ons lichaam nadelig beïnvloeden.



Wifi

Wat iedereen minimaal zou moeten doen is het internetmodem, dat een wifizender bevat, tijdens de slaap uitschakelen. Als u het echt goed wilt doen, dan zet u hem alleen aan als u daadwerkelijk internet gebruikt. Zet het modem daarna weer uit om de voortdurende belasting van deze elektromagnetische velden te elimineren. Want ook al lijkt wifi onschuldig, dat is het zeker niet.

Verder is het belangrijk om zoveel mogelijk apparaten via netwerkkabels van internet te voorzien en de wifi-zenders van de apparaten uit te schakelen. De wifi-zender op apparaten als smart-tv's, spelcomputers, laptops, printers en televisiekastjes van Ziggo staat vaak 24/7 aan, ook als het apparaat op stand-by staat of als u de wifi nooit gebruikt.

Het is veel beter om zulke apparaten met een internetkabel op uw modem aan te sluiten. Zet de wifi uit via de instellingen in het menu. U wilt uzelf niet blootstellen aan wifi op de momenten waarop u de apparaten niet gebruikt, laat staan de wifi-zenders van apparaten die u überhaupt niet met internet wenst te verbinden.

Wees er ook alert op dat tegenwoordig bijna iedereen een 2e wifi-antenne in het internetmodem heeft die een 'hotspot' creëert voor andere abonnees van uw internetprovider. Deze antenne kunt u zelf niet uitzetten. Dit kan alleen de klantenservice van uw internetprovider. Bel ze op en zeg dat u de hotspot-wifi permanent uitgeschakeld wilt hebben. En wellicht overbodig om te vermelden: gebruik nooit wifi-versterkers.

Feit: alle apparaten met wifi-stralen zenden over het algemeen, zolang de stekker in het stopcontact zit, een wifi-sigitaal uit, 24 uur per dag, 7 dagen per week. Dus nogmaals: ook als het apparaat uitstaat of als u de wifi niet gebruikt. Dit geldt o.a. voor spelcomputers, smart-tv's, draadloze printers, computers, telefoons enz. Zet waar mogelijk de wifi op zulke apparaten via de software permanent uit en gebruik een netwerkkabel.

Overige apparaten

Haal altijd de stekker uit het stopcontact van elektrische apparaten die niet 24/7 aan hoeven staan. U kunt ook draadloos te schakelen stopcontacten aanschaffen die u tussen uw wandstopcontact en veelgebruikte apparatuur zet. U kunt dan eenvoudig met een afstandsbediening de stroomtoevoer naar een apparaat of stekkerdoos met meerdere apparaten onderbreken.

Zet ook een tijdschakelklok op de stroomtoevoer naar uw wifi-modem en stel deze zo in dat het wifi-modem tijdens slaapuren automatisch wordt uitgeschakeld. Naast het wifi-modem en naast andere apparaten met wifi legt u mini-organite stenen die het ziekmakende bijproduct van wifi – negatieve organite-straling – omzetten naar positief geladen orgone straling. Deze stenen zijn bij ons verkrijgbaar.

Hoogspanning. Dit is uit den boze. Woont u binnen 100 meter van een transformatorhuisje en/of binnen 200 meter van een hoogspanningsmast of treinspoor, realiseert u zich dan dat deze een zeer desastreus elektromagnetisch veld produceren dat uw lichaam langzaam ziek maakt. Statistisch gezien verhoogt dit aantoonbaar het risico op vele soorten kanker. Deze straling is niet af te schermen. Verhuis zo snel mogelijk, er is geen excuus.

DECT-huistelefoons. Een draadloze huistelefoon gebruikt 'DECT'. Deze technologie is nóg slechter voor uw gezondheid dan wifi. Net als uw wifi-apparaten produceert het DECT-basisstation van uw draadloze huistelefoon 24/7 een sterk elektromagnetisch veld. Dus ook wanneer u niet belt. Zonde, want de meeste mensen gebruiken hun draadloze huistelefoons nog nauwelijks. Als u een dergelijk apparaat in uw woning hebt, trek dan nu onmiddellijk de stekker eruit en gooi hem weg. Wilt u bereikbaar zijn op een vaste lijn, koop dan een huistelefoon met snoer zoals de 'Profoon Care Big Button bureautelefoon TX-157'. Deze kost u bij de Gamma slechts 30 euro. U vindt hem op de senioren-hulpmiddelenafdeling.

De mobiele telefoon

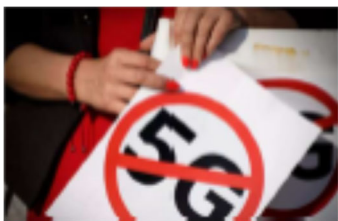
Velen van ons hebben hem de hele dag in de buurt. Een mobiele telefoon heeft 6 antennes die de hele dag straling afgeven: een 2G-, 3G-, 4G-, 5G-, een wifi- en een bluetooth-antenne. Een deel hiervan hebben we 95% van de tijd helemaal niet nodig, maar ze belasten wel 24/7 uw lichaam onnodig als u ze allemaal aan laat staan. Wat weer zorgt voor een spin-inversie in uw lichaam (meer over spin-inversie leest u in de therapie-informatiebrochure).

Zet daarom de wifi, 5G en bluetooth op uw telefoon altijd handmatig via de instellingen uit op de momenten dat u deze technieken niet gebruikt. Anders blijft dit signaal 24/7 zenden en een optimale werking van uw lichaam verstoren, terwijl deze antennes niet nodig zijn om mobiel bereikbaar te zijn.

Heeft u een iPhone/iPad van Apple: schakel deze zenders dan altijd uit via het instellingenmenu en nooit door te klikken op de snelkoppelings-pictogrammen (waar ook die van de zaklamp staan), want bij Apple-apparaten staan de antennes daarmee niet echt uit. Alleen de huidige verbindingen worden dan verbroken, maar de antennes blijven gewoon aan. U zet ze volledig uit via het uitgebreidere instellingenmenu.

Ook veroorzaken de elektromagnetische velden van gsm-/UMTS-masten in uw omgeving mogelijk een belasting waarvan u zich niet bewust bent. Wilt u weten waar ze staan? Kijk dan op www.umtsmasten.nl.

U kunt daar uw postcode invoeren en bekijken waar ze in uw omgeving staan. Als er gsm-/UMTS-masten op uw woning gericht zijn, zet dan altijd een orgonite voor een raam dat uitkijkt op de mast. Leg ook een mini-orgonite-steen aan de voet van elke mast binnen 1 km van uw woning.



5G is de meest desastreusere straling voor het lichaam. Het verdrijft o.a. zuurstof uit de cellen en zorgt in hogere mate dan 4G voor DNA-mutaties en kanker. Wat u ook doet, koop NOOIT een telefoon met 5G. En als er 5G op zit, schakel deze antennes dan uit via de instellingen.

Belangrijke actiepunten

- *Gebruik een tijdschakelklok om het wifi-modem elke avond automatisch uit te zetten om de geneeskrachtige kwaliteit van uw slaap te verbeteren.*
- *Leg een mini-organite-steen bij elk apparaat dat wifi uitzendt. Die zijn verkrijgbaar in onze praktijk. 3 voor 50 euro, of beter nog koop een grote organite healing disc voor €299*
- *Haal de stekkers uit het stopcontact van apparaten wanneer u ze niet gebruikt. Of investeer in draadloos te schakelen stopcontacten.*
- *Vervang uw draadloze huistelefoon door een huistelefoon met snoer.*
- *Schakel bluetooth, wifi en 5G op uw mobiele telefoon uit. Schakel het enkel in wanneer u het nodig heeft, en daarna direct weer uit.*

Dit waren de belangrijkste zaken waarop u moet letten als het gaat om het verminderen van de versturende invloeden van elektromagnetische velden. Het is van groot belang voor de lange termijn van uw gezondheid dat u zich deze gezonde gewoonten eigen maakt.

Ook al voelt u op de korte termijn geen nadelige gevolgen van wat is omschreven, op de lange termijn is dit een heel ander verhaal. De straling op uw cellen werkt cumulatief. Begrijp ons niet verkeerd, wij hebben niets tegen techniek. We zijn allen met het gemak van computers en elektronica opgegroeid. Onze praktijken maken ook handig gebruik van moderne technieken. Maar deze technieken zijn verantwoord te gebruiken zoals u vandaag heeft geleerd, of onverantwoord.

U bent bij ons in de praktijk gekomen omdat u niet 100% vitaal bent en dit wilt veranderen. Alle beetjes dragen hieraan bij. Zowel op de goede als op de slechte manier. De juiste elektromagnetische velden spelen een grote rol bij de regulering van uw immuunsysteem, zoals u kunt ervaren door de magneetveldtherapieën zoals de Bioresonantie-therapie die we in onze praktijk gebruiken.

Dus, niet-natuurlijke elektromagnetische velden kunnen dan automatisch ook een averechts effect hebben op de werking van uw immuunsysteem en op het gedrag van micro-organismen in uw lichaam. Of u zich daar nu bewust van bent of niet. Of u erin gelooft of niet. Of u het voelt of niet. We hebben simpelweg te maken met natuurwetten. Dan gaan we nu verder met de belangrijkste ruimte in uw leven: de slaapkamer.

De slaapkamer

De slaapkamer, een belangrijke locatie: u spendeert er namelijk een derde van uw volledige leven. Naast slechte ventilatie is lichtvervuiling in de slaapkamer een veelvoorkomend probleem. Alles wat op aarde leeft, is afgestemd op de zonsopkomst en de zonsondergang. Net als tientallen processen die tijdgerelateerd plaatsvinden in de spijsvertering en hormoonhuishouding van de mens.

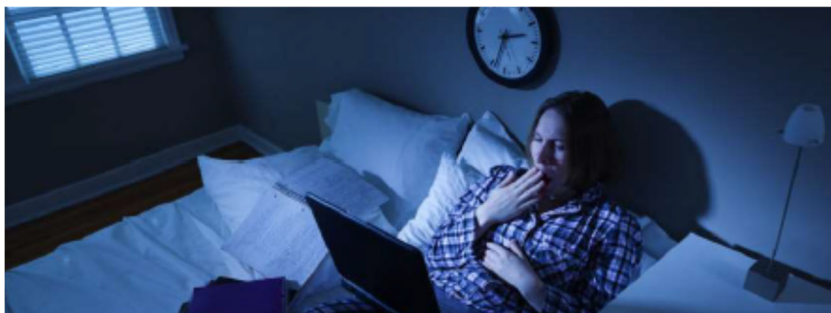
Het lichaam houdt niet alleen de lichtintensiteit bij, maar meet ook de hoeveelheid blauw licht in het licht. Dit vertelt ons lichaam of het middag, avond of nacht is en of er slaap- (melatonine) of waakhormonen (cortisol) aangemaakt moeten worden.

In de middag is er meer blauw licht dan 's avonds. Omdat wij onszelf met allerlei lampen langer wakker houden dan wanneer we het natuurlijke ritme van de zon zouden volgen, verstoren we daarmee het natuurlijke waak-slaapritme.

Het is voor een optimale gezondheid echter van belang dat de hormoonproductie die is afgestemd op de aan-/afwezigheid van licht, niet verstoord wordt. Tenzij u meeleeft met de natuurlijke zonsopgang en zonsondergang en 's avonds dus geen lampen gebruikt, triggert het ochtendzonlicht in uw slaapkamer allerlei hormonale processen in het lichaam. Dit dus voordat u de nodige 7 tot 8 uur slaap heeft gehad. In de winter is dit een beperkt probleem, maar 's zomers is het vaak al veel eerder licht dan het moment waarop u opstaat.

Daarnaast is er nog het probleem 'lichtvervuiling'. Straatverlichting in de buurt van uw huis verstoort een optimale hormoonhuishouding. U merkt het misschien niet bewust, maar in het lichaam vinden er dus allerlei chemische en hormonale veranderingen plaats als het donker of licht wordt. Zorg er dus voor dat er geen licht uw slaapkamer binnenkomt tijdens uw slaap.

Een normaal gordijn is niet voldoende! Uw huid zal het kleinste beetje licht, of dit nu van een lantaarnpaal of van een vroege zonsopgang komt, registreren en zien als zonsopgang. Het zal beginnen met de aanmaak van cortisol (stresshormoon) wat u weerhoudt van een diepe, geneeskrachtige deltaslaap. U slaapt wel, maar niet op het allerdiepste en dus geneeskrachtigste niveau, omdat dit onmogelijk is met de aanwezigheid van te veel cortisol in het bloed, dat het lichaam blijft produceren zolang er licht in de slaapkamer is.



U kunt dit voorkomen door op zijn minst zonsverduisteringsrolgordijnen te plaatsen. Goedkoper en veel beter is het om zwarte raamfolie aan te brengen op het slaapkamerraam. Dat is voor een tientje te koop bij de Gamma; de beste investering die u ooit voor 20 euro heeft gedaan. Onthoud: hoe donkerder de slaapkamer, hoe beter. Voor een optimale slaap en gezondheid moet het in de nacht pikkedonker zijn in uw slaapkamer. Denk hier ook aan tijdens het toiletteren midden in de nacht; doe geen felle lampen aan.

Wilt u licht, dan is enkel rood ledlicht veilig, want alleen 100% rood ledlicht zoals de rode kleurstand van kleuren-ledstrips, verstoort uw hormonale cyclus niet. Dit komt omdat ons lichaam gefocust is op het percentage blauw licht in het licht. Het mooie aan rood ledlicht is dat het 100% zuiver rood licht is, er zit 0% blauw licht bij en heeft dus geen enkele invloed op uw hormonale slaap-waakcyclus. Een tip: bij de Action en Gamma verkopen ze rode mini-ledlampjes op de fietsafdeling voor slechts 2 euro. In de verpakking zit een rood en een wit ledlampje, bedoeld om aan je fiets te hangen. Het rode ledlampje is een ideaal zaklampje om mee naar het toilet te gaan in de nacht zonder het risico dat het uw hormonale cyclus verstoort.



Wekprikkel verminderen

Een volle blaas geeft constant wekprikkel af, wat u uit een kwalitatief langdurige diepe slaap houdt. Moet u vaak midden in de nacht naar het toilet? Dan doet u er verstandig aan om na het avondeten niet meer te drinken. Daarnaast is het matras waarop u slaapt superbelangrijk om wekprikkel te verminderen. Vooral door een te hard matras zult u meer draaien en vaker wakker worden.

De volgende keer dat u een nieuw matras nodig heeft, koopt u het best een koudschuim- of nóg beter een traagschuim-matras zonder springvering of pocketvering. Want de metalen delen en springveren in dit soort matrassen versterken, vanwege hun vorm, alle van externe bronnen komende elektromagnetische velden. Met name direct aan de onder-/bovenkant van de springveer. Precies waar u op slaapt dus.



Traagschuim werkt drukverlagend zodat u veel minder draait en dus minder 'wekprikkel' ervaart. Onderzoek wijst uit dat wanneer mensen overstappen van een normaal matras op een traagschuim-matras, de diepe slaap, ook wel 'deltaslaap' genoemd, gemiddeld 50% toeneemt. U slaapt in totaal niet langer of korter, maar u slaapt dieper en geneeskrachtiger, wat op lange termijn een megaverschil voor uw gezondheid zal betekenen.

De slaapplek en elektromagnetische straling. Als u in een elektrisch verstelbaar bed slaapt, haal dan altijd de stekker uit het stopcontact voordat u gaat slapen. Verwijder alle stroomkabels naast/onder het bed. Gebruik ook nooit een klok/wekker die werkt op 230 volt, maar altijd een op batterijen. De transformator in een normale wekkerradio geeft een sterk elektromagnetisch veld af. Plaats nooit spaar- of ledlampen in de buurt van uw bed.

Deze lampen bevatten transformatoren en produceren zolang de stekker in het stopcontact zit, een sterk elektromagnetisch veld. Dus ook als ze uitstaan. Vervang ze door halogeen- of gloeilampen. Slaap niet binnen een straal van 5 meter van zonnepanelen. Zonnepanelen en hun omvormers produceren een buitengewoon vervuilend elektromagnetisch veld. Bij zonnepanelen op accusystemen zoals in een caravan, is dit trouwens niet het geval. Tot slot: slaap nooit met uw mobiele telefoon naast uw bed. Als u dit al doet, zet deze dan altijd in de vliegtuigmodus, dan geeft het apparaat geen straling af. Maar zelfs dan, leg hem minimaal 0,5 meter van u af.

Belangrijke actiepunten

- *Verduister uw slaapkamer met zwarte raamfolie.*
- *Slaap nooit op een elektrisch verstelbare bedbodem of elektrische deken met de stekker in het stopcontact. De stekker moet er helemaal uit zijn als u slaapt.*
- *Slaap nooit naast een wekker/klok werkend op 230 volt. Koop er een op batterijen die GEEN licht geeft. Dit zijn goedkope, maar zeer belangrijke aanpassingen.*
- *Plaats onze slaapkamer orgonite onder uw bed om (zie orgonite healing disc brochure)*
- *Zorg dat de wifi tijdens uw slaap is uitgeschakeld en dat uw mobiele telefoon in de vliegtuigmodus staat. Als u toch bereikbaar moet zijn, zorg dan dat de telefoon minimaal 3 meter van u af ligt en dat de bluetooth- en wifi-antennes zijn uitgeschakeld.*

Of zorg dat er een vaste telefoonlijn op de slaapkamer komt waar u een bedrade huistelefoon op aansluit. U kunt uw dierbaren vertellen dat zij u tijdens nood in de nacht op het huisnummer kunnen bereiken.

Ventilatie

Zuurstof is vijand nummer 1 van ziekmakende micro-organismen. Een goede ventilatie in huis en in uw slaapkamer is om deze reden heel belangrijk. Toch heeft 90% van de slaapkamers een te hoog koolstofdioxidegehalte in de lucht door slechte of zelfs afwezige ventilatie. Koolstofdioxide is in hoge doses giftig voor de mens. Het is een afvalproduct dat vrijkomt bij de verbranding van zuurstof in onze cellen. Wij produceren dus zelf koolstofdioxide en ademen die uit. Verblijft u in een te slecht geventileerde ruimte, dan wordt de zuurstofconcentratie steeds lager en de concentratie koolstofdioxide steeds hoger.

Ventileer uw woon- en slaapruiimte daarom goed. Dit is belangrijk. Zet altijd alle ventilatieroosters in huis open, zodat de ruimten voldoende kunnen worden 'gelucht', ook in de winter! Als u over mechanische ventilatie beschikt zoals centrale afzuiging, laat deze dan altijd aanstaan.

Medicatie

Medicijnen vormen een grote belasting voor de lever en het immuunsysteem. En als er iets is wat we hebben gezien, dan is het wel dat medicijnen niets genezen. Ze verminderen symptomen en managen uw ziekte, dat is alles. Terwijl de onderliggende oorzaken gewoon blijven toenemen. Wanneer u ergens medicatie voor gebruikt en de resultaten van onze behandelingen succesvol tegen de onderliggende oorzaken blijken, raden wij u aan met uw arts te overleggen of de medicatie kan worden afgebouwd. Het meest problematisch zijn: het hormoonspiraaltje, de prikpil, prednison, pijnstillers, antidepressiva, ADHD-medicatie met methylfenidaat en slaapmedicatie. Dit zijn de grootste verstoorders van de hormoonhuishouding en het immuunsysteem.

Schimmels

Na straling zijn schimmels in huis belangrijke, maar onderschatte veroorzakers van gezondheidsklachten. U zult er geen arts over horen, maar de simpele schimmels in onze wasmachines en badkamers produceren toxinen die ons doodziek kunnen maken. Extra vatbaar zijn mensen die al te kampen hebben met vergelijkbare toxinen, geproduceerd door de in hun lichaam aanwezige micro-organismen. Bijvoorbeeld mensen met candida. Heeft u schimmels in huis, reinig deze dan regelmatig met antischimmelreiniger.

Heeft u ooit te maken gehad met waterlekkages, ook van verwarmingen? Of heeft u een balansventilatie of warmte-terugwinsysteem in huis? Dit zijn broedplaatsen voor schimmels. Misschien heeft u vochtige of muffe ruimten in huis of schimmels in uw kruipruimte? Dan kan er sprake zijn van een verborgen schimmelprobleem. Schimmels in huis zijn zeer schadelijk en gevaarlijk. Onderschat ze niet. Ventileer altijd 24/7 alle leef- en slaapruidten, ook in de winter.



Verder is de wasmachine een bron van schimmels die alle daarin gewassen kleding constant besmet. Zet na het wassen het laatje voor de zeep en de deur van de machine altijd open. Dit doet u zodat het vocht in het laatje en de trommel kan drogen. Vocht, gecombineerd met zeepresten zijn ultieme broedplaatsen voor schimmels. Schimmels zijn namelijk gek op wasmiddel. Was kleding daarom altijd op 60 graden of warmer. Kleding die hier niet tegen blijkt te kunnen is geen geschikte kleding, punt. In plaats van standaardzeep vol chemicaliën wast u met natuurlijke producten. We raden aan:

'Ecover: Essential Wol- en fijnwasmiddel'

Dit is het enige goede 100% plantaardige voorverpakte vloeibare wasmiddel met een plantaardig parfum, gemaakt van lavendel.



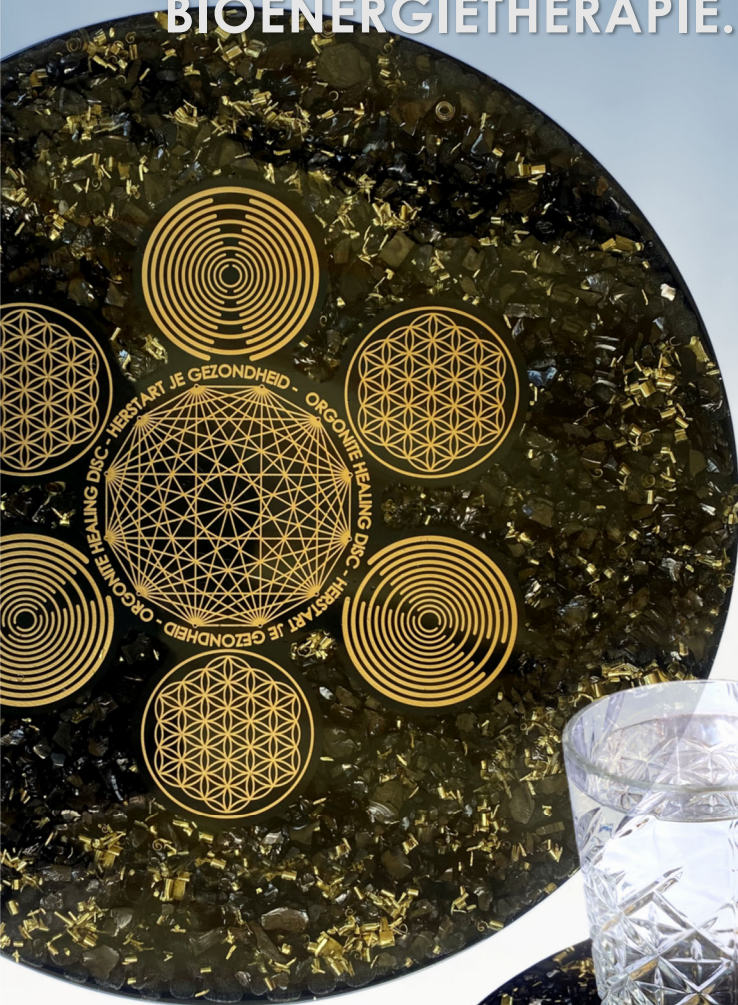
Tot slot: onderhoud uw wasmachine minimaal 1 keer per maand! Reinig de rubberen ring in de machine en laat daarna de machine zonder was op 95 graden draaien met een scheut bleek om hem weer schimmelvrij te maken. Draai de machine hierna nog een keer zonder was.

DE ORGONITE HEALING DISC

SLECHTS €299,-

OOK TE BETALEN IN 8 MAAND-TERMIJNEN VAN €37

BESTEL HEM MET GRATIS VERZENDING OP
BIOENERGIETHERAPIE.NL/DISC



Voeding

Dan gaan we nu verder met het onderwerp 'voeding'. Er zijn voedingsmiddelen die uw lichaam goeddoen, zoals de meeste groenten en fruit – met name rauwe groenten en fruit. Maar er zijn ook voedingsmiddelen die het immuunsysteem verstoren, en zelfs bewezen ziekteverwekkend zijn, zoals de zoetstof aspartaam. Wat ons betreft passen de op de volgende pagina's vermelde producten niet in een verantwoorde leefstijl. Ze moeten zoveel mogelijk vermeden worden.



Alcohol

Alcohol is een giftig bijproduct van gisting. Het is misschien in onze maatschappij algemeen getolereerd als recreatieve softdrug, maar als we eerlijk zouden kijken naar de effecten die dit middel op het lichaam heeft, hoort alcohol eigenlijk op de harddruglijst thuis. Alcohol is desastreus voor uw lever en darmflora. Een gezonde darmflora bestaat uit vele typen bacteriën, waarvan vele niet tegen alcohol kunnen.

Een goede darmflora is van levensbelang voor de vertering van voeding en voor een goede gemoedstoestand. Als u alcohol consumeert, gebruikt u een recreatieve drug die alleen maar nadelen heeft voor uw gezondheid. Elk glas alcohol brengt uw darmflora een schade toe die weken duurt om volledig te herstellen. Wat de alcoholindustrie u ook probeert wijs te maken over de zogenaamde 'gezondheidsvoordelen' van sommige stoffen in bijvoorbeeld wijn, de voordelen wegen niet op tegen de nadelen. Gebruik alcohol bij voorkeur helemaal nooit.

Koffie

We weten dat veel mensen dit niet willen horen, maar het is wat het is. Cafeïne is een softdrug die uw stofwisselings- en hormonaal systeem beïnvloedt. Het zorgt ervoor dat uw lichaam onder andere hoge pieken van de hormonen adrenaline en cortisol aanmaakt, welke beide de diepe genezende slaapfase tot 36 uur lang verstoren (ook al slaapt u wel). Onderzoeken die aantonen dat enkele stoffen in koffie gezond zijn, baseren zich op de antioxidanten die het bevat, maar deze kunt u ook halen uit fruit en groenten.



Verantwoord met koffie omgaan? Drink het niet. Als u dit niet kan, drink dan nooit meer dan 1 kop koffie per dag. Wilt u meer kies dan gewoon voor (biologische) decafé; deze bevat niet de hormoonverstorende cafeïne maar wel de gezonde antioxidanten en mag onbeperkt gedronken worden. Goed om te weten: de koffie op al onze praktijken is decafé en onze melk en chocolademelk is zuivelvrij en kan dus zonder nadelige gevolgen onbeperkt gedronken worden.

Drink bewust. Zie koffie voor wat het is: het is geen onschuldig drankje, maar een lichamelijk stimulerende softdrug die op korte termijn prettige voordelen heeft. Maar bij regelmatig gebruik heeft het absoluut nadelige gevolgen voor uw lichaam en gezondheid.

Melkproducten

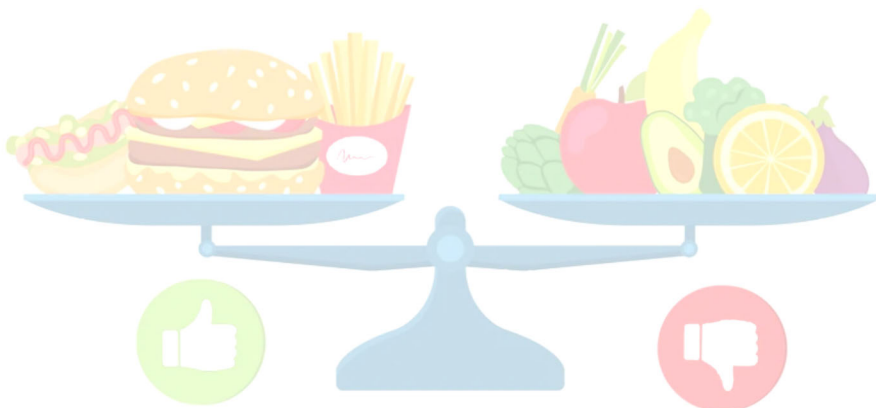
Van ons mag de slogan: 'melk, de witte motor' vervangen worden door: 'melk, de witte sloper'. Vooral voor producten waarvan koe- of geitenmelk de basis vormt. Deze voedingsmiddelen schaden de darmen, werken voedselintoleranties in de hand en zijn 'krachtvoer' voor schimmels en virussen. Er zijn 2 grote problemen: caseïne (melkeiwit) en lactose (melksuiker).



In de melk van zoogdieren zoals mensen en koeien zitten voornamelijk 2 verschillende eiwitten: wei-eiwit en caseïne-eiwit. Beide zijn nodig in het lichaam. Caseïne lost slecht op in water, waardoor het langer duurt voordat het verteerd is. Mensenmelk bevat 60% wei en 40% caseïne. Koemelk bevat slechts 20% wei en wel 80% caseïne. Het menselijk lichaam is niet gemaakt voor zo'n grote hoeveelheid caseïne. Bèta-caseïne A1 is een bepaald type caseïne dat veel voorkomt in koemelk. Dit type wordt bovendien in verband gebracht met koemelkintolerantie, hartziekten, aderverkalking, diabetes mellitus type 1, bepaalde soorten kanker, schizofrenie, autisme, allergieën en de ziekte van Crohn.

En dan hebben we nog lactose: melksuiker. 70% van de volwassen wereldbevolking is lactose-intolerant. Ze missen het enzym lactase, dat lactose afbreekt. Lactose-intolerantie is een normaal proces wanneer een kind stopt met zogen. Maar in Nederland stoppen we niet met 'zogen'. Sterker nog: we gaan zogen bij een ander dier. Wist je dat de mens het enige zoogdier op aarde is dat als volwassene melk drinkt van een ander zoogdier? Het is niet natuurlijk en niet gezond.

Stop zo goed als met de consumptie van alle vloeibare melkproducten. Dit geldt dus ook voor vla, kwark, yoghurt enz. We kunnen tientallen verhalen noemen van cliënten die alleen door melk uit hun menu te schrappen vermindering ervoeren van allerlei typen darmklachten, migraine's, eczeem enz.



Medische Disclaimer

De informatie in deze brochure en die op/in onze website/filmpjes/boeken/afbeeldingen is niet bedoeld als vervanging van diensten of informatie van getrainde (medisch-)professionals en/of zorgverlenende instanties, zoals (huis)artsen, medisch specialisten, spoedeisende hulpverlening, (acute) geestelijke gezondheidszorg, fysiotherapeuten en psychotherapeuten. De werking van de door ons gebruikte therapieën, alsmede de door ons gegeven tips en adviezen of enige bewerking over gezondheid of ziekte zijn niet wetenschappelijk bewezen. Alle door ons gestelde (medische) claims en gestelde gezondheidsvoordelen berusten enkel en alleen op onze persoonlijke ervaring die we hebben met onze cliënten in combinatie met deze adviezen en therapieën. Noch de gegeven informatie, noch de gebruiksmogelijkheden kunnen gezien worden als een vervanging voor medische of andere professionele hulp, zorg, ondersteuning of informatievoorziening en zijn niet bedoeld als hulpmiddel bij het stellen van een medische (zelf-)diagnose. De informatie is bedoeld als algemene informatie en is niet specifiek gericht op één individueel persoon of één specifieke medische situatie van bijvoorbeeld de bezoeker van de site of iemand in diens omgeving. Dit betekent dat bezoekers aan de informatie geen diagnostische of therapeutische waarde kunnen hechten voor de eigen medische situatie of die van anderen. In gevallen van ziekten, medische klachten, behandelingen of onderzoek, is de informatie alleen bedoeld als ondersteuning. De informatie op deze website kan in dergelijke situaties dienen als ondersteuning van: a. het contact tussen de bezoeker (of diens familielid of andere naasten) en diens therapeut, behandelend arts of andere hulpverlener en b. de adviezen die hij/zij van laatstgenoemde ontvangt. Bezoekers wordt aangeraden om medische vragen, klachten of symptomen tijdig voor te leggen aan de behandelend arts of andere zorgprofessional teneinde professioneel onderzoek, diagnostiek en mogelijk medische zorg te ontvangen. Bezoekers wordt geadviseerd om het tijdig zoeken van professionele zorg nooit uit te stellen of reeds verkregen medisch advies nooit te veronachtzamen op basis van (online) informatie. Bij acute medische klachten of psychische problemen en bij het verergeren van klachten of symptomen wordt bezoekers geadviseerd direct contact op te nemen met hun eigen (huis)arts of het noodnummer.

☐

Tips brochure gelezen

☐

Slaapkamer pikkedonker & zonder straling

☐

Geen draadloze huistelefoon in uw woning

☐

Orgonite disc in huis + mini's bij WiFi, TV & PC

☐

5G uitgeschakeld op mobiele telefoon

☐

Tijdschakelklok & op WiFi modem

☐

75% geminderd met vloeibare melkproducten

☐

Huis schimmelvrij & wasmachine gereinigd