

新时代标准

Custodian Guardian New Age 带来了 CGNA 标准。有4个。他们是社区服务!

气候保护标准 1 CP 1

人体要生存就需要气候保护! 气候威胁: 太阳 (辐射), 温度 (热冷), 湿的 (寒冷, 体温过低), 风 (燃烧, 寒冷, 灰尘). 气候防护包括头部防护、防护服、防护鞋。裸露的皮肤对人体的威胁 (裸露) 暴露于元素。

测量标准 1 Ms 1

Custodian Guardian 使用新时代标准(NAs)测量。更新的公制版本。一个 UCG 社区服务。

长底单元: 仪表(米)~地区基地单元: 平方米(平方米)~ 3D仪表(立方米)~ 体积基础单元: 升(l)~重量基础单元: 公克 (G)

包装标准 1 Ps 1

附言 1(包装标准) 涵盖消费者需求: 诚实轻松地比较产品数量和包装。包装是可回收和可生物降解的。Ps 1 一个 UCG 社区服务。

睡眠标准 1 Ss 1

睡眠是人体生存所必需的。7小时应该可以。睡眠不足会导致死亡, 但只有在经历了非常痛苦的抑郁和精神错乱之后才会死亡。

AS it is Written It Shall Be



新时代标准

气候保护标准 1

CP 1

人体要生存就需要气候保护!

气候威胁:太阳 (辐射), 温度 (热冷), 湿的 (寒冷, 体温过低), 风 (燃烧, 寒冷, 灰尘). 气候防护包括头部防护、防护服、防护鞋。裸露的皮肤对人体的威胁 (裸露) 暴露于元素。

保护眼睛分为2个部分: 实际的: 单镜头 (遮阳板). 时尚: 2个镜头 (眼镜).

1. 轮辋: 需要在所有侧面挡住空气中的颗粒 (底部、侧面、顶部). 必须抗断裂 (坐着不碎). 可以是任何颜色都可以装饰。

2. 镜头 (小): 牢不可破, 高抗划痕, 阻挡紫外线, 不起雾, 调节眩光 (变深、变浅、变浅、变深).

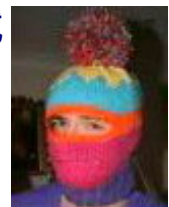
出门一定要戴护目镜!

V 头盔头部防撞保护。头发和头部需要气候保护, 免受寒冷、潮湿、极端辐射和污染的影响。头部也需要保护免受撞击: 带有内置 GPS 跟踪器、电话、录像机的 V 型头盔。

外壳是金属或合成的。它有一个中线脊 (可以装饰, 羽毛). 皮革下巴带固定麦克风。遮阳板横向弯曲, 垂直向上, 向下, 牢不可破, 高度耐刮擦, 阻挡紫外线, 不起雾, 眩光调节 (较深、较浅、较浅、较深). 头盔有一个皮革后背作为颈部保护。

V 头盔内部有皮革衬垫。嵌入在填充物中的是耳塞。A 巴拉克拉法帽 (毛线帽) 或者围巾可以戴在头盔下。保持头盔内衬清洁, 防止汗水、头皮屑、油脂。外部配件: 强光灯、红外灯; 摄像机。

巴拉克拉法帽 (毛线帽) 遮住整个头部, 只露出眼睛。是用羊毛或棉和羊毛的混合物编织而成 (不含合成纤维). 可以是任何颜色或图案, 顶部可能有装饰性绒球。当不需要面部和颈部保护时, 巴拉克拉法帽可以卷起来变成 “无檐小便帽”。



K-围巾可能会遮住整个头部, 只露出眼睛 (最大保护). 它充当头罩和面纱。是用羊毛或棉和羊毛的混合物编织而成 (不



合成纤维) . 可以是任何颜色或图案。

巴拉克拉法帽或者K-围巾两者都通过遮住鼻子和嘴巴来保护。避免吸入污染、致命的传染病和带刺的昆虫。减少干燥和冷空气的影响。减少过敏和哮喘。包含传播传染病。

外出时始终佩戴头部保护装置!

防护服需要保护身体免受气候、疾病和污染的伤害。防护服需要舒适、实用且价格适中。防护服由头套、衣服、袜子、脚套组成。防护服总是穿在外面。

皮肤需要大量保护, 防止被咬伤 (动物, 人类), 蜇伤 (昆虫, 针), 感染 (细菌、真菌、细菌、病毒), 辐射 (热能、太阳能、核能), 接触 (酸、火、霜、锋利边缘、潮湿) .



衣服由天然纤维制成: 动物皮、植物纤维、丝绸、棉花或羊毛。人造纤维不用于接触皮肤的衣服。



防护服, 工作服 (带风帽) 或 2 件由棉、植物纤维、羊毛或棉和羊毛的混合物制成 (不含合成纤维) 任何颜色任何图案。要么应该有领口T恤, 蓬松*手臂、腿在手腕和脚踝处闭合 (草稿证明) . *膨胀的手臂和腿允许肘关节和膝关节自由移动, 内部空气也为皮肤和身体创造气候控制。人造纤维不得用于衣服或任何接触人体皮肤的物品。

脚需要保护免受气候和敲击。皮肤、脚趾和脚踝处于危险之中。脚趾之间是感染的理想部位 (细菌、细菌、真菌、病毒) . 脚趾很容易被撞到。脚趾很重要, 需要保护。没有脚趾, 不能走路。脚踝被撞、扭伤, 都很痛。长期而言, 脚踝受伤会导致使人衰弱的疾病: 关节炎。

袜子由棉、羊毛或棉、羊毛混合制成 (不含合成纤维) 任何颜色任何图案。袜子有纯银颗粒 (无合金) 编织而成, 赋予抗菌、抗微生物和抗静电特性, 减少异味。袜子覆盖脚踝以上 7 厘米。



靴子有鞋面保护皮（没有合成材料），内层软皮（没有合成材料），鞋底皮革或橡胶（可回收）。靴子应保护脚踝上方7厘米以内的脚。不保护的足部保护（凉鞋、拖鞋、丁字裤）脚，脚踝没用。足部保护应始终穿在外面。赤脚在外面走路是不健康的。



手戴上手套形式的保护！手套由皮革、棉、羊毛或棉、羊毛混合制成（不含合成纤维）任何颜色任何图案。



合成皮革危害健康！结束生产！

外出时始终穿着防护服

顺耻：

快时尚！年年买新秋冬春夏都是环境垃圾污染者！结束了！



设计师标签是财富种族隔离的精英部分。设计师品牌定价过高。由奴隶劳动生产。专为傲慢富裕的人而冷落苦苦挣扎的穷人。结束了！

苦恼衣人们嘲笑无家可归者。他们花钱让衣服看起来褪色，故意撕破衣服并在上面打洞。恶心！结束了！追究这些人的责任！



不可接受的垃圾着装要求：让没用的人知道他们没用。

新时代标准

测量标准 1 Ms 1

Custodian Guardian 使用新时代标准(NAs)测量。更新的公制版本。一个 UCG 社区服务。

长底单元：仪表(米)~

地区基地单元：平方米(平方米)~3D仪表(立方米)~ 体积基础

单元：升(l)~ 重量基础单元：公克 (G)

测量前缀. 对正幂使用大写前缀。字首

	象征	力量[]	价值
尤塔	是	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000
泽塔	Z	10[21]	1,000,000,000,000,000,000,000
例	乙	10[18]	1,000,000,000,000,000,000
<small>善待动物组织</small>	P	10[15]	1,000,000,000,000,000
泰拉	吨	10[12]	1,000,000,000,000
千兆	G	10[9]	1,000,000,000
巨型	米	10[6个]	1,000,000
米里亚	我的	10[4个]	10,000
公斤	钾	10[3个]	1,000
百克托	H	10[2个]	100
德佳	丁	10[1个]	10
根据	b	10[0]	1个
决定	d	10[-1]	0.1
厘	C	10[-2]	0.01
毫	米	10[-3]	0.001
微	μ	10[-6]	0.000,001
纳米	n	10[-9]	0.000,000,001
微微	p	10[-12]	0.000,000,000,001
毫微微	F	10[-15]	0.000,000,000,000,001
阿托	A	10[-18]	0.000,000,000,000,000,001
zepto	z	10[-21]	0.000,000,000,000,000,000,001
约克托	是	10[-24]	0.000,000,000,000,000,000,000,001

长底单元：仪表(米)~ 小写字母前缀是(≤)基值。[0]括号表示功率值。2 点之间的距离。例子 0..A..10 = 10

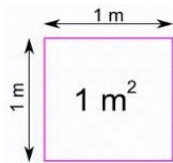
前缀符号幂[]价值

1 尤塔	ym	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000
1 泽塔	zm	10[21]	1,000,000,000,000,000,000,000
1 例	Em	10[18]	1,000,000,000,000,000,000
1 善待动物	下午	10[15]	1,000,000,000,000,000
1 万亿	Tm值	10[12]	1,000,000,000,000
1 千兆	通用汽车	10[9]	1,000,000,000
1 兆	毫米	10[6个]	1,000,000
1 米里亚	我的	10[4个]	10,000
1 公斤	公里	10[3个]	1,000
1 百	嗯	10[2个]	100
1 德卡	分米	10[1个]	10
1米	米	10[0]	1个
1分	分米	10[-1]	0.1
1厘	厘米	10[-2]	0.01
1毫	毫米	10[-3]	0.001
1微	微米	10[-6]	0.000,001
1纳米	纳米	10[-9]	0.000,000,001
1皮克	下午	10[-12]	0.000,000,000,001
1毫微微	调频	10[-15]	0.000,000,000,000,001
1阿托	是	10[-18]	0.000,000,000,000,000,001
1zepto	zm	10[-21]	0.000,000,000,000,000,000,001
1约克托	ym	10[-24]	0.000,000,000,000,000,000,000,001

平方米单元：仪表(平方米)~小写字母前缀是(≤)基值。[0]括号表示功率值。宽度，面积的乘积 示例 $10 \cdot 10 = 100$ 平方米

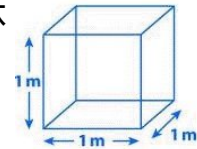
字首	象征	力量[]价值	
1 尤塔	平方米	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000
1 泽塔	Zm ²	10[21]	1,000,000,000,000,000,000,000
1 例	Em ²	10[18]	1,000,000,000,000,000,000
1 善待动物	Pm ²	10[15]	1,000,000,000,000,000
1 万亿	Tm ²	10[12]	1,000,000,000,000
1 千兆	平方米	10[9]	1,000,000,000
1 兆	平方米	10[6个]	1,000,000
1 米里亚	Mym ²	10[4个]	10,000
1 公斤	平方公里	10[3个]	1,000
1 百	平方米	10[2个]	100
1 德卡	立方米	10[1个]	10
1米	平方米	10[0]	1个

1分	平方分米	10^{-1}	0.1
1厘	平方厘米	10^{-2}	0.01
1毫	平方毫米	10^{-3}	0.001
1微	μm^2	10^{-6}	0.000,001
1纳米	纳米平方	10^{-9}	0.000,000,001
1皮克	pm^2	10^{-12}	0.000,000,000,001
1毫微微	平方米	10^{-15}	0.000,000,000,000,001
1阿托	平方米	10^{-18}	0.000,000,000,000,000,001
1 zepto	平方米	10^{-21}	0.000,000,000,000,000,000,001
1约克托	平方米	10^{-24}	0.000,000,000,000,000,000,000,001



正方形
仪表
(平方米)

立方体
仪表
(立方米)



立方米单元：仪表(立方米)~ 小写字母前缀是(≤)基值。[0]括号表示功率值。一个区域的宽度、广度、深度成倍增加。示例 $10 \cdot 10 \cdot 10 = 1000$ 米³

字首	象征	力量 [] 价值	
1 尤塔	立方米	10^{24}	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 泽塔	立方米	10^{21}	1,000,000,000,000,000,000,000
1 例	Em^3	10^{18}	1,000,000,000,000,000,000
1 善待动物	立方米	10^{15}	1,000,000,000,000,000
1 万亿	立方米	10^{12}	1,000,000,000,000
1 千兆	立方米	10^9	1,000,000,000
1 兆	立方米	$10^{6个}$	1,000,000
1 米里亚	Mym^3	$10^{4个}$	10,000
1 公斤	立方米	$10^{3个}$	1,000
1 百	立方米	$10^{2个}$	100
1 德卡	立方米	$10^{1个}$	10
1米	立方米	10^{0}	1个
1分	立方米	10^{-1}	0.1
1厘	立方厘米	10^{-2}	0.01
1毫	立方毫米	10^{-3}	0.001
1微	μm^3	10^{-6}	0.000,001
1纳米	立方米	10^{-9}	0.000,000,001
1皮克	立方米	10^{-12}	0.000,000,000,001
1毫微微	立方米	10^{-15}	0.000,000,000,000,001
1阿托	立方米	10^{-18}	0.000,000,000,000,000,001

1 zepto 立方米 10^{-21} 0.000,000,000,000,000,000,001
 1 约克托 立方米 10^{-24} 0.000,000,000,000,000,000,000,001

体积基础单元：升(l)~小写字母前缀是(≤)基值。[0]括号表示功率值。

2 个小节之间的音量。例子 0..A..10 = 10

字首	象征	力量[]	价值
1 尤塔	Yl	10^{24}	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 泽塔	zl	10^{21}	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 例	埃尔	10^{18}	1,000,000,000,000,000,000,000
1 善待动物	磷	10^{15}	1,000,000,000,000,000,000
1 万亿	时间	10^{12}	1,000,000,000,000,000
1 千兆	血糖值	10^9	1,000,000,000
1 兆	毫升	$10^{6个}$	1,000,000
1 米里亚	密尔	$10^{4个}$	10,000
1 公斤	钾	$10^{3个}$	1,000
1 百	高	$10^{2个}$	100
1 德卡	分界线	$10^{1个}$	10
1 公升	升	10^{0}	1个
1 分	分界线	10^{-1}	0.1
1 厘	氯	10^{-2}	0.01
1 毫	毫升	10^{-3}	0.001
1 微	微升	10^{-6}	0.000,001
1 纳米	荷兰	10^{-9}	0.000,000,001
1 皮克	PL	10^{-12}	0.000,000,000,001
1 毫微微	佛罗里达州	10^{-15}	0.000,000,000,000,001
1 阿托	阿尔	10^{-18}	0.000,000,000,000,000,001
1 zepto	zl	10^{-21}	0.000,000,000,000,000,000,000,001
1 约克托	基尔	10^{-24}	0.000,000,000,000,000,000,000,000,001



体积
(l)

重量
(G)



重量基础单元：公克 (G) ~小写字母前缀是(≤)基值。[0]括号表示功率值。两次测量之间的重量。例子 0..A..10 = 10

字首	象征	力量[]	价值
1 尤塔	Yg	10^{24}	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 泽塔	zg	10^{21}	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 例	例如	10^{18}	1,000,000,000,000,000,000,000

1 善待动物	PG	10 ^[15]	1,000,000,000,000,000
1 万亿	玻璃化转变温度	10 ^[12]	1,000,000,000,000
1 千兆	格格	10 ^[9]	1,000,000,000
1 兆	镁	10 ^[6个]	1,000,000
1 米里亚	镁	10 ^[4个]	10,000
1 公斤	公斤	10 ^[3个]	1,000
1 百	汞	10 ^[2个]	100
1 德卡	Dg	10 ^[1个]	10
1 克	G	10 ^[0]	1 个
1 分	dg	10 ^[-1]	0.1
1 厘	CG	10 ^[-2]	0.01
1 毫	毫克	10 ^[-3]	0.001
1 微	微克	10 ^[-6]	0.000,001
1 纳米	吴	10 ^[-9]	0.000,000,001
1 皮克	PG	10 ^[-12]	0.000,000,000,001
1 毫微微	fg	10 ^[-15]	0.000,000,000,000,001
1 阿托	银	10 ^[-18]	0.000,000,000,000,000,001
1 zepto	zg	10 ^[-21]	0.000,000,000,000,000,000,001
1 约克托	yg	10 ^[-24]	0.000,000,000,000,000,000,000,001

PS-1(包装标准) 涵盖消费者需求：诚实轻松地比较产品数量、包装。
包装是可回收的。

政府需要标准化包装内容物尺寸：实心（克，千克），液体（升）。标准必须适用于商业、工业和个人包装。包装也必须是可回收的。

宇宙守护者守护者包装标准表。

实心砝码（克，公斤）和液体重量(l)只能按表中所示的 14 个数量进行包装、分发、销售。

10 毫克 > 20 毫克 > 50 毫克 > 100 毫克 > 200

毫克 > 500 毫克 > 1 克 > 10 克 > 50 克 > 100

克 > 200 克 > 500 克 >

1 公斤 > 2 公斤 > 5 公斤 > 10 公斤 > 50 公斤 > 100 公

斤 > 500 公斤 > 1000 公斤 > 2000 公斤



10 毫升 > 20 毫升 > 50 毫升 > 100 毫升

200 毫升 > 500 毫升 >

升 > 10 升 > 50 升 > 100 升 > 200 升

500 升 > 1000 升 > 2000 升

新时代标准

包装标准 1 Ps 1

附言 1(包装标准) 涵盖消费者需求：诚实轻松地比较产品数量和包装。包装是可回收和可生物降解的。Ps 1 一个 UCG 社区服务。

宇宙守护者守护者包装标准表

坚硬的公克G
公斤公斤
吨吨



液体毫升毫升
升升
千升钾

1个G> 2G> 5G> 10G> 20G> 50G> 100G> 200G> 500G>

1个公斤> 2公斤> 5公斤> 10公斤> 20公斤> 50公斤> 100公斤> 200公斤> 500公斤> 1个吨> 2个吨> 5个吨> 10吨> 20吨> 50吨> 100吨> 200吨> 500吨>

1个毫升> 2毫升> 5毫升> 10毫升> 20毫升> 50毫升> 100毫升> 200毫升> 500毫升> 1个升> 2个升> 5个升> 10升> 20升> 50升> 100升> 200升> 500升>

1个钾> 2钾> 5钾> 10钾> 20钾> 50钾> 100钾> 200钾> 500钾>

消费指导

固体、液体重量显示 1 公斤、1 升的价格。比较价格，+实际重量和价格。

该产品与**最低公斤,升价格是便宜货!**

骗人的包装 (消费者欺诈)

以利润为导向的经济允许不道德的犯罪'**欺骗性包装(消费者欺诈)**'.消费者需要受到保护,免受使用“欺骗性包装”的欺骗性、不诚实、寄生性、掠夺性、贪婪的牟取暴利的生产商、制造商和零售商的侵害 (**减量内容**) 利用 (**撕掉**) 消费者。

欺诈、不诚实、贪婪的系统如何运作的例子。

产品采用 0.440 千克包装并使用其品牌标签。同一产品也标示为零售商自家品牌,但包装内容减至 0.415 公斤。这样做是为了让零售商能够以低于制造商品的价格出售自有品牌。这是**骗人的 (欺骗, 不诚实, 贪婪的把戏)** 消费者认为该家居品牌物美价廉,因为它的价格较低。事实上,消费者得到的产品更少,就没有储蓄。有时消费者最终会支付更多。**消费欺诈!!! 多发性硬化症R3**

制造商将其产品包装在 0.440 千克的包装中。另一个品牌使用相同尺寸的包装，但以欺骗、不诚实、欺诈、贪婪的方式只放入 0.425 公斤的产品。如果产品以相同的价格出售，则 2nd 制造商获得更大的利润。消费者花同样多的钱得到的产品更少。消费者被骗了。如果 2nd 制造商以较低的价格出售，他的产品看起来很划算。因为 2 中的产品较少_{nd}

因此，它应该以更低的价格出售，不再是便宜货 2nd 制造商以欺骗、不诚实、贪婪的方式希望消费者不要检查重量，因为他的包装看起来与竞争产品相似。**消费欺诈！多发性硬化症R3**

包装通常没有完整的内容（**超大包装**）。包装旨在容纳 6 件物品，但仅包含 5 件。这种欺骗是为了欺骗消费者，让他们相信他们得到的比实际得到的多！**消费欺诈！！多发性硬化症R3**

得到更少>付出更多！ 制造商添加较少的盐、糖。将产品标记为“减少”并收取更多费用！减少是向消费者传达了额外的成本（取出的东西，减少了）。因此需要更高的价格。不对，没有额外费用。厂家投入少，所以价格应该低一些。**消费欺诈！！多发性硬化症R3 Reduce 意味着少投入。**

进口商品包装得像本地产品。**消费者欺诈 多发性硬化症R3**。本地产品包装成外国的，进口的。**消费者欺诈多发性硬化症R3**。

必须做！

政府将根据 Custodian Guardian New Age 标准 Ps 1 将包装内容物尺寸标准化。标准适用于商业、工业、个人包装。**笔记！** 帝国措施已经过时。所有包装都是可回收的。

结尾 欺骗性包装

建立UCGP 1(包装标准) 支持PS 1封装标准惩罚欺骗性包装

消费指导！

固体、液体重量显示 1 公斤、1 升的价格。比价
+实际重量和价格。

该产品与最低公斤,升价格是便宜货！

新时代标准

睡眠标准 1 Ss 1

睡眠是人体生存所必需的。7小时应该可以。睡眠不足会导致死亡，但只有在经历了非常痛苦的抑郁和精神错乱之后才会死亡。



为了获得安宁、恢复活力的睡眠，卧室必须尽可能黑暗，并且必须没有内部和外部噪音。地方政府（夏尔）必须实行宵禁！注意：睡2次中间有休息是正常的。1个英石睡眠时间约为3.5小时，中间休息1.5小时，然后再睡3.5小时。

睡眠不足会剥夺身体的治愈能力，影响心脏、免疫、内分泌、神经、心理和一般合成代谢功能。睡眠不足可能导致呼吸暂停、肥胖、胰岛素抵抗和慢性抑郁症。睡眠不足可能导致死亡。强迫睡眠不足被归类为酷刑。

健康的睡眠需要在睡眠期间活动，平躺或抬高膝盖，仰卧、侧卧或俯卧。睡眠与平衡以下系统有关：皮质醇、褪黑激素、生长激素、胰岛素、去甲肾上腺素、镁、血清素。睡眠与体重相关：2种激素（轻子，Reline）努力控制饥饿感、饱腹感。睡眠不足会让你在进食后不那么满足，渴望更多的食物导致暴饮暴食（肥胖）。梦游是一种需要就医的疾病。

天应该黑了，应该是晚上。为了获得安宁、恢复活力的睡眠，卧室必须尽可能黑暗。必须没有内部和外部噪音。夏尔必须实施夜间宵禁。距离上次喂食应该已经过了1小时。睡前刷牙并清洗全身。崇拜“睡眠祈祷”。

睡觉祷告

1个上帝正在等待您的消息

亲爱的1神, 最美宇宙的创造者 在我最脆弱的时候保护我

保护我免受不安 邪恶的想法 让我拥有宁静、治愈、恢复活力的睡眠 不要让忧虑扰乱我的梦想, 睡眠 让我只记得甜蜜的梦



为了荣耀1神和人类的利益

这个祈祷是在睡觉前使用的!



在 1.5 小时的睡眠休息期间

人们起床，去厕所..躺下之前，做晚操，喝水。那些不起床、祈祷、阅读、写作、情侣聊天、交配的人（人们更容易受孕），...

夜间练习

1个英石锻炼：将手掌放在*双手放在膝盖外侧。双手向内压，膝盖向外，保持2秒（你感到手臂、腿、肩膀紧张）。放松，深呼吸，重复7次，喝水，躺下，睡个好觉。*变化使用拳头

2个nd锻炼：握拳*将它们放在膝盖内侧。拳头外压，膝盖内压，保持2秒（你感到手臂、腿、胃紧张）。放松，深呼吸，重复7次，喝水，躺下，睡个好觉。*变化使用扁平手掌

3个路锻炼：弯曲手臂(90%)在胸部水平转动左手向上弯曲手指，转动右手向下弯曲手指。十指紧扣。现在向相反方向拉手，保持2秒（你感到手指、手臂、胸部紧张）。放松，深呼吸，重复7次，喝水，躺下，睡个好觉。

4个日锻炼：弯曲手臂(90%)在胸部水平，左手向上，右手握拳。将拳头放在手上向下压，同时将张开的手向上压，保持7秒。倒序，保持7秒（你感到手、手臂、脖子、胸部紧张）。放松，吸口气，喝口水躺下，睡个好觉。没有重复。

背部紧张的人将此练习添加到每个练习中：将手放在膝盖上。倾斜头部向后弯曲然后向前摇摆而不失去与膝盖的接触（你感到手臂、背部、腹部紧张）。放松，深呼吸，重复7次，喝水，躺下，睡个好觉。

躺下睡觉有先决条件。

有水杯（无塑料）装满 0.2 升过滤水（没有添加）在每个床头柜上。每天晚上睡觉前把玻璃放在床头柜上。笔记！晚上每次上厕所后或喉咙干燥时喝，早上起床休息时喝。拥有 1 个金色玻璃碗（1只适用于双打）在靠窗的床头柜上放着草药混合物。

房间在没有内部和外部噪音的情况下尽可能黑暗。夏尔（地方政府）必须实行宵禁。房间的地板、墙壁、天花板由旋风、防火和耐高湿的预制混凝土板组成，表面饰有绿色颜料。产生电磁波的电器（电脑、暖气、电视、收音机、电话、电动床、水床）需要放在房间外面。这些波打断了自然睡眠周期。暖气（蒸汽、热水），冷却是通过自然空气循环。室温 17-19°C。

房间大小(内部测量单位为米) 2 种尺寸，4 种墙：高 2.15 m，长 3.15 m，宽 2.15 m。单身的（成人）假寐（孩子们）：2 张单人床, 1 床（最年轻的）+ 1 在上面。

高 2.15 m，长 3.15 m，宽 3.20 m。双倍的（夫妻）：2 张并排的单人床。他睡在门边。

房间墙壁4 面预制混凝土墙。所有的墙壁和天花板都是绿色的，发霉的，防霉的，抗静电的。1 面带滑动出口门的墙（高 2.05 米，宽 0.9 米）距离长袍水平 0.2 m。1 面朝日出窗的墙（所有边 0.7 m）1 米的地板（宽度：水平居中）。1 实心墙（头侧）只有 0.9 m 的地板 1 床灯（宽度：水平居中）。1 实心墙（脚边）有从地板到天花板全宽的房间衣柜（0.5 米深、抽屉、搁板、衣杆），滑动门。

房间楼层(没有地毯) :地板需要湿拖把清洁、防滑、抗静电、防霉、防霉、卫生。

房间窗户(水平滑动) :水平推拉窗是有色双层玻璃。方形非木框架内部尺寸：0.7 m x 0.7 m。没有窗帘或窗帘，而是在百叶窗外（可锁定）在水平滑动防虫网内。

房门(水平滑动) : 门实际上是2个水平滑动门：内，坚固，可锁定内部外部开口。外, 防虫纱门，可上锁，单向视野。

房间干净：'Ceiling and wall Cleaner'具有抗菌，抗杀菌，防静电，防霉等功效。'Door and Robecleaner'具有抗静电、抗菌、防尘螨、抗杀菌、防霉功能。'窗户清洁剂具有防条纹、防眩光、抑制冷凝的功能。

警告！ 没有杀虫剂！监测“氦”污染！

根据,床垫先决条件：底座必须为床垫提供牢固的结构支撑，并为床垫提供气流。床垫需要在任何睡姿下保持脊柱的自然曲线。

底座坚固，无噪音。它不会发出电磁波（电机驱动）。必须水平（无倾斜部分）。底座有 7 个可拆卸的实木板条（干燥，老化）床的宽度。底座不含尘螨。它完全支持 150 公斤的重量（单身的）保修期为 14 年。疲惫的身体最好躺在床垫上，才能获得宁静、恢复活力的睡眠。身体支撑区域的压力应该很小。床垫的微气候需要调节其温度。

根据**床垫尺寸**（以米为单位）。外框距地面 0.09 m。促进空气流通，清洁床下。内框：宽 1.06 m，长 2.06 m（适合床垫宽度 1.05 m，长度 2.05 m）。内部框架有 7 个松散的木板条：宽度 1.06 m，厚度 0.03 m，板条之间的间隙为 0.03 m（增加床垫的空气流通），地板、板条之间的距离为 0.1 m。地板和板条之间的空隙用于空气流通、清洁（不是存储）保持空着。床垫尺寸：宽 1.05 m，长 2.05 m。**笔记！** 只有 1 张单人床 Base 床垫。夫妻有 2 张单人床 Base 床垫相邻。

床垫芯完全支撑 150 公斤的体重。质保 7 年。低过敏性、支持性、分散体重、缓解压力点、适度温度、抗真菌、不含氯氟烃。

床垫套（有 2 个：保护器，外部）两个盖子都可以机洗。保护套有一个拉链，可以清洗、补充和补充填充物。保护套采用纯银（无合金）颗粒编织而成，具有抗菌、抗菌、抗静电的特性，含有异味。外罩是覆盖保护套、床垫芯的棉床笠。弹力带将其固定到位。**笔记！** 参观时（假期）带上你自己的床垫套（两个都）。

床垫干净每 7 年更换新的床垫 1。更换的床垫被烧毁！每 7 周应使用清洁剂清洗两个盖子，该清洁剂可去除污渍、异味、提亮、溶解油脂、淀粉、蛋白质，并仅用 60°C 的清水冲洗干净。（警告！禁止干洗）。干燥应在自然流动的空气、微风中进行（没有烘干机）

, 阴影（没有阳光直射）。

警告！ 切勿重复使用或转交二手床垫。切勿共用床垫套。共享有传播传染病的风险。

枕头，被子先决条件：枕头设计使脊柱保持自然对齐，消除压力点并支持不同的睡姿（侧面，背部，腹部）。被子设计也必须如此。

枕头设计具有蓬松功能，适合使用者独特的睡姿，增加面部循环。枕头设计防过敏，无毒素，可机洗。枕头设计支持最大 150 公斤重量的卧铺。

被子有纯银（无合金）编织的颗粒具有抗菌、抗菌、抗静电特性，可抑制异味。被子设计具有保证有效热量分布和空气流通的能力。该设计具有低过敏性、无毒且可机洗。

每个人都需要用自己的被子睡觉。为什么？

抢被子在睡觉时，伴侣会拿走整条被子，而您却没有被盖。**草稿**两个枕木都转向相反的方向，形成一个缝隙，让冷空气让人感到寒冷。**不良**任何传染病都会传染。**笔记!** 参观时（假期）自带被子，被套（两个都）.同样适用于“连帽被子包”。

连帽被袋Custodian Guardian 建议在寒冷的夜晚和需要持续保暖的疾病中使用“连帽被子包”。它提供舒适的天堂般的睡眠。“连帽被子袋”是按照上述被子标准制作的睡袋！它柔软、可爱、亲肤，散热均匀，可机洗。

枕头,被子,连帽被袋尺寸(以米为单位) 枕头尺寸：宽 0.8 m，长 0.4 m；被子尺寸：宽1.40米，长2.15米 连帽被袋尺寸：宽1米，长2.15米。

枕头,被子,连帽被填充物(否：羽毛、干草、破布、稻草) 低过敏性，保持枕头的弹性，可机洗。

枕套(有 2 个：内部，外部) ,**被子,连帽被袋**. 枕套内有拉链，可填充、添加、更换、洗涤。内盖有纯银（无合金）编织的颗粒，赋予抗菌、抗微生物、抗静电性能，抑制异味。枕头和被子外罩由 100% 棉制成，并带有拉链。连帽被套包套有纯银（无合金）编织的颗粒，赋予抗菌、抗微生物、抗静电性能，抑制异味。它有带拉链的蚊帐袋，用于热量管理和空气流通。

枕头、被子、连帽被袋：干净（热水，不可烘干机，不可干洗）每 7 周一次。枕头（填充，两个封面）、被子、连帽被袋使用洗涤剂清洗，可去除污渍、异味、提亮、溶解油脂、淀粉、蛋白质，并用 60°C 的清水冲洗干净。（不可干洗）.在自然流动的空气、微风中晾干（没有烘干机），阴影（没有阳光直射）。

卧室家具先决条件：

其他卧室家具由 2 项组成(床头板、床头柜)没有其他家具会把房间弄得乱七八糟。卧室家具要实用、抗静电、不释放有毒气体，必须是实木的。有圆边，角。没有内置产生电磁波的电器（电视、收音机、电话、电脑、暖气、电动床、水床）。**笔记！**只使用实木而不是胶合木（刨花板，胶合板..）。

床头板(固体干燥老化木材)是连接到板条床底座的实木面板。床头板尺寸：宽 1.10 m (单身的)，高度 0.5 m。必须有圆边、圆角。**笔记！**双打使用彼此相邻的2个单打。

床头柜(固体干燥老化木材)带 2 个抽屉的家具。尺寸：宽 0.7 m，深 0.4 m，高 0.35 m。床头柜放在底座靠窗的一侧。另一张床头柜位于底座的另一侧。

床头柜配件: 水杯和金色玻璃碗 Drinking glass (无塑料) 装满 0.2 升过滤水（没有添加）在每个床头柜上。每天晚上睡觉前把玻璃放在床头柜上。**笔记！**每次上厕所后或喉咙干燥时晚上喝，早上喝休息。

1个**金色玻璃碗**(1只适用于双打)窗边的床头柜上放着草药混合物。当混合物蒸发时，它会散发出有益的烟雾。草药混合物由 7 种草药组成：洋甘菊（洋甘菊母菊），桉树（蓝桉），啤酒花（蛇麻草），牛膝草(海索草)，薰衣草（薰衣草），柠檬唇膏（香蜂草），玫瑰（玫瑰大马士革）。

清洁家具(木材)：用干燥的超细纤维布擦拭。**玻璃**：用抗菌洗洁精清洗，然后用过滤水冲洗干净，用棉毛巾擦干。

净水器过滤是为了减少：砷、石棉、氯、氯仿、碳酸盐硬度、铜、污垢、除草剂、重金属、铅、杀虫剂、铁锈、...

礼服先决条件：

礼服有两种类型：睡衣，晨衣。睡衣是在床上穿的。离开房间时穿着晨衣。礼服由他，她穿着。**警告！**切勿共用礼服。分享

有传播传染病的风险。

睡衣是一种松散悬挂的肘袖，及地长度的棉质睡衣(100%)。可能是 1 种颜色或彩色。睡衣宽松，让空气在身体周围流通。睡衣下不应穿任何东西。睡衣每周清洗一次，除非在更换另一件睡衣时特别脏。

这款晨衣有披肩领、腰带紧固件、2 个侧袋、长袖、及膝。它是丝缎的。可能是 1 种颜色或彩色。晨衣穿在睡衣外面。晨衣每 4 周清洗一次，除非在更换另一件晨衣时特别脏。

鞋类（拖鞋..）应与晨衣一起穿着。礼服清洁（热水，不可烘干，不可干洗）睡衣每周清洗一次，晨衣每 4 周清洗一次使用可去除污渍、异味、增亮、溶解油脂、淀粉、蛋白质的清洁剂，并仅用 60°C 的清水冲洗干净。

（不可干洗）.在自然流动的空气、微风中晾干（没有烘干机），阴影（没有阳光直射）。

早上好，伸展运动起床，喝一杯过滤水，上厕所，做“每日健身”（练习），崇拜'每日祷告'，洗脸洗手，吃早餐，穿衣服。检查你的“计划者”。现在你准备好体验生活了。外出时穿“防护服”和头部保护装置。

