

Идеально каждое утро натощак для укрепления иммунитета

Ингредиенты:

- 500 мл горячей воды (не кипящей)
- Сок 1 свежего лимона

Приготовление:

1. Нагрейте воду до горячего состояния, не до кипения.
2. Выдавите лимон и влейте сок в горячую воду.
3. Пейте натощак каждое утро после пробуждения.

■ *Горячая вода стимулирует иммунную систему и делает лимон менее агрессивным для печени.*

■ Рецепт №2 — Усиленный Отвар (Двухнедельный Курс)



■ Reinforced decoction



■ Adding turmeric

Интенсивная натуральная поддержка — обновлять каждые 2 недели

Ингредиенты:

- Свежий имбирь: щедрое количество, измельчённый или нарезанный.
- Свежий чеснок: несколько зубчиков, хорошо измельчённых.
- Лимон: 1 целый плод, выжатый или нарезанный.
- Куркума: очень маленькая щепотка.
- Мёд: немного для сладости.
- Вода.

Приготовление:

1. Измельчите имбирь и зубчики чеснока.
2. Нагрейте воду с имбирём и чесноком.
3. Дайте хорошо закипеть до полного настаивания.
4. Снимите с огня, выдавите лимон и добавьте сок.
5. Добавьте щепотку куркумы.
6. Добавьте немного мёда, перемешайте и пейте горячим.

■ Частота: Обновлять каждые 2 недели как регулярная поддержка.

■ ■ Важно — Дозировка Куркумы

Никогда не используйте куркуму в избытке, так как это может вызвать реакцию в печени. Маленькой щепотки между двумя пальцами вполне достаточно.

■ Сводка — Ежедневные Полезные Привычки

Момент	Рекомендуемое действие	Частота
Каждое утро после пробуждения	Горячая вода + сок лимона	Ежедневно
Курс поддержки	Отвар: Имбирь, Чеснок, Лимон, Куркума, Мёд	Каждые 2 недели
Постоянно	Регулярное наблюдение у врача	Всегда

Это пространство здоровья предлагается faithseriesllc.com — Faith Series — в духе обмена и естественного благополучия. По серьёзным медицинским вопросам обратитесь к квалифицированному специалисту здравоохранения.

■ Пространство Естественного Здоровья

Профилактика и Поддержка при Раке — Натуральные Средства
faithseriesllc.com

■ Натуральное Средство 1 — Чеснок & Лимон | Очищение Артерий

Натуральное Очищение Артерий (Чеснок & Лимон)

Старинное средство для очищения крови, снижения холестерина и поддержки здоровья сердца.

Ингредиенты:

- 30 зубчиков чеснока
- 5 органических лимонов
- 1 литр воды

Приготовление:

Смешать всё в блендере, довести до кипения один раз, затем процедить.

Дозировка:

Один маленький стакан в день в течение 3 недель.

□ Примечание: Здоровье — дар Божий, который нам необходимо беречь с мудростью.

■ Натуральное Средство 2 — Имбирь, Лук & Мёд | Защитный Сироп

Защитный Сироп (Имбирь, Лук & Мёд)

Это средство идеально подходит для укрепления дыхательных путей и успокоения горла.

Ингредиенты:

- 1 большая красная луковица
- 2 столовые ложки чистого мёда
- 50г свежего тёртого имбиря

Приготовление:

Нарезать лук, смешать с тёртым имбирём и мёдом в банке. Оставить на 12 часов до образования сиропа.

Дозировка:

Одна столовая ложка утром и вечером для успокоения кашля или в качестве профилактики.

■ Натуральное Средство 3 — Гвоздика & Куркума | Противовоспалительный Эликсир

Противовоспалительный Эликсир (Гвоздика & Куркума)

Мощная смесь для облегчения боли в суставах и укрепления иммунитета.

Ингредиенты:

- 5 бутонов гвоздики
- 1 чайная ложка куркумы в порошке
- Щепотка чёрного перца (для активации куркумы)
- 250мл горячей воды

Приготовление:

Настоять гвоздику и куркуму в горячей воде 10 минут. Добавить чёрный перец в конце.

Дозировка:

Одна чашка в день, предпочтительно утром.

□ *Примечание: Природа предлагает нам мощные решения для сохранения здоровья.*

■ Сводка — Все Натуральные Средства

Средство	Основные ингредиенты	Дозировка
Утренний напиток	Горячая вода + Лимон	Каждое утро натощак
Усиленный отвар	Имбирь, Чеснок, Лимон, Куркума, Мёд	Каждые 2 недели
Очищение артерий	Чеснок (30 зубчиков) + Лимон + Вода	1 стакан/день – 3 недели
Защитный сироп	Имбирь + Лук + Мёд	1 ст.л. утром и вечером
Противовосп. эликсир	Гвоздика + Куркума + Перец	1 чашка/день утром

Это пространство здоровья предлагается faithseriesllc.com — Faith Series — в духе обмена и естественного благополучия.

По серьёзным медицинским вопросам обратитесь к квалифицированному специалисту здравоохранения.