



Survival-Chain

Welcome to the Wonderful World of Human Survival

Survie vôtre, votre famille, votre communauté, la planète, est votre priorité.

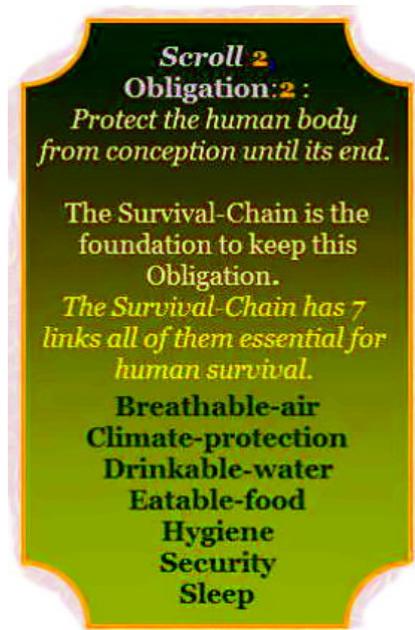
pour la survie:

- 1.Specie, 2.Habitat, 3.Community,
- 4.Family, 5.Individual, 6.Les animaux, effets 7.Personal.



Survie par âge:

- 1.Unborn, 2.Newborn, 3.Baby,
- 4.Child, 5.Juvenile, 6.Adult,
- 7.Senior.



1 Dieu attend de vous entendre!

Survie Prière

Journée de survie 11.1.7 N-Atm

chère **1 GOD** , Créateur de la plus belle Univers Votre plus humble de gardien fidèle gardien (**1st prénom**)

Merci vous pour la survie de l'humanité je cherche à aider mon corps, espèce, communauté, survivis je ferai ma survie de priorité no.1 S'il vous plaît soutenir mes efforts pour survivre à la gloire de **1 GOD** et le bien de l'humanité



Cette prière est récitée le jour de la survie ou le cas échéant!



le **SurvivalChain** a 7 tous les liens essentiels pour la survie humaine.

AIR RESPIRABLE sans elle, vous avez minutes à vivre.

EAU POTABLE rien à boire, vous ne durera pas une semaine!

MANGEABLES DES ALIMENTS pour l'énergie et le bien-être. Pas de nourriture que vous affamer!

SOMMEIL pour re vitalisant. Pas de sommeil tu meurs!

PROTECTION DU CLIMAT pour la survie.

HYGIÈNE de garder notre corps en bonne santé.



SÉCURITÉ pour protéger contre la violence. Pas de sécurité sans avenir!



Faites défiler: 2, Obligations: 2 nous dit: Protéger le corps humain de conception jusqu'à la fin. La survie de la chaîne est le fondement de maintenir cette obligation. **Nier tout ces éléments essentiels est la vie humaine mena- un crime contre l'ing Humankind, Anti 1 DIEU obligatoire: MME R 7**

Threat Brûlant



Après l'humanité a découvert comment utiliser le feu. Il a vu cela comme une bénédiction.

La combustion du bois a été complétée par la combustion des combustibles fossiles. Chrétiens anglais introduisant l'ère industrielle a commencé la pollution qui conduit au changement climatique. **Le feu et l'incendie sont maintenant une menace, une malédiction.**

ARRÊT maintenant !!! BURNING

Cesser de brûler: **cigarettes, charbon, fumier, déchets, gaz, pétrole, uranium, bois, ...**



Une grande partie dangereuse de la combustion est, FUMÉE. Dans les incendies les plus grands

menace pour la santé et la mortalité est l'inhalation de fumée. Sur une plus grande échelle la fumée se levant dans la phère phère arrête la chaleur échapper dans l'espace. réchauffera l'eau de surface, température se réchauffe la terre de surface, la fonte des glaces: CHANGEMENT CLIMATIQUE!



Pour survivre aux besoins du corps humain **Air respirable.**

L'air que nous respirons est faite de gaz (Dioxyde de carbone, l'azote, l'oxygène, le méthane) , L'eau et les impuretés (Poussière, les microbes, les spores) . L'air que nous respirons a besoin teneur en azote élevée et de l'oxygène. Il a un faible dioxyde de carbone et le méthane contenu. Teneur en eau (humidité) est nécessaire, une humidité élevée devient inconfortable et un problème de santé. Impuretés ne sont pas nécessaires, ils enflamment les poumons.



Pendant combien de temps pouvez-vous retenir votre souffle? 4 Minutes, vous Gulp pour l'air. Pas d'air respirable à avaler, tu meurs! Les gens meurent rapidement dans les incendies, pas d'air respirable.

air Retenue perméable à l'air est utilisé comme la torture et tuer des humains et des animaux. Retenue brea- air thable comme la torture (Embarquement de l'eau) est utilisé par l'administration américaine, les employés du gouvernement des États-Unis, les entrepreneurs du gouvernement, tyrannies étrangers PROTEC- ted par les Etats-Unis. La torture est un crime: **MME R7**



(humains) , **MME R4** (animaux) .

Retenue air respirable à tuer est accidentelle (fumées toxiques dans le feu) ou par auto (Suicide: l'inhalation de dioxyde de carbone délibérément concentré ou de gaz de cuisson) , le gouvernement (Chambre à gaz, suspendu, torture) , autres (Criminels: garroting, étranglant, suffocante, suspendu) . meurtres criminels du gouvernement obtiennent, **MME R7** . Accidentel (santé et sécurité) , **MME R4** soi (Tenus responsables par 1 DIEU) .

Les humains brûlent des choses est la principale menace pour « l'air respirable.



Il commence par l'individu qui utilisent leur gosier comme une cheminée leur poumon tamis pour des fumées toxiques et les impuretés de l'air. En utilisant le corps humain comme cheminée est un risque grave pour la santé, une insulte à 1 DIEU conception.

Fumer la dépendance! Une tragédie humaine! Un fardeau communautaire!

La dépendance est un comportement compulsif répétitif gratifiant d'un besoin perçu. Addicts se leurrent par ne pas accepter le mal leur comportement est en train de faire. Harm eux-mêmes, la famille, les amis, collègues de travail et de la communauté.

Addicts ne croient pas qu'ils sont dépendants aussi longtemps qu'ils s'amuse et tenant leur vie ensemble. Addicts deviennent une menace pour eux-mêmes et la communauté. Ils deviennent délirantes, antisocial, malhonnête, immorale, fourbe, égoïste et insensible. Cela oblige la Comté (communauté) pour contrôler leur mode de vie. La limitation de leurs droits et libertés.



Les fumeurs puent de la bouche. Leurs vêtements puent. Ils puent une pièce. Leurs cendres sont partout. Leurs mégots sont partout. Ils sont dégoûtants, sale, puant personnes. Shun les Honte les

Les fumeurs sont un risque pour leur propre santé. Ils brûlent les lèvres, les dents, les gencives, la bouche, la gorge, les poumons et la trachée-artère, tomber malade, un fardeau pour la communauté.

Les fumeurs sont paresseux beaucoup de pauses prise de fumée et auto-infligé sickies. Tenir les comptes!



Les fumeurs sont un risque pour la santé à d'autres. Les fumeuses enceintes souffrent leurs enfants à naître. Après la naissance de ces nouveau-nés sont condamnés à une vie d'avoir des problèmes de santé. Ils peuvent avoir des malformations, des incapacités, .. Les fumeuses enceintes sont poursuivis, mal à naître: **MME R3**.



la fumée passive (agression) blesse les gens. Les fumeurs qui créent get fumée passive, **MME R3** . entités (Loisirs, divertissement, travail ..) qui permettent de fumer get, **MME R3** compensation salariale. Gouvernement qui permettent de fumer sont remplacés, + **MME R7**

Les fumeurs sont négligents. Ils mettent le feu: les maisons, herbe, forêt. Ils sont tenus responsables, **MME R4** et la compensation salariale. Ils blessent les gens, les animaux , **MME R5** Ils tuent les gens, les animaux, **MME R6** .



en 1951, (Calendrier païen) il a été établi que le tabagisme est malsain

une grave menace. Gouvernement et les organismes gouvernementaux, les ministères qui ne sont pas « interdiction » de fumer a échoué (manquement au devoir) pour servir, protéger la communauté. législation rétrospective est adoptée. Ces rendez coupables,

MME R7 .

Toute personne ou d'un groupe, une entreprise ou une autre entité qui fait la promotion (Bies Free-, la publicité, le marketing) , permet (Parents, enseignants, travail, clubs, restaurants, salle de spectacle, ...) , bénéfiques (Fournisseurs, fabricants, transporteurs, grossistes, détaillants) , Met à disposition « Fumées » et ou les accessoires fumeurs **MME R7** Peu importe ce que le « Fumées » contiennent. L'acte de fumer est le risque pour la santé.

TOLÉRANCE ZÉRO à FUMEUR!

Les individus réduisent la disponibilité de l'air perméable à l'air par la combustion du gaz, du fumier, le bois, le charbon, l'huile pour la cuisson

(Y compris barbecue) , Puissance de chauffage. Il termine maintenant!

L'utilisation de l'électricité qui est produite sans brûler. Violation, confiscation, résultats dans la destruction des équipements et **MME R2**



Centrales qui brûlent (Charbon, du gaz, de l'uranium, de l'huile, ..) pour créer de l'énergie sont SHUT, démantelés. Les propriétaires polluants, les opérateurs sont poursuivis en justice, **MME R7** . Charbon et les mines d'uranium sont fermés et scellés. Mines propriétaires et exploitants obtiennent, **MME R7** . L'énergie est produite par des méthodes non brûlantes.

La combustion de se déplacer Ends de transport domestiques, non domestiques! Gaz, pétrole ont un usage non brûlant. sont remplacés par « l'autoroute Tramways » intérieur du transport non domestique sur Freeways! transport terrestre longue distance est par chemin de fer seulement. L'utilisation du diesel, essence, GPL, extrémités!



Pollué Divertissement Ends!

Dans l'air: Spectacles aériens, le transport aérien privé appartenant (Drone, avion, jet, hélicoptère, navette spatiale, ...) .

Dans, sous l'eau: course de bateaux à moteur, le transport maritime privé appartenant (Yacht de croisière, les navires de croisière, aéroglisseurs, jet skis, bateaux à moteur ,

bateaux, yachts, ..).



Sur la terre: tous les 2, 3, 4, .. roue motorisée: cycles, motos, buggies, SUV, voitures de sport, limousines, voitures de luxe. Course automobile, cascades de voitures. trains touristiques. Les promoteurs de Polluer Entertainment et fournisseurs de véhicules pour Polluer Entertainment sont poursuivis en justice, **MME R7**

Salon de manucure créer des fumées toxiques. Les employés ont une protection respiratoire. clients dumb (victimes) ne sont pas. Manucure et pédicure dans les centres commerciaux sont ouverts. Leurs émanations toxiques embrassent les passants. les exposer à des risques pour la santé. En particulier les femmes enceintes, les nouveau-nés, les personnes âgées, les asthmatiques. Si vous avez été exposé à des fumées toxiques poursuivre le salon et le centre commercial de compensation.

Onglerie sont un risque pour la santé d'un pollueur de l'air. Ils sont visités par des gens qui sont trop paresseux pour faire leurs propres ongles et ont trop d'argent. les arrêter, de les interdire. propriétaires, cadres, poursuivre en justice **MME R7**



salon de beauté sont un risque pour la santé d'un pollueur de l'air. Ils sont visités par des gens qui sont trop paresseux pour faire leur maquillage, ont trop d'argent. les arrêter, de les interdire. Les propriétaires, les cadres, obtenir, **MME R7**

Salon de coiffure qui créent des fumées toxiques sont fermées, poursuivi, **MME R7** Salon de coiffure qui ne crée pas de pollution de l'air fonctionnent normalement.

Capitaliste (Parasite prédateur gourmand) Les gouvernements encouragent les maisons avec jardins vanité. usage domestique propriétaire outils de jardinage moteur à essence (Ventilateurs, broyeurs, débroussailluses, tronçonneuses, tondeuses, ..) qui polluent



(Air, bruit, sol) . Les propriétaires, fabricants, détaillants, get **MME R7** .

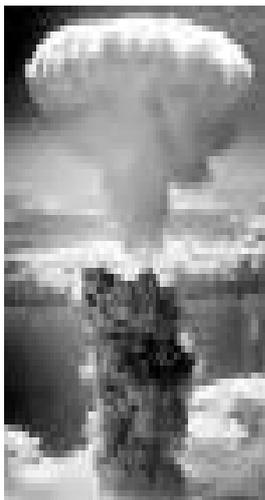
Gouvernement qui permettent cette pollution sont remplacés, get **MME R7** .



Insecticides extérieur sont utilisés sur les cultures, les vergers, .. alimentaire cr ops, les vergers qui ont été contaminés sont impropres à la consommation humaine ou animale. culture pollu- ted, la nourriture est brûlée par la communauté (Comté) .

de Get producteur commercial **MME R7** . Gouvernement qui permettent cette pollution sont remplacés, get **MME R7** .

A l'intérieur Insecticides utilisé, attaquer le système nerveux. Ils font naître et hyperactif nouveau-né. Insecticides irritent les systèmes humains et respiratoires animaux. Ne pas utiliser Insecticides à l'intérieur.



Militaire pollue l'air de transport, d'explosifs, UN (Atomique, nucléaire) B (biologique) C (chimique) armes. Ils sont une menace pour la santé humaine, animale et plantlife. Les scientifiques qui créent ces armes soient traduits en justice, **MME R7** . Les installations de production de ces armes sont démolis et brûlés par la Comté.

Les propriétaires, directeurs, cadres, superviseur de ces installations se, **MME R7** . Militaires qui ont utilisé ou utilisent ces types d'armes sont poursuivis, à partir du grade de sous-officier vers le haut, **MME R7** . Gouvernement qui permettent la production et le stockage ou de ces armes est remplacé et poursuivis en justice, **MME R7** .

Feux d'artifice sont un grand pollueur. Ils deviennent plus fréquents plus plus polluants. En fonction de la pollution de l'air de conditions météorologiques peut Lin- ger pour le jour de. la pollution des particules se dépose sur l'eau profaner. Le rendant impropre à la consommation.



Feux d'artifice de fin! lumières laser les remplacer.

Non-respirant Air Vous avez 4 minutes pour vivre!

Toute personne, organisation ou gouvernement qui refuse l'air respirable ou est la cause et l'effet de l'air pollué. Sont tenus responsables, se mis en cage,

MME R7 . La demande de l'air respirable est un 1 GOD droit donné!

TOLÉRANCE ZÉRO POUR AIR POLLUEURS !!!!!!!

Pour survivre aux besoins du corps
humain **Eau potable**



60 +% de notre corps est constitué d'eau. Chaque cellule de notre corps a besoin.
L'eau lubrifie nos articulations, régule notre température corporelle et débusque nos déchets ...



Formes vapeur d'eau atmosphérique gouttelettes condensés
La gravité de la Terre tire les gouttelettes vers le bas (**Pluie**)
à la surface. La pluie est une source majeure d'eau douce. Cette eau de pluie est
utilisée pour la boisson, la préparation des aliments, la cuisson, le lavage, l'hygiène
personnelle, ...

Une personne utilisée pour être en mesure de boire l'eau de pluie, de l'utiliser
pour la préparation des aliments. Non plus, l'eau de pluie est polluée, malsain,
acide, toxiques, mauvais goût, les mauvaises odeurs. Lave-linge ne doit pas
être laissé sous la pluie pour devenir polluée. Non seulement l'air sale, est
mauvaise odeur, mais il peut irriter la peau.



pluie froide tombe sous forme de grêle, de la neige. La neige s'accumule sur les hautes montagnes, créant
arctiques et antarctiques réserves d'eau douce. La neige est blanche,



neige polluée est gris même noir. neige noire se trouve dans l'Himalaya, les glaciers
worldwide, le Groenland, l'Arctique, l'Antarctique.

Les communautés à créer des réservoirs d'eau douce. Ces réservoirs dépendent de l'eau de pluie et de
neige fondante pour les remplir. En raison de la pollution de ces eaux ont besoin de traitement avant la
consommation humaine ou animale.



Réservoir doit être profonde plutôt que superficielle. eau profonde est plus froide, ce qui réduit l'évaporation, en particulier la croissance des algues du type toxique et infestations par les insectes. Sports nautiques sont interdites pour une rétention d'urine, et menstruées poing dans l'eau. artisanat eau (jet ski, bateaux à moteur, ...) polluer (Huile, l'essence, l'acide de la batterie, ..) ils sont interdits!
Exception: Parc de transport Ranger.

Une personne ne peut pas compter sur la communauté de le faire droit. Aucun traitement, traitement partiel, un mauvais traitement, réduction des coûts, la corruption, les comportements criminels, .. Le traitement à domicile de l'eau devient obligatoire.

Le traitement à domicile de l'eau nécessite une filtration. Il est de réduire: l'arsenic, l'amiante, le chlore, le chloroforme, la dureté carbonate, de cuivre, de la saleté, les herbicides, les métaux lourds, plomb, pesticides, rouille, ... Aussi dans des climats plus chauds a besoin d'eau filtrée pour être bouillie pour protéger contre les maladies mortelles (Micro-organisme) .



Menaces à l'eau douce

Bientôt la demande d'eau douce dépassera la disponibilité de l'eau douce.



pluie polluée peut entraîner la peinture à peler, la corrosion des structures en acier (des ponts) , L'érosion de la pierre, le flétrissement des feuilles et autres végétaux, irritation de la peau, ..
Check « air respirable » et « Green Concept » sur indiquons comment contenir la pollution.

Irrigation! L'utilisation des eaux souterraines pour l'irrigation réservoir souterrain appauvrit d'eau plus vite qu'il peut reconstituer. Résultant en tarir tout un écosystème et en créant une pénurie d'eau douce. extrémités d'irrigation des eaux souterraines. Illégale en utilisant les eaux souterraines pour l'irrigation est un crime, MME R7 . Le gouvernement permettant l'irrigation des eaux souterraines, est

remplacé, poursuivi, **MME R7** .

L'irrigation, à l'aide d'eau douce du ruisseau, rivière, lac, .. ralentit l'écoulement de l'eau. Cela encourage les ions évaporat-. Résultant à la sécheresse! Ce type d'irrigation a donné lieu à la fin des civilisations. Mettre fin à l'irrigation.



de la navigation Pollués (Ruisseau, rivière, lac, ..) créer une pénurie d'eau douce. Les eaux pluviales rempli de toxines, les produits pharmaceutiques, les poisons .. Le déversement illégal de déchets industriels, les toxines, les poisons .. Des extrémités des polluants cours d'eau, les pollueurs sont poursuivis en justice, les particuliers **MME R3** tous les autres, **MME R7** .

eau douce Supplément

Dessalement utilise beaucoup d'énergie, coûteux. L'ingestion d'eau a un impact négatif sur l'environnement, en tirant un grand nombre de poissons, mollusques et crustacés, leurs œufs, .. dans le système. Grandes créatures marines sont piégées contre les écrans à l'avant d'une structure d'admission. Le traitement chimique, la corrosion, créer une saumure chaude qui est libérée dans l'océan.



Dessalement a une teneur élevée en bore pour la fabrication qualité de l'eau inférieure. Cette eau utilisée dans l'agriculture, l'élevage et les résultats de la production alimentaire dans un régime de haut niveau de bore. Prolongé la consommation de niveaux élevés de bore est malsain.

eaux usées recyclées, passe d'eaux usées par traitement primaire pour prendre les solides, les nutriments sont éliminés, les filtres éliminent la plupart des bactéries et des virus.

L'eau est ensuite forcée à travers une membrane pour éliminer les molécules. Toilettes pour robinet est une option de dernier recours. Les tests ne révèlent pas tous les risques pour la santé.



Eau en bouteille (cher) est adapté pour Voyage. bouteilles d'eau en plastique

produits chimiques de libération qui deviennent dangereux pendant l'échauffement (Soleil, radiateur) . Ne pas utiliser des contenants en plastique pour aliments ou de boissons. Ne pas puchase aliments ou de boissons dans des contenants en plastique. Verre (Pas de plomb) bouteilles, contenants sont recommandés. Ne pas utiliser des pailles en plastique ou couverts. Ne pas utiliser des récipients en plastique pour cuisiner ou servir la nourriture.

eau potable aromatisée

Pour la variété de l'eau potable peut être aromatisé. Certains arômes est en bonne santé, il est ONU- à éviter. l'eau aromatisée peut être servi froid ou chaud.

Adapté boissons aromatisées: extrait de boeuf, extrait de poulet, cacao, thé, café, fruits, herbes, épices, légumes.



Mauvais pour la santé boissons aromatisées et adjonctions: L'alcool, la couleur artificielle, arôme artificiel, artificiel et édulcorant naturel, gazéifiée, Cola, Cordial, boisson énergisante, Lemonade, café décaféiné, jus fruitière, agents de conservation, de sodium ..



L'eau potable est le meilleur



Routine quotidienne: Levez-vous, un verre de 0,2l légèrement rafraîchi, l'eau filtrée. Avant chaque repas (Petit-déjeuner, collation Early Day, déjeuner, collation jour de retard, dîner) un verre de 0,2l de légèrement rafraîchi, l'eau filtrée. Have verre potable (Pas de plastique) rempli de 0,2l d'eau filtrée sur chaque table de chevet. Boire pendant la nuit à chaque fois après avoir visité les toilettes et quand ayant une gorge sèche, le repos de boisson pour se lever le matin.

consommation sans liquide. Vous avez 4 jours à vivre!

Toute personne, organisation, gouvernement qui refuse l'eau potable ou est la cause et l'effet de l'eau polluée. **Sont responsables, MME R7**

La demande en eau potable est un **1 GOD** droit donné!

Adapté boissons aromatisées:

café une boisson stimulante céleste



Café une boisson brassée préparée à partir de graines grillées de coffeeplants.

Le café est fabriqué à partir de séchées, grillées, graines de caféier, cultivés dans les climats chauds et humides le long de l'équateur. Il y a 2 variétés: les haricots robusta ont une saveur forte et un corps. Arabica croître à une altitude plus élevée, ont une saveur plus douce et les qualités aromatiques.

Une fois cueillies, séchées, les grains de café sont torréfiés à environ 200 ° C. Cela permet aux sucres du grain à caraméliser et la saveur du café à se développer. Plus les fèves sont torréfiées, ou plus la rature tentation, le plus sombre le rôti sera et plus complète la saveur, en général rôti la lumière ont une plus nette, la saveur plus acide, tandis que les rôtis plus sombres ont un plus profond, plus riche saveur. Un rôti foncé est pas nécessairement, « plus fort ». La force d'une tasse de café dépend de la quantité d'eau ajoutée alors que le café est infusé.



Comment faire une tasse de café?

Comment tirer le meilleur parti de votre tasse préférée de café.

- 1) café savoureux commence avec l'eau à goût. Si l'eau filtrée n'est pas disponible, utilisez l'eau froide du robinet. Laissez-le tourner pendant quelques secondes pour Aérer avant de l'ajouter à la bouilloire.
- 2) Laissez l'eau se détache l'ébullition (80 ° C) avant de le verser sur le café (Instant ou filtre goutte à goutte) granulés. L'eau bouillante granulés et roussit impact sur celle du goût.
- 3) Lors de l'utilisation du lait (non recommandé) , ajouter à la coupe après l'eau. Si le lait est ajouté 1er, le café peut ne pas mélanger aussi bien. L'eau chaude peut brûler le lait, en changeant la saveur.

Remarque! édulcorants (Sucre ou artificielle) café ruine!

Décaféiné est pas de café, mais un risque pour la santé.

Utilisez uniquement non laitiers blanchissants.

Les préparatifs:

Brassage,

Instant,

Drip-filtre à café; Espresso (machine)



Café décaféiné une -Risques pour la santé!

décaféination utilise des solvants.

Les résidus de solvant souvent bouleversé l'estomac.

Logique! Café sans caféine défaites de but de boire du café.

Ne pas utiliser dosettes une Le risque environnemental!

Dosettes tous les 1 milliard sont un désastre environnemental. Ils ne sont pas biodégradables. Ils ne sont pas recyclés. **ARRÊTEZ!**

Production! Poursuivre,

MME R7 . ARRÊTEZ! Les utiliser! Shun et la honte!



Remarque! Tous les 1 hors produits jetables sont une cause de trop d'ordures. Leur production « Ends! Violation, **MME R7** .

Éviter, la honte les gens qui utilisent 1 hors produits jetables!

Comment boire une tasse de café?

Pour obtenir la meilleure saveur, le goût laisser refroidir un peu que de prendre grand slurps plutôt que de siroter. Big slurps de café libération plus d'arôme. Odeur et goûter, céleste. **Il y a du café avec du lait wicket:**

Espresso est une boisson concentrée brassée en forçant l'eau chaude sous pression à travers le café finement moulu. Par rapport aux autres méthodes de brassage du café, a une consistance plus épaisse espresso, une concentration plus élevée de solides et de mousse dissous. **Espresso est la base pour d'autres boissons: Cappuccino, Latte, Macchiato, Mocha, Americano, Gringo, Duo-shot, lave et Mote. Servi avec un sourire.**

Cappuccino: préparation de la texture, la température du lait est la plus importante étape. Le lait est cuit à la vapeur bulles d'air Augmenter la hauteur très petite donnant une texture veloutée (mousse) . Un tir d'espresso est mis dans la cuvette, on ajoute du lait en mousse à chaud, garni de mousse épaisse de 2 cm, fini avec une pincée de cannelle sol.



Latté: chauffer le lait sans mousse. Un coup d'espresso est mis dans une tasse. lait chaud est ajouté, surmonté d'une pincée de cacao brut.



macchiato: chauffer le lait sans mousse. Remplir 2/3 tasse avec du lait. Ajouter un coup d'espresso. Top à la feuille de menthe poivrée.



Moka: faire du chocolat chaud brut. godet de remplissage 1/2 avec du chocolat chaud. Ajouter un coup d'espresso. Allonger avec du lait et la mousse de lait. Ajouter une pincée de cacao brut.



Lave: 1er un coup de espresso. Ajouter une ligne de contact de jus de mandarine concentré. Ajouter un coup de cacao brut chaud Top avec du lait en mousse chaude. Ajouter une pincée de cannelle moulue.



Grain: tasse de remplissage 1/2 avec thé à la menthe chaude. Ajouter un coup d'espresso. Top avec du lait en mousse chaude. Terminer avec une pincée de cannelle moulue.



Gringo: godet de remplissage 1/2 avec de l'eau chaude. Ajouter 2 plans d'espresso. En plus saupoudrez de noix de muscade.

Americano: Un coup d'espresso est mis dans la tasse. L'eau chaude est ajoutée.



-Shot Duo: Ajouter 2 plans d'espresso. Puis l'eau chaude.

Cacao une boisson stimulante céleste



cacaoyers poussent dans les régions chaudes et pluvieuses tropicales. Ce sont de fruits pods. A l'intérieur d'une nacelle il y a des graines (des haricots) . Les fèves de cacao sont transformés en beurre de cacao et de la poudre.



Préparation de cacao chaud:

1 cuillère à soupe de poudre de cacao,

1 tasse: liquide de soja, le lait de chèvre ou d'un autre lait non laitier. 1 cuillère à thé d'extrait de vanille, de cannelle Dash, Dash de noix de muscade.

Mélanger tous les ingrédients dans une casserole moyenne et chaud à feu moyen doux, en remuant jusqu'à consistance mousseuse et chaud.

thé une boisson stimulante céleste



Camellia une plante à feuilles persistantes. feuilles cueillies et de nous il donner thé traité. Les thés de base sont noir ou vert. Ils peuvent être aromatisés ou sentés.



préparation du thé dépositaire The Guardian: placer les feuilles de thé traitées en vrac dans un infuseur. Mettez infuseur dans une tasse en verre. Faire bouillir l'eau, arrêter l'ébullition, lors de barbotage arrêts (80 ° C) verser dans la tasse en verre. Prendre plaisir !

(une) Tout comme les arrêts bouillonnants verser sur le thé noir.

Après 1 minute agitation infuseur 3 fois. Après une autre minute supprimer. Boire ou ajouter les jus d'agrumes pour la saveur, ou laissez-le refroidir, refroidir et boire. Attention ne pollue pas avec des édulcorants, des agents de blanchiment (Artificielle ou naturelle) .



(B) 10 secondes après la fin bouillonnants verser sur le thé vert. Incorporer infuseur 3 fois. Après 1 minute supprimer. Boisson, ou ajouter les jus de fruits à noyau pour la saveur, ou laissez-le refroidir, refroidir et boire. Attention ne pollue pas avec des édulcorants, des agents de blanchiment (Artificielle ou naturelle) .



préparation du thé de graines à base de plantes, lieu pressé lâche graines dans un infuseur. Mettez infuseur dans une tasse en verre. Faire bouillir l'eau, arrêtez ébullition. Tout comme le



le bouillonnement cesse verser sur les graines. Après 1 minute agitation infuseur 3 fois. Après 7 minutes enlever.

Boisson, ou laissez-le refroidir, le refroidissement et la boisson. Attention ne pollue pas avec des édulcorants, des agents de blanchiment (Artificielle ou naturelle) .

préparation de feuilles de thé à base de plantes.

La même chose que-thé vert.



Préparation du thé à base de plantes racine, racines Chopp.

Préparer le même que le thé noir.

L'utilisation d'un micro-ondes quand brasser un sachet de thé fait ressortir les saveurs.

Remove tag de base métallique que de faire teabag est supprimé. La plupart des étiquettes de papier utilisent de l'encre pas cher, l'eau décolorer, interférer avec la saveur.

Mettez de l'eau chaude dans une tasse de thé> ajoutez votre choix de sachet de thé > chauffer au micro-ondes pendant 30 secondes sur la demi-puissance (400-500 watts) > Laissez infuser au micro-ondes pendant une minute > Sors-le > prendre plaisir!

L'eau potable est le meilleur (peut être aromatisé)



Filtré eau pour une bonne santé !!!

Pour survivre aux besoins du corps humain **mangeable alimentaire**

Une partie d'une routine quotidienne est en train de manger. Comment nous sommes en bonne santé et combien de temps nous vivons. A beaucoup à voir avec notre habitude de manger. Pas de nourriture que vous affamer!

Nourrissez 5 fois par jour:

'Petit déjeuner, comprennent l'eau, herbes, épices, miel, café, ..

Early Day-collation, comprennent l'eau, fruits, herbes, thé, ..

Le déjeuner, comprennent l'eau, salade, oeuf, café, ..

Late Day-collation, comprennent l'eau, les noix, les baies, épices, cacao, ..

Dîner'. comprennent l'eau, le thème du dîner, du thé ou du café .. légumes.

7 Les aliments qui doivent être consommés tous les jours: Fungi (champignon) , Céréales (Avoine, orge, lentilles, maïs, millet, quinoa, riz, seigle, sorgho, blé) , Hot

Piments, oignons (Marron, vert, rouge, ressort, la ciboulette, l'ail, le poireau) , ley PARS-, doux Capsicum, légumes (Asperges, haricots, brocoli, chou-fleur, les carottes, les pois, les choux, ..)



Chaque jour de la semaine doit avoir un thème dîner: par exemple, Jour 1: Des légumes
Jour 2: la volaille Jour 3: Mammifère Milieu de la semaine: Reptile Jour 5: Fruit de mer
Fin de semaine: Noix et graines funday: Insectes

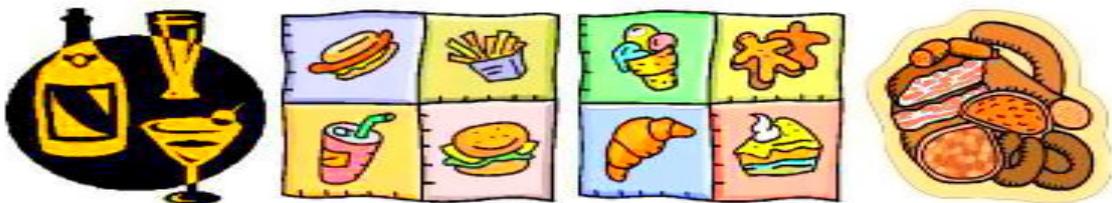
Non DietNo » s: sweetners artificiels, fabriqués alimentaires, aliments modifiés génétique, a ajouté Fructose.



Fructose la principale cause du diabète, l'obésité (Blubber Personnes) . Il est mauvais si elle vient en sucre ou des fruits. Ajout Fructose pendant censing pro de boisson ou de la nourriture est un danger pour la santé. Traitement, distribution, vente de ce type de boisson ou de la nourriture est un comportement criminel, il obtient: **MME**

R6 . Exception: Non traité, baies, fruits, miel, légumes.

Dire non à: **Tout ce qui contient:** Fructose, le glucose, le sucre; Biscuits, gâteaux, petit déjeuner-céréales, chocolats, fruits jus, glaces, sucettes, confiture, ketchup, limonades (Cola, énergie, ..) Marmelade, Muesli-bars, sauces, vin ...



Fabriqué alimentaire est trop salée a trop de conservateurs, est souvent trop grasse et a sucre ajouté la rendant impropre à la consommation par les humains, les animaux domestiques et le bétail. **la nourriture est une Manufactured pression artérielle élevée causeof de, colmatage des artères et l'obésité (Blubber Personnes)** . Traitement, distribution, vente de denrées alimentaires sont Manufactured comportement criminel besoin de poursuivre. **MME R6**

Dire **Non** à: lait laitiers, fromage laitiers, Restauration rapide,
jambon, hamburgers, saucisson, ...

fabriqué: Pain, viande; Pizza, Saucisses,

Traité: Fruits, soupes, légumes ...



Aliments GM est ce que les gens consomment en réalité. Tout commence comme génétique modifié (Conçu) La graine (GM Crop) . GM récolte en raison de l'écoulement

- sur alters effet l'ensemble de la chaîne alimentaire. C réer mutations qui créent de nouvelles maladies, menaçant le pronostic vital mondial Plaies dans tous les maillons de la chaîne alimentaire! **Y COMPRIS Humans!** Les gens deviendront plus malades, meurent plus jeunes, plus de malformations, de bébés plus malades, plus de fausses couches ... Est-ce que changer l'ADN humain.

GM alimentaire menace la survie: Alfalfa, aliments pour bébés, bacon, pain, maïs, céréales de petit déjeuner, le canola, les œufs, le jambon, la margarine, la viande, pomme de terre, la papaye, les pois, la volaille, le riz, les saucisses, le soja, les tomates, le blé, les courgettes, ...

Demande de la communauté alimentaire sans mélange. **NON** : L'alcool, la modification génétique, Herbicides, Insecticides, Produits alimentaires manufacturés, sel ajouté, ajouté Édulcorants (naturelle ou artificielle), ...

Toute personne, organisation, gouvernement qui refuse la nourriture mangeable ou est la cause et l'effet de la nourriture polluée (GM) . **Sont responsables, MME R7**

La demande alimentaire mangeable est une **1 GOD** droit donné!



10.2.7. Blubber journée
C-GKalendar Thèmes Fun Day

12.1.7. Bonne santé journée
C-GKalendar Thèmes Fun Day

Pas assez de nourriture vous tombez malade!

Pas de nourriture que vous affamer!

Pour survivre aux besoins du corps humain **Sommeil**

1/3 de tous les jours est passé à se coucher, une partie de ce sommeil qu'implique.



Le sommeil est nécessaire pour la survie d'un corps humain. 7 heures devraient faire. Le manque de pistes de sommeil à la mort, mais seulement après un transit très douloureux par la dépression et des explosions de folie.

Pour obtenir un sommeil réparateur revitalisante la chambre doit être aussi sombre que possible. L'absence de bruit interne et externe est un must. Shire-couvre-feu de nuit mettre en œuvre.

Remarque! Il est normal d'avoir 2 places avec une pause entre les deux. 1er sommeil est d'environ 3,5 heures avec une pause jusqu'à 1,5 heure suivie d'un sommeil de 3,5 heures.



Pendant la pause de sommeil 1,5 heure. Les gens se lèvent, allez WC, ... Avant de se faire vers le bas les exercices de nuit et un verre d'eau.

Ceux qui ne reçoivent pas, prier, lire, écrire, couples dans le chat, mon pote (Pendant la pause des gens du sommeil sont plus à mieux détendu concevoir) , ...

NUIT - exercices TEMPS

Il est normal d'avoir 2 places avec une pause entre les deux. Si vous lever (Par exemple pour aller aux toilettes) , En rentrant assis au bord du lit, boire un peu d'eau. Faites les exercices suivants (Tous les exercices sont effectués alors qu'il était assis sur les genoux de l'épaule bord du grand lit à part) . Chaque fois que vous vous levez faire un exercice différent.

1er exercice: Placez les paumes * de vos mains contre l'extérieur de vos genoux. mains presse vers l'intérieur et vers l'extérieur, les genoux maintien 7 secondes (Vous vous sentez la tension dans les bras, les jambes, les épaules) . Détendez-vous, prenez une grande respiration, sans répétition, eau gorgée, se coucher, bien dormir. * poings d'utilisation de variation .

2ème exercice: poings Make * les placer contre l'intérieur de vos genoux. poings et genoux presse vers l'extérieur vers l'intérieur, maintien 7 secondes (Vous vous sentez la tension dans les bras, les jambes et le ventre) . Détendez-vous, prenez une grande respiration, sans répétition, eau gorgée, se coucher, bien dormir. * l'utilisation de la variation des palmiers plats .

3ème exercice: plier les bras (90%) à son tour, niveau de la poitrine des pupilles de la main gauche de flexion des doigts, tourner à droite vers le bas de flexion des doigts.

doigts serrés. interverrouillage Maintenant, tirez les mains en sens inverse, maintenez 7 secondes (Vous vous sentez la tension dans les doigts, les bras, la poitrine) . Détendez-vous, prenez une grande respiration, sans répétition, eau gorgée, se coucher, bien dormir.

3ème exercice: plier les bras (90%) à son tour, niveau de la poitrine des pupilles de la main gauche de flexion des doigts, tourner à droite vers le bas de flexion des doigts. doigts serrés. interverrouillage Maintenant, tirez les mains en sens inverse, maintenez 7 secondes (Vous vous sentez la tension dans les doigts, les bras, la poitrine) . Détendez-vous, prenez une grande respiration, sans répétition, eau gorgée, se coucher, bien dormir.

4 Exercice: plier les bras (90%) à son tour, niveau de la poitrine main gauche sort par le haut, tournez la main droite en poing. Placez le poing dans la main et appuyez en même temps presse main ouverte vers le haut, maintenez 7 secondes. Inverse, maintenez 7 secondes (Vous vous sentez la tension dans les mains, les bras, le cou, la poitrine) . Détendez-vous, prenez une grande respiration et gorgée d'eau, se coucher, bien dormir. Pas de répétition.

Les gens avec le dos tendu ajouter cet exercice à chaque exercice: Placez les mains sur les genoux. inclinaison arrière bend arrière de la tête puis du rock en avant sans perdre le contact avec les genoux (Vous vous sentez la tension dans les bras, le dos, l'estomac) . Détendez-vous, prenez une grande respiration, 7repeats, boire de l'eau, se coucher, bien dormir.

Remarque! Les gens qui sont assis beaucoup pendant de jour. Sont à faire 1 des exercices de temps veilleses en rotation toutes les 2 heures.

C'est votre corps! Gardez-Fit!

Il y a des conditions préalables avant de se coucher pour dormir.

Il doit être sombre, il devrait être la nuit. Pour obtenir un sommeil réparateur revitalisante la chambre doit être aussi sombre que possible. L'absence de bruit interne et externe est un must « Shire » doit mettre en œuvre « Night-couvre-feu ».

1 heure aurait passé depuis la dernière alimentation. Se brosser les dents et se laver tout le corps avant de se coucher. Culte 'Sleep-prière'.

1 Dieu attend de vous entendre!

Sommeil Prière

chère 1 GOD , Créateur des plus beaux univers me protéger quand je suis le plus vulnérable me protéger des pensées troublantes et le Mal

Laisse-moi tranquille, la guérison et la revitalisation du sommeil Ne laissez pas vous inquiétez pas perturber mes rêves et le sommeil me souviens que Laissez les doux rêves pour la gloire de **1GOD** et le bien de l'humanité



Cette prière est utilisée avant d'aller dormir!



Avez-verre potable (**Pas de plastique**) rempli de 0,2l d'eau filtrée (**Rien ajouté**) sur chaque table de chevet. Chaque soir avant d'aller au lit mettre le verre sur la table de chevet. **Remarque!** Boire pendant la nuit à chaque fois après avoir visité les toilettes et quand ayant une gorge sèche, le repos de boisson pour se lever le matin.

Avoir 1 bol en verre Goldtone (**1 uniquement en double**) contenant concoction à base de plantes (**Arôme Therapie**) sur le côté fenêtre table de chevet !

Le matin, après 7 heures de sommeil:

Levez-vous, un verre d'eau filtrée, allez toilettes, faire « Daily-Fit (**Des exercices**) », Culte « Daily-prière », Se laver le visage, les mains, prendre le petit déjeuner, se habiller. Vérifiez votre « planificateur ».

Maintenant, votre prêt pour expériences de vie.

À l'extérieur vont porter, des vêtements de protection et de la tête, la protection de l'œil et les pieds.

sommeil Retenue est une torture! La torture comme outil d'interrogation est pas acceptable. Les **tortionnaires sont tenus responsables: MME R7**

La demande absence de bruit extérieur la nuit (**Nuit de couvre-feu**) ! Il est un droit communautaire! **utilisation Dépositaire Gardien: CGNAs BS-1 (Standard de la literie) !**

NUIT - CURFEW

Le corps humain n'a pas été conçu pour être nocturne. Les humains utilisés à mauvais escient leur cerveau pour créer un mode de vie nocturne. Ce mode de vie est pas bénéfique pour la santé. **Nuit-couvre-feu est nécessaire pour une bonne santé.**

A 7 heures de nuit couvre-feu de 14-21 heures (**22- 6 heures, horloge Pagan- 24 heures**) est obligatoire. Pour une bonne santé, la réduction de la consommation d'énergie, la réduction de la pollution, la protection de la faune. **Réduction de la criminalité, en réduisant les coûts au gouvernement, en encourageant la multiplication.**

fonctionne Personne (**tout est fermé**) excepter personnel minimum d'urgence. Aucune énergie doit être utilisée, sauf en cas d'urgence ou de chauffage! 1 station de radio publique nouvelles est autorisée tous les autres divertissements est désactivé! Aucune fabrication, bureau, ou le détaillant pour faire fonctionner ou utiliser l'énergie!

Maisons peuvent utiliser le chauffage (**Habillez-vous chaudement**) , refroidissement (**Robe légère**) dans des conditions météorologiques extrêmes.



Nuit couvre-feu doit être obligatoire. Pour le bien-être du corps humain et de l'habitat local. A Shire applique Night-Shire Couvre-feu dans la réhabilitation **MME R1** Les récidivistes sont passés à la réhabilitation provinciale **MME R3**

Nuit-Couvre-feu à **SAVEPLANETEARTH !!**

PROTECTION DU CLIMAT pour la survie.

est nécessaire protection du climat pour protéger le corps humain, les animaux, les animaux, Poduction alimentaire. Protection du climat: **des vêtements de protection abordable et hygiénique un abri sûr abordable!**

Vêtements de protection est nécessaire pour protéger le corps humain contre le climat, les maladies et la pollution. **Vêtements de protection** doit être com- fortable, utile (**Protection contre les conditions climatiques extrêmes**) et abordable.

Vêtements de protection se compose de couvercle de la tête, des vêtements, des chaussettes, des chaussures!

Tête protection se compose de cagoule, bonnet, K-écharpe, protection des yeux, casque. **Cagoule (Bonnet)** , **K-écharpe** je s tricot de laine ou de coton, de la laine (**Aucune fibre synthétique**) mélanger. **Peut-être une couleur ou un motif.**



Protection des yeux et un casque donner une protection UV. le

visière est incurvée latéralement et en haut droite et en bas, incassable, hig- gratter hly résistant, bloque les rayons UV, ne buée, réglage éblouissement

(Plus foncé / plus léger, plus clair / sombre) . Le casque a un dos en cuir protecteur de cou.

Protection des yeux et la tête est toujours porté à l'extérieur.

Vêtements de protection est nécessaire pour protéger le corps humain contre le climat, les maladies et la pollution. Les principales parties du corps protégés par des vêtements de protection sont la peau et les pieds. Les vêtements de protection est toujours porté à l'extérieur.

Vêtements de protection : Salopette (Avec cagoule) ou 2-pièce faite de lin, de coton, de laine, ou un mélange de coton / laine (sans fibres synthétiques) toute couleur / motif. Soit devrait avoir un cou t-shirt, bouffi * bras et les jambes fermées aux poignets et aux chevilles (Calfeutrer) . * Les bras et les jambes bouffantes permettent articulations du coude / genou de se déplacer librement aussi l'intérieur de l'air crée le contrôle du climat pour la peau et le corps.

Vêtements est fabriqué à partir de fibres naturelles: peaux d'animaux, de fibres végétales, de la soie, du coton ou de la laine. Les fibres artificielles ne sont pas utilisées pour la peau humaine toucher les vêtements. Production de fibres artificielles pour des fins de vêtements.



Vêtements de protection est confortable, de longue durée, pratique, abordable

À la mode (étiquette de concepteur) des vêtements de protection est trop cher, à court terme, impractically .. Pas acceptable!

Les pieds doivent être protégés contre le climat et les chocs. La peau, des orteils et Chevilles sont à risque. Protection des pieds comprend des chaussettes et des bottes. Portez toujours des pieds lorsque vous vous aventurez à l'extérieur.

Chaussettes sont fabriqués à partir de coton, de laine, un mélange de coton et de laine (Pas fibres synthétiques) aucune couleur tout motif. Les chaussettes doivent couvrir pieds jusqu'à 7 cm au-dessus Chevilles.

Bottes en cuir ont supérieure de protection, cuir souple intérieure (Pas fibres synthétiques) semelles en cuir ou en caoutchouc. Bottes protéger les pieds jusqu'à 7 cm au-dessus Chevilles. chaussures synthétiques chauffe pieds les faisant bouillir. Vous ne pouvez pas marcher.



Protection des mains (**gants**) sont portés en fonction des besoins! Les gants sont faits de cuir, le coton, la laine, un mélange de coton et de laine (**Pas fibres synthétiques**) aucune couleur tout motif.



SHUN:

étiquette Designer font partie élitiste de l'apartheid de la richesse. griffés sont trop chers. Produit par le travail des esclaves. Conçu pour bien arrogants hors snub- bing les nécessiteux et les pauvres en difficulté. Shun personnes qui portent ces.



Étiquette de concepteur! Les gens qui où l'étiquette Designer! Détaillant qui vendent griffés! Protec vêtements tive trop chère! vêtements de protection impractically mode! Vêtements de protection fait de fibres artificial-! **HONTE, SHUN** les sans-abri moqueurs Ils paient pour avoir des vêtements look délavées, ont délibérément déchiré et des trous faits en eux.

code vestimentaire
Inacceptable trash:



Que les gens trash savent qu'ils sont trash.

Shun vêtements synthétiques, chaussures. Mettre fin à la production de vêtements synthétiques, chaussures. **get producteur, tissus synthétiques illicites MME R6 .**



Protégez votre corps à utiliser des vêtements de protection de l'extérieur!

Les humains ont une **1 GOD** donné droit à **abri hygienicaffordablesecure (Hass) !** Le gouvernement a le devoir de fournir sa population avec un **abri sûr hygiénique abordable! Shelter est fourni par ' Comté' (Gouvernement local) . Une partie de Shire planification. DOMICILE !!**

Pour un Shire pour fournir un abri sûr hygiénique abordable tous Freehold terre et au logement intérieur (**Propriété privée**) sont transférés. Em- biens transférés pty est rempli de personnes sans-abri et les familles sur les listes d'attente. maisons à plusieurs chambres ayant des besoins seulement 1 occupant à prendre dans d'autres occupants. Il est un comportement antisocial inacceptable pour 1

personne ayant plus de 1 chambre à coucher.



Tout 'Hass' sont des logements locatifs. Finalement, la vanité jardin tal ornementation, maisons de autoportantes sont remplacés par logement communautaire cluster-. location Cluster logement est fourni par le « Shire ».

Tous les logements de cluster ont 3 niveaux de locataires + 1 niveau glasshouse
Au niveau du sol, niveau 1, niveau 2, glasshouse jardin (Les locataires peuvent faire pousser des plantes) . Cluster logement se compose d'unités individuelles (1 pièce) , unités couple (2 chambres) , les unités familiales (3 chambres ..) . Obligatoires lignes directrices (Situation familiale, l'âge) appliquer.

Tout 'Hass' sont des logements locatifs. location à la semaine est de 14% du revenu hebdomadaire brut du locataire. louer plusieurs locataires est de 14% du revenu hebdomadaire brut conjoint des locataires. Par exemple, le revenu hebdomadaire brut de 100 \$, loyer 14 \$. \$ Revenu hebdomadaire brut une mille, loyer 140 \$.

Comté fournit de l'électricité, l'eau avec un minimum par jour (Libre) / (Salaire alors) coupe maximale hors utilisation. Shire également fournir buanderie communautaire, l'entretien, les loisirs, les déchets, l'élimination des eaux usées.

seul locataire a droit à une salle de séjour communautaire. À l'âge de 63 trans-fer est à l'hébergement de retraite (obligatoire) . fourni 1 chambre utilisations sur les toilettes dix communautaires de même niveau / installation de douche. Le linge sol / baignoire.

Couple (1 IL, 1 ELLE) les locataires ont 2 chambres: salon / chambre / coin cuisine et WC / douche. Partager buanderie / salle de bain au niveau du sol.
Bouge toi (obligatoire) à l'unité de la famille quand les enfants arrivent. Un couple devient unique, les transferts (obligatoire) à seule unité.

locataires de la famille ont 2 chambres (Salon / chambre / coin cuisine et WC / douche) . Partager buanderie / salle de bain au niveau inférieur + 1 chambre pour chaque 2 enfants. Après le dernier enfant quitte (Par âge 18 obligatoire) . transfert de couple (obligatoire) à couple vivant.

maisons de cluster permettent aux petits: Aquarium, terrarium, petits chiens. Ne laissez pas les chats, la faune, les animaux domestiques, tout ce qui est plus grand qu'un petit chien, pas d'élevage. Les créatures qui constituent une menace pour les locataires et l'habitat.



Remarque! Les locataires souffrant d'un handicap mental, physique, sexuelle, vivent dans des abris spéciaux fournis par le gouvernement provincial.

Shire logement de cluster communal répond à tous les besoins humains! Un endroit pour démarrer et faire croître une famille.

Soutenir Communal Cluster Logement. Ta maison!

Votre communauté!

BONNE HYGIÈNE pour une bonne santé.

Une bonne hygiène commence par être propre et bien rangé. commence propre et bien rangé avec l'apparence personnelle, s'applique à la maison, l'étude et le travail. Propre et bien rangé applique également à la réflexion et le raisonnement.



Une « routine quotidienne » comprend la propreté. Se laver les mains après chaque visite aux toilettes et avant chaque tétée. Se laver le visage avant chaque tétée. Se brosser les dents et se laver tout le corps avant de se coucher. Il se rase au moins tous les deux fois par semaine. Se laver les cheveux une fois par semaine. **Dépositaire Gardien assister propre Rassemblements (Brosser les dents, les cheveux peignés, corps lavés) , Rasé les poils du visage (IL) , Le port de vêtements propre, soigné (la tête aux pieds) .**

Après s'être levé le matin tous les membres de la famille physiquement capable faire leur lit. Les parents enseignent aux enfants comment. Fin de l'hygiène du matin. Il est temps de se habiller, mettre sur le prêt aménagé (**Veille**) orientera la personne prévue à l'usure. Chaque récipient de stockage de petit déjeuner est nettoyée avant le remplissage et l'étiquetage

(**Contenu, date de remplissage**) . Après coin repas petit déjeuner propre. Retour à conteneurs de stockage. Les emballages souillés, les ustensiles sont mis dans l'évier. Une personne est maintenant prêt à commencer leurs travaux Daily (**Maison, école, travail, bénévolat**) .

Tous les conteneurs ont une étiquette de contenu. contenants alimentaires ont également une date de remplissage. **Stocker les récipients soigneusement et sécurisé. Dangereux (Poison, toxine) les récipients sont stockés en toute sécurité, (Enfant et une preuve d'incompétence) .**



Ne laissez pas les éléments inutilisés (**Ustensiles, outils, jouets**) encombrer de meubles, sol, espace de travail.

Après l'utilisation ramasser des objets les mettre dans le **stockage pur (Marqué) . articles de alway Store au même endroit.** Ils sont alors faciles à trouver.

Avant d'aller au lit. **Préparer et la mise en page du matériel que vous envisagez de porter le lendemain. Emballer tous les sacs avec des éléments qui sont prévus à prendre le long au moment de quitter le matin.**

Garder votre environnement propre et bien rangé. réduit: ré uste (Bon pour votre système respiratory) , M organisme icro (Bactéries, germes, virus) moins les infections, les décès, je nsects (Piqûres, larves, piqûres) moins d'infections, des éruptions cutanées, V Ermin (Rats, souris, cafards) , Moins les excréments, la propagation de micro-organisme, moins épidémies de peste.

L'utilisation d'un désinfectant ou eau de Javel forte augmente vos chances d'obtenir la maladie pulmonaire obstructive chronique. Utilisation d'un nettoyeur de surface naturelle:

Mélanger, 1 bicarbonate de soude tasse de vinaigre blanc 1/2 tasse un, ajoutez quelques gouttes d'huile essentielle. Faut-il plus fort ajouter une cuillère à soupe de sel.

Besoin d'éternuer! Éternuez dans votre aisselle. Ne pas diffuser disease.

Ne pas embrasser sur les lèvres. Embrasser les fastes de transmet. Frotter le nez à la place.

Ne pas serrer la main! À moins que vous portez des gants.

Hygiène applique à la pensée. Immoral, égoïste, haineux, violents, les pensées sont mauvaises pensées à éviter. La mise en œuvre de mauvaises pensées conduit à la reddition de comptes!

Le changement climatique a diminué la qualité de l'air. Plus, plus gros incendies (Brousse, forêt, feux de forêt) ! domestique humain (Charbon, fumier, gaz, pétrole, bois) , les services publics (Charbon, ordures, du gaz, du pétrole, de l'uranium) , transport (Charbon, gaz, pétrole) brûlant! Une communauté doit envisager d'utiliser une protection respiratoire!

Extérieurs équipement de protection respiratoire (RPE) est recommandé!

Rpe sont évalués par la façon dont ils protègent contre les particules. masques P2 sont utilisés. Pour protéger, les masques sont bien équipés (Barbes sont rasés) !

Intérieur utilisent purificateurs d'air! Ce gadget utilise un filtre HEPA. Gardez toutes les fenêtres et les portes fermées.

Les humains produisent trop d'ordures, les déchets! Cela crée un risque grave pour la santé. Il crée de la pollution qui entre dans la chaîne alimentaire des communautés. Les gens sont de réduire achats de biens non essentiels, les maisons de taille Downlights, réduire les activités de Leisuretime (Grands événements foule, sport, mu- sic, ..) !

Immunitaton est obligatoire! Les gens qui ne sont pas vaccinés sont une menace pour la communauté! Ils sont vaccinés et mis en cage, MME R4

Le sentiment de sécurité une communauté ont besoin d'un droit humain.

Les gens ont le droit de se sentir sauver dans leur maison. Ils ont le droit de se sentir à l'économie d'étude et de travail. Voilà pourquoi le concept de « gardien Gardien Shun violence » est disponible (Voir Ch7, 1Church) pour mise en œuvre dans tous les Shire .

Comté fournir des services Sentinel. Sentinel bas pour gérer la garde des risques moyens et fonctions patrouille. Sur ou hors service un Sentinel rapportera comportement antisocial (Crimes, pollution, vandalisme) et signaler tout problème de santé de l'unité et la sécurité comm-. Sentinel arrêter pour des infractions brisées perçues et les crimes commis. Ensuite, appelez son poste pour une patrouille pour ramasser l'arrêté.

Comté fournir un couvre-feu de 7 heures de nuit obligatoire à partir de 14-21 heures (CG Klock) . Pour une bonne santé, la réduction de la consommation d'énergie, moins de pollution et la protection de la faune. Réduction de la criminalité, le coût pour le gouvernement, encourageant la multiplication.



Les gens aident leurs voisins lors d'une attaque.

Les travailleurs aident collègues. Les éducateurs et les chercheurs aident les uns aux autres.

L'objectif de chaque Shire est d'être libre de violence.

Les travailleurs des services d'urgence aident-application de la loi. En étant vigilants des violations des règles, des règlements ou de congé. Ils peuvent

doivent faire de civils d'arrêt. CE réserviste peut être appelé à l'aide.

Avoir une communauté sans violence est un droit et le devoir. Toute personne a le droit de se sentir sauver. Toute personne a le devoir d'aider les gens qui ont la violence infligée sur eux. **Ne pas le faire, MME R2 !**

Les gens qui permettent à la violence, la violence montre, **MME R2 !** Les gens qui encouragent (**Acclamer, aide**), Fomentent, la violence, protéger les personnes violentes de l'arrestation, **MME R3 !** Cela vaut également pour le combat, sport de contact!

1 Dieu attend de vous entendre!

Victimes d'actes criminels Prière

Mémorial - jour 2. 4. 7 .

chère **1 GOD**, Créateur de la plus belle Univers Votre plus humble de gardien fidèle gardien (**1st prénom**)

Demande pour soulager l'angoisse et la douleur des victimes d'actes criminels aide les victimes de la justice get du crime et d'indemnisation je promets de l'aide punir le crime sans fin Demandez que le mal est puni dans la vie et Afterlife pour la gloire de **1 GOD** et le bien de l'humanité



Cette prière est utilisée sur les victimes de la Journée du crime (CG Kalender)!



La violence commence par l'enfant à naître. un environnement violent instiller la pensity pro à la violence pour le reste de la vie. La propension à la violence a besoin d'un déclencheur pour prendre un tour violent. **Triggers:** L'alcool, la colère, la peur, la pression entre pairs, contact sport, sport-combat, l'ignorance, l'humiliation, l'esprit substance altérant, le manque d'empathie, de provocation, de la vidéo violente, la violence des jeux vidéo, ...



Un exposé à naître à papa et maman abusant de l'autre verbalement. En savoir qu'il est normal d'abuser verbalement et fera plus tard dans la vie. Un enfant à naître est exposé à maman d'être blessé physiquement par papa. **ELLE nouveau-né plus tard** dans la vie subissent des mauvais traitements physiques par SE. Son nouveau-né pense qu'il va bien SHE mal.

abuser Agressivement, intimidant, dominant les autres est l'intimidation. L'intimidation commence par intimitation il peut se transformer en agression. **Bully de**

habituellement s'entourer de individuels lâches infortunés.

La violence isthethreat

Arrêter la violence maison startat

menace extérieure (Autre province, espace) est gérée par les militaires.

Militaire ne propre ou de l'utilisation A, N (Atomique, nucléaire) B (biologique) C

(chimique) armes. weapens paralysant des utilisations militaires prend prisonniers (Torture pas, tuer) ! Utilise et applique CG droit spatial.

La communauté ne se sent pas sauver (Toxicomanie, les effets secondaires) en utilisant rmaceuticals PHA! Le sont un traitement coûteux seprimitive. uticals Pharmace- sont un traitement de dernier recours. Shun practioners de soins de santé qui ne prescrire des médicaments. Ils sont incompetents corrompus « charlatans ». Demande, ils seront disqualifiés.

Remarque! Observance des conseils de régime alimentaire dépositaire gardien et les exercices suivants, réduit les maux de 80% +.

Beaucoup de gens dans la communauté se sentent menacés par une personne handicapée. Il existe 3 formes de handicap: handicap mental, déficience physique, déficience sexuelle .

Maladie mentale

Les chercheurs qui montrent des signes de « déficience mentale » . . . Sont évaluées par un comité (Éducateurs, médecins, parents) . Si trouvé malheureux sont transférée à, « MDQC » (Composé des personnes handicapées mentales en quarantaine) . Pour leur propre protection et protéger les autres enfants.

Handicap physique

Les chercheurs qui montrent des signes de « handicap physique » . . . Sont évaluées par un comité (Éducateurs, médecins, parents) . Si trouvé malheureux sont transférée à, « PDQC » (Composé des personnes handicapées physiques quarantaine) . Pour leur propre protection et protéger les autres enfants.

invalidité sexuelle

Les chercheurs qui montrent des signes de « handicap sexuelle » (Pédophilie, même sexe, le sexe confondu) . Sont évaluées par un comité (Éducateurs, médecins, parents) . Si trouvé malheureux sont transférés à, « SDQC » (Sexuel

Composé des personnes handicapées en quarantaine) . Pour leur propre protection et protéger les autres enfants.

Soutien de la vie

Une personne incapable de faire un sandwich et le manger maintenant ou dans l'avenir prévisible. Peut vouloir invoque la **1 GOD** processus de prise de décision

(vivre ou mourir) . Toute personne a le droit de refuser un traitement, de la nourriture, des boissons. **Nier une personne de ce droit est une torture, un crime, MME R7 .**

1 DIEU la conception est que tout dans l'univers physique a un début et à la fin, y compris le corps humain. La compassion de l'homme en mettant fin à la souffrance. **La vie ne « prolonger artificiellement » . prolonger la vie Artificiellement interfère avec 1 GOD la conception.**

Enterré vivant

Pour éviter d'être enterré vivant, la crémation est un must. Crémation est non seulement nécessaire pour libérer l'âme, mais aussi pour des raisons de santé. Les assainit d'incendie tion crema- détruire les bactéries dangereuses, des virus, des larves d'insectes et de champignons qui peuvent habiter le corps. **Remarque! Sont un risque Cimetières de santé, une perte de terres. Les conseils sont en cours d'exécution sur la terre pour les cimetières.**

Auto-infligé tuer

Auto-infligé tuer (Euthanasie, suicide) est un signe d'un esprit faible, un esprit faible. Il est une expérience de vie pour l'âme. D'autres humains ne sont pas interférer moins qu'il y ait un danger pour les autres. 1 DIEU traitera ce le jour du jugement. Aider une personne à un meurtre auto-infligé est acceptable tant que le tribunal compétent accepte qu'il ya un désir de mort. Grave souffrance est la torture. Y mettre fin!

Remarque! Les humains ont mis la souffrance des animaux de leur souffrance. Cependant, ils manquent de compassion pour leur propre genre.

Mettre fin à la vie dans la dignité est un droit humain.

Vote

Les gens soutiennent gouvernement librement élu en votant ns electio-. Ne pas voter peut entraîner des radicaux prise en charge du gouvernement et l'établissement d'un Tyrannie (Héréditaire ou politique) . **Tyrans sont enlevés mis en cage, MME R7 . ' de soutien seulement deux types de gouvernement, « gardiens Univers Dépositaire Province » (provincial) et « Shire » (local) .**