

Yeni əsr standartları

Custodian Guardian New Age ilə CGNA standartları gəlir.4 var.Onlar ictimai xidmətdir!

İqlim Mühafizəsi standartı 1 CPs 1

İnsan orqanizminin yaşaması üçün iqlimdən qorunmaq lazımdır!İqlim Təhdidləri: Günəş(radiasiya),Temperatur(isti soyuq),yaş(soyuqdəymə, hipotermiya), Külək (yanmaq, soyumaq, tozlamaq).İqlim mühafizəsi başın qorunması, Qoruyucu geyim, Qoruyucu ayaqqabılardan ibarətdir.İnsan bədəni üçün təhlükə çılpaq dəri(çılpaqlıq) elementlərə məruz qalır.

Ölçülər standart 1 Ms 1

Custodian Guardian New Age standartlarından istifadə edir(NAs) ölçmək.Yenilənmiş metrik versiya.UCG icma xidməti.

Uzunluq bazasıvahid:metr(m)~**Ərazi bazası**vahid:kvadrat metr(m²)~**3D metr**(m³)~**Həcm bazası**vahid:litr(l)~**Çəki bazası**vahid: qram(g)

Qablaşdırma standartı 1 Ps 1

Ps 1(Qablaşdırma standartı)istehlakçı ehtiyaclarını əhatə edir: məhsulun miqdarını və qablaşdırmasını asanlıqla müqayisə etmək üçün dürüst.Qablaşdırma təkrar emal edilə bilən və bioloji parçalana biləndir.Ps 1 UCG ictimai xidməti.

Yuxu standartı 1 Ss 1

Yuxu insan orqanizminin yaşaması üçün lazımdır.7 saat etməli.Yuxunun olmaması ölümə gətirib çıxarır, ancaq depressiya və dəlilik partlayışları ilə çox ağırlı bir keçiddən sonra.

AS it is Written It Shall Be



Yeni əsr standartı

İqlim Mühafizəsi Standartı 1 CPs 1

İnsan orqanizminin yaşaması üçün iqlimdən qorunmaq lazımdır!

İqlim Təhdidləri:Günəş(radiasiya),Temperatur(isti soyuq),yaş(soyuqdəymə, hipotermiya),Külək(yanmaq, soyumaq, tozlamaq).İqlim mühafizəsi başın qorunması, Qoruyucu geyim, Qoruyucu ayaqqabılardan ibarətdir.İnsan bədəni üçün təhlükə çılpaq dəri(çılpaqlıq)elementlərə məruz qalır.

Göz mühafizəsi2 hissəyə bölünür:Praktik:tək lens(vizor). Moda:2 linza (eynək).

1. Rim: hər tərəfdən havadakı hissəcikləri uzaq tutmalıdır(aşağı, yanlar, yuxarı). Qırılmaya davamlı olmalıdır(oturanda qırılmır). İstənilən rəng ola bilər bəzək ola bilər.

2. Lens(s): qırılmaz, cızılmaya davamlı, UV şüalarını bloklayır, dumanlanmır, parıltı tənzimləyir(tünd, daha açıq, daha açıq, daha tünd dəyişir).

Göz mühafizəsi həmişə çöldə olarkən taxılır!

V Dəbilqə başını döyməyə qarşı qoruyur.Saç və Baş soyuqdan, nəmdən, həddindən artıq radiasiyadan və çirklənmədən İqlimdən qorunmağa ehtiyac duyur. Başın da zərbələrdən qorunması lazımdır:Quraşdırılmış GPS izləyicisi, telefon, video yazıcısı olan V Kask.

Xarici qabıq metal və ya sintetikdir.Orta xətt silsiləsi var(bəzək ola bilər, lələk). Dəri çənə qayıışı mikrofonu saxlayır. Üzlük yan tərəfə əyilmiş, düz yuxarı, aşağı, qırılmaz, cızılmaya davamlıdır, UV şüalarını bloklayır, dumanlanmır, parıltını tənzimləyir(tünd, daha açıq, daha açıq, daha tünd). Dəbilqənin boyun qoruyucusu kimi dəri arxası var.

VDəbilqənin içərisində dəri örtük var. Doldurma içərisinə qulaq parçaları quraşdırılmışdır.ABalaclava(Beanie)və yaK Eşarpdəbilqə altına taxmaq olar. Dəbilqənin daxili astarını tərdən, kəpəkdən, yağdan təmiz saxlamaq üçün. Xarici aksesuar.parlaq işıq, infraqırmızı işıq lampası; videokamera.

Balaclava(Beanie)yalnız gözləri ifşa etməklə bütün başı örtün. Yundan və ya pambıq və yun qarışığından toxunur(sintetik lif yoxdur).İstənilən rəng və ya naxış ola bilər, üstündə dekorativ pom pom ola bilər. Üz və boyun qorunmasına ehtiyac olmadıqda, Balaclava bükülüb "Beanie" ola bilər.



K-Şərfyalnız gözləri açıb bütün başı əhatə edə bilər (maksimum qorunma).Baş örtüyü və örtük rolunu oynayır. Yundan və ya pambıq və yun qarışığından toxunur(yox



sintetik lif). İstənilən rəng və ya naxış ola bilər.

Balaclava və ya **K-Şərf** həm burnunu, həm də ağzını örtməklə qoruyur. Tənəffüs yolu ilə çirklənmə, ölümcül yoluxucu xəstəliklər və sancıcı həşəratların qarşısını alır. Quru və soyuq havanın təsirini azaldır. Allergiya və astma azalır. Yayılan yoluxucu xəstəliyi ehtiva edir.

Baş qoruyucu həmişə çöldə olarkən taxılır!

Qoruyucu geyim orqanizmi iqlimdən, xəstəliklərdən, çirklənmədən qorumaq üçün lazımdır. Qoruyucu geyim rahat, faydalı, sərfəli olmalıdır. Qoruyucu geyim baş örtüyü, paltar, corab, ayaq mühafizəsindən ibarətdir. **Qoruyucu geyim həmişə çöldə geyinilir.**

Dərinin dişləmələrdən çox qorunmağa ehtiyacı var (heyvanlar, insan), Sanclar (Böcəklər, İğnələr), İnfeksiyalar (Bakteriyalar, göbələklər, mikroblar, viruslar), Radiasiya (İstilik, Günəş, Nüvə), Məruz qalma (Turşu, Yanğın, Şaxta, iti kənarlar, yaş).



Geyim təbii liflərdən hazırlanır: heyvan dərisi, bitki lifi, ipək, pambıq və ya yundan. Dəriyə toxunan paltarlar üçün süni liflərdən istifadə edilmir.



Qoruyucu geyim, Kombinyeon (kaput ilə) və ya pambıqdan, bitki lifindən, yundan və ya pambıq və yun qarışığından hazırlanmış 2 parça (sintetik liflər yoxdur) istənilən rəng istənilən naxış. Ya t-shirt boyun olmalıdır, şişirilmiş qollar, ayaqlar biləklərdə və topuqlarda bağlıdır (qaralama sübutu). *Şişmiş qollar və ayaqlar dirsək və diz oynaqlarının sərbəst hərəkət etməsinə imkan verir, həmçinin içəridəki hava dəri və bədən üçün iqlim nəzarəti yaradır. Süni liflər paltar və ya insan dərisinə toxunan hər hansı bir şey üçün istifadə edilməməlidir.

Ayaqların iqlimdən və zərbələrdən qorunmağa ehtiyacı var. Dəri, ayaq barmaqları və ayaq biləyi risk altındadır. Ayaq barmaqlarının arası infeksiyalar üçün ideal yerdir (bakteriyalar, mikroblar, göbələklər, viruslar). Ayaq barmaqları asanlıqla döyülür. Ayaq barmaqları həyati əhəmiyyət daşıyır və qorunmağa ehtiyac duyur. Ayaq barmaqları yox, yerimək yoxdur. Ayaq biləyi döyülür, bükülür, hər ikisi ağırlı olur. Uzun müddətli, ayaq biləyi zədələri zəiflədən xəstəliyə səbəb olur: Artrit.

Corablar pambıq, yun və ya pambıq, yun qarışığından hazırlanır (sintetik liflər yoxdur) istənilən rəng istənilən naxış. Corablarda saf gümüş hissəcikləri var (ərinti yoxdur) toxunmuş, antibakterial, antimikrob və antistatik xüsusiyyətlər verməklə, qoxuları azaldır. Corablar ayaq biləyindən 7 sm-ə qədər ayaqları örtür.



Çəkmələrüst qoruyucu dəri var(**sintetika yoxdur**), daxili yumşaq dəri(**sintetika yoxdur**), altlığı dəri və ya rezin(**təkrar emal edilə bilər**).Çəkmələr topuqdan 7 sm yuxarıya qədər ayaqları qorumaq üçündür.Qorunmayan ayaq mühafizəsi (Sandal, Başmaq, Qaymaq)ayaq, topuq yararsızdır. Ayaq mühafizəsi həmişə çöldə geyilməlidir. Çöldə ayaqyalın gəzmək sağlamlığa zərərli dir.



Əlcək şəklində qorunma geyilir! Əlcəklər Dəri, Pambıq, Yundan və ya pambıq, yun qarışığından hazırlanır(**sintetik liflər yoxdur**)istənilən rəng istənilən naxış.



Sintetik dəri sağlamlıq üçün təhlükədir! İstehsalı bitir!

Çöldə həmişə qoruyucu paltar geyilir

Utanmaqdan çəkin:

Sürətli Moda!Hər il yeni bir payız, qış, yaz, yay almaq ətraf mühiti çirkləndirir!**Bu bitir!**



Dizayneretiket sərvət aparteidinin elitist hissəsidir.Dizayner etiketi bahadır. Qul əməyi ilə istehsal olunur.Mübariz möhtac və yoxsulları incitməkdən ötrü təkəbbürlülər üçün yaradılmışdır. Bu bitir!

Narahatevsizlərə istehza edən geyim.Paltarların yuyulması, məqsədyönlü şəkildə cırılması və içərisində dəşiklər edilməsi üçün pul ödəyirlər. İyrənc! Bu bitir! Bu adamları cavablandırın!



Qəbul edilməz zibil geyim kodu:Qoy zibil adamlar bilsinlər ki, onlar zibildirlər.

Yeni əsr standartı

Ölçülər standart 1 Ms 1

Custodian Guardian New Age standartlarından istifadə edir (NAs) ölçmək. Yenilənmiş metrik versiya. UCG icma xidməti.

Uzunluq bazası vahid: metr (m) ~

Ərazi bazası vahid: kvadrat metr (m²) ~ 3D metr (m³) ~

Həcm bazası vahid: litr (l) ~ **Çəki bazası** vahid: qram (g)

Prefiksləri ölçün. Müsbət səlahiyyətlər üçün böyük hərflərlə yazılmış prefikslərdən istifadə edin.

Prefiks	Simvol	Güc []	Dəyər
Yotta	Y	10 ^[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
Zetta	Z	10 ^[21]	1.000.000.000.000.000.000.000
<small>məsələn</small>	E	10 ^[18]	1.000.000.000.000.000.000
Peta	P	10 ^[15]	1.000.000.000.000.000
Tera	T	10 ^[12]	1.000.000.000.000
Giga	G	10 ^[9]	1.000.000.000
Meqa	M	10 ^[6]	1.000.000
Myria	<small>mənim</small>	10 ^[4]	10.000
Kilo	K	10 ^[3]	1000
Hekto	H	10 ^[2]	100
Deka	D	10 ^[1]	10
əsas	b	10 ^[0]	1
qərar	d	10 ^[-1]	0.1
senti	c	10 ^[-2]	0.01
milli	m	10 ^[-3]	0.001
mikro	μ	10 ^[-6]	0.000.001
nano	n	10 ^[-9]	0.000.000.001
piko	səh	10 ^[-12]	0.000.000.000.001
femto	f	10 ^[-15]	0.000.000.000.000.001
atto	a	10 ^[-18]	0.000.000.000.000.000.001
zepto	z	10 ^[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
yocto	y	10 ^[-24]	0.000.000.000.000.000.000.000.001

Uzunluq bazası vahid: metr (m) ~ kiçik hərflər prefiksləridir (≤) baza dəyərləri. [0]
]Mötərizələr gücün dəyərini bildirir. 2 nöqtə arasındakı məsafə. Misal 0..a..
10 = 10

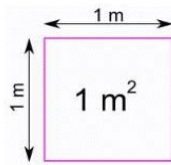
Prefiks Simvol Gücü [] Dəyər

1 Yotta	Ym	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Zetta	Zm	10[21]	1.000.000.000.000.000.000.000
1 Ex	Em	10[18]	1.000.000.000.000.000.000
1 Peta	Pm	10[15]	1.000.000.000.000.000
1 Tera	Tm	10[12]	1.000.000.000.000
1 Giga	Gm	10[9]	1.000.000.000
1 Meqa	Mm	10[6]	1.000.000
1 Myria	Mym	10[4]	10.000
1 Kilo	Km	10[3]	1000
1 hekto	Hm	10[2]	100
1 Deka	Dm	10[1]	10
1 metr	m	10[0]	1
1 deci	dm	10[-1]	0.1
1 senti	<small>santimetr</small>	10[-2]	0.01
1 milli	mm	10[-3]	0.001
1 mikro	µm	10[-6]	0.000.001
1 nano	nm	10[-9]	0.000.000.001
1 piko	pm	10[-12]	0.000.000.000.001
1 femto	fm	10[-15]	0.000.000.000.000.001
1 atto	am	10[-18]	0.000.000.000.000.000.001
1 zepto	zm	10[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
1 yaş	ym	10[-24]	0.000.000.000.000.000.000.000.001

Kvadrat metr vahid: metr(m²)~ kiçik hərf prefiksləridir(≤) baza dəyərləri.
[0]Mötərizələr gücün dəyərini bildirir. Bir sahənin eni, eni vurulur Misal
10 • 10 = 100 m²

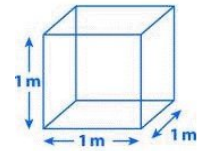
Prefiks	Simvol	Güc[]	Dəyər
1 Yotta	Ym ²	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Zetta	Zm ²	10[21]	1.000.000.000.000.000.000.000
1 Ex	Em ²	10[18]	1.000.000.000.000.000.000
1 Peta	Pm ²	10[15]	1.000.000.000.000.000
1 Tera	Tm ²	10[12]	1.000.000.000.000
1 Giga	Gm ²	10[9]	1.000.000.000
1 Meqa	Mm ²	10[6]	1.000.000
1 Myria	Mym ²	10[4]	10.000
1 Kilo	Km ²	10[3]	1000
1 hekto	Hm ²	10[2]	100
1 Deka	Dm ²	10[1]	10
1 metr	m ²	10[0]	1

1 deci	dm ²	10 ^[-1]	0.1
1 senti	sm ²	10 ^[-2]	0.01
1 milli	mm ²	10 ^[-3]	0.001
1 mikro	µm ²	10 ^[-6]	0.000.001
1 nano	nm ²	10 ^[-9]	0.000.000.001
1 piko	pm ²	10 ^[-12]	0.000.000.000.001
1 femto	fm ²	10 ^[-15]	0.000.000.000.000.001
1 atto	am ²	10 ^[-18]	0.000.000.000.000.000.001
1 zepto	zm ²	10 ^[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
1 yaş	ym ²	10 ^[-24]	0.000.000.000.000.000.000.000.001



Kvadrat
metr
(m²)

kub
metr
(m³)



kubmetr vahid: metr(m³)~ kiçik hərf prefiksləridir(≤) baza dəyərləri.[0]
Mötərizələr gücün dəyərini bildirir. Bir sahənin eni, eni, dərinliyi
çarpılır. Misal 10 • 10 • 10 = 1000 m³

Prefiks	Simvol	Güc []	Dəyər
1 Yotta	Ym ³	10 ^[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Zetta	Zm ³	10 ^[21]	1.000.000.000.000.000.000.000
1 Exa	Em ³	10 ^[18]	1.000.000.000.000.000.000
1 Peta	Pm ³	10 ^[15]	1.000.000.000.000.000
1 Tera	Tm ³	10 ^[12]	1.000.000.000.000
1 Giga	Gm ³	10 ^[9]	1.000.000.000
1 Meqa	Mm ³	10 ^[6]	1.000.000
1 Myria	Mym ³	10 ^[4]	10.000
1 Kilo	km ³	10 ^[3]	1000
1 hekto	Hm ³	10 ^[2]	100
1 Dekka	Dm ³	10 ^[1]	10
1 metr	m ³	10 ^[0]	1
1 deci	dm ³	10 ^[-1]	0.1
1 senti	sm ³	10 ^[-2]	0.01
1 milli	mm ³	10 ^[-3]	0.001
1 mikro	µm ³	10 ^[-6]	0.000.001
1 nano	nm ³	10 ^[-9]	0.000.000.001
1 piko	pm ³	10 ^[-12]	0.000.000.000.001
1 femto	fm ³	10 ^[-15]	0.000.000.000.000.001
1 atto	am ³	10 ^[-18]	0.000.000.000.000.000.001

1 zepto	zm ³	10 ^[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
1 yaş	ym ³	10 ^[-24]	0.000.000.000.000.000.000.000.001

Həcm bazasıvahid:**litr(l)**~ kiçik hərf prefiksləridir(≤)baza dəyərləri.[0]Mötərizələr gücün dəyərini bildirir.2 ölçü arasında həcm. Misal 0..a..10 = 10

Prefiks	Simvol	Güc[]Dəyər	
1 Yotta	Yl	10 ^[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Zetta	Zl	10 ^[21]	1.000.000.000.000.000.000.000
1 Ex	El	10 ^[18]	1.000.000.000.000.000.000
1 Peta	Pl	10 ^[15]	1.000.000.000.000.000
1 Tera	Tl	10 ^[12]	1.000.000.000.000
1 Giga	Gl	10 ^[9]	1.000.000.000
1 Meqa	Ml	10 ^[6]	1.000.000
1 Myria	Myl	10 ^[4]	10.000
1 Kilo	Kl	10 ^[3]	1000
1 hekto	Hl	10 ^[2]	100
1 Dekka	Dl	10 ^[1]	10
1 litr	l	10 ^[0]	1
1 deci	dl	10 ^[-1]	0.1
1 senti	cl	10 ^[-2]	0.01
1 milli	ml	10 ^[-3]	0.001
1 mikro	μl	10 ^[-6]	0.000.001
1 nano	nl	10 ^[-9]	0.000.000.001
1 piko	PL	10 ^[-12]	0.000.000.000.001
1 femto	fl	10 ^[-15]	0.000.000.000.000.001
1 atto	al	10 ^[-18]	0.000.000.000.000.000.001
1 zepto	zl	10 ^[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
1 yaş	yl	10 ^[-24]	0.000.000.000.000.000.000.000.001



Həcmi
(l)

Çəki
(g)



Çəki bazasıvahid:**qram(g)**~ kiçik hərf prefiksləridir(≤)baza dəyərləri.[0]Mötərizələr gücün dəyərini bildirir.2 ölçü arasında çəki. Misal 0..a..10 = 10

Prefiks	Simvol	Güc[]Dəyər	
1 Yotta	Yg	10 ^[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Zetta	Zg	10 ^[21]	1.000.000.000.000.000.000.000
1 Ex	Məs	10 ^[18]	1.000.000.000.000.000.000

1 Peta	Səh	10 ^[15]	1.000.000.000.000.000
1 Tera	Tg	10 ^[12]	1.000.000.000.000
1 Giga	Gg	10 ^[9]	1.000.000.000
1 Meqa	Mg	10 ^[6]	1.000.000
1 Myria	Mg	10 ^[4]	10.000
1 Kilo	Kiloqram	10 ^[3]	1000
1 hekto	Hg	10 ^[2]	100
1 Deka	Dg	10 ^[1]	10
1 qram	g	10 ^[0]	1
1 deci	dg	10 ^[-1]	0.1
1 senti	cg	10 ^[-2]	0.01
1 milli	mq	10 ^[-3]	0.001
1 mikro	µg	10 ^[-6]	0.000.001
1 nano	ng	10 ^[-9]	0.000.000.001
1 piko	səh	10 ^[-12]	0.000.000.000.001
1 femto	fg	10 ^[-15]	0.000.000.000.000.001
1 atto	ag	10 ^[-18]	0.000.000.000.000.000.001
1 zepto	zg	10 ^[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
1 yaş	yg	10 ^[-24]	0.000.000.000.000.000.000.000.001

PS-1(Qablaşdırma-standart) istehlakçı ehtiyaclarını əhatə edir:məhsulun miqdarını, qablaşdırmasını müqayisə etmək üçün asanlıqla dürüst.Qablaşdırma təkrar emala yararlıdır.

Hökumət qablaşdırma məzmununun ölçüsünü standartlaşdırmalıdır: bərk(qram, kq), maye(litr).Standart kommersiya, sənaye və şəxsi qablaşdırmaya şamil edilməlidir.Qablaşdırma da təkrar emala yararlı olmalıdır.

Universe Custodian Guardians Qablaşdırma Standart Cədvəli.

Möhkəm çəkilər(q, Kq)və maye çəkilər(l)yalnız cədvəldə göstərilən 14 miqdarda qablaşdırıla, paylana, satıla bilər.

10 mq > 20 mq > 50 mq > 100 mq 200
mq > 500 mq > 1 q > 10 q > 50 q 100 q
> 200 q > 500 q >
1 Kq > 2 Kq > 5 Kq > 10 Kq > 50 Kq 100
Kq > 500 Kq > 1000 Kq > 2000 Kq



10 ml > 20 ml > 50 ml > 100 ml
200 ml > 500 ml >
1 l > 10 l > 50 l > 100 l > 200 l
500 l > 1000 l > 2000 l

Yeni əsr standartı

Qablaşdırma standartı 1 Ps 1

Ps 1 (Qablaşdırma standartı) istehlakçı ehtiyaclarını əhatə edir: məhsulun miqdarını və qablaşdırmasını asanlıqla müqayisə etmək üçün dürüst. Qablaşdırma təkrar emal edilə bilən və bioloji parçalana biləndir. Ps 1 UCG ictimai xidməti.

Universe Custodian Guardians qablaşdırma standart masası

Möhkəm qramg

Kiloqram Kiloqram

ton T



maye ml

litrl

Kilolitr Kl

1g> 2g> 5g> 10g> 20g> 50g> 100g> 200g> 500g>

1Kiloqram> 2Kiloqram> 5Kiloqram> 10Kiloqram> 20Kiloqram> 50Kiloqram> 100Kiloqram>

200Kiloqram> 500Kiloqram> 1T>2T>5T>10T>20T>50T>100T>200T>500T>

1ml> 2ml> 5ml> 10ml> 20ml> 50ml> 100ml> 200ml> 500ml> 1l>2l>5l>10l>20l>50l>100l>200l>500l>

1Kl> 2Kl> 5Kl> 10Kl> 20Kl> 50Kl>100Kl>200Kl>500Kl>

İstehlakçı təlimatı

Bərk, Maye çəkilər 1 kq, 1 l üçün qiyməti göstərir.

Qiymətləri müqayisə etmək, + faktiki çəki və qiymət.

ilə məhsulən **aşağı kq, l qiymətdir Sövdələşmə!**

Aldadıcı qablaşdırma (istehlakçı saxtakarlığı)

Mənfəət yönümlü iqtisadiyyatlar əxlaqsız cinayətlərə yol verir **Aldadıcı Qablaşdırma** (istehlakçı fırıldaqçılığı). İstehlakçıların aldadıcı, vicdansız, parazit, yırtıcı, tamahkar, mənfəət pərəst istehsalçılardan, istehsalçılardan və "Aldadıcı qablaşdırma" dan istifadə edən pərakəndə satışıçılardan müdafiəyə ehtiyacı var. (kiçildilmiş məzmun) faydalanmaq (sökmək) istehlakçıların.

Hiyləgər, vicdansız, tamahkar sistemin necə işlədiyinə dair nümunələr.

Məhsul marka etiketindən istifadə edərək 0,440 kq-lıq qablaşdırmada gəlir. Eyni məhsul həm də pərakəndə ev markası kimi etikətlənir, lakin paketin məzmunu 0,415 kq-a endirilir. Bu, pərakəndə satıcının öz ev markasını istehsalçının markasından daha aşağı qiymətə sata bilməsi üçün edilir. Bu axmaqdır (aldadıcı, vicdansız, acgöz hiylə) istehlakçı, ev markasının aşağı qiymətə görə bazarlıq olduğunu düşünməyə başlayır. Əslində, istehlakçı daha az məhsul aldıqda, qənaət yoxdur. Bəzən istehlakçı daha çox pul ödəyir. **İstehlakçı saxtakarlığı!!! Xanım R3**

İstehsalçı məhsulunu 0,440 kq-lıq qablaşdırmada qablaşdırır. Başqa bir marka eyni ölçülü qablaşdırmadan istifadə edir, lakin aldadıcı, vicdansız, fırıldaqçı, tamahkar şəkildə cəmi 0,425 kq məhsul qoyur. Məhsullar eyni qiymətə satılırsa, 2nd istehsalçı daha çox qazanc əldə edir. İstehlakçı eyni miqdarda pul xərcləyərək daha az məhsul alır. İstehlakçı aldadılıb. Əgər 2nd istehsalçı daha aşağı qiymətə satır, onun məhsulu bazarlıq kimi görünür. Çünki 2-də daha az məhsul varnd paketi buna görə də daha ucuz satmalı, artıq onu bazarlıq etməməlidir 2nd İstehsalçı aldadıcı, vicdansız, tamahkar bir şəkildə istehlakçının çəkisini yoxlamayacağına ümid edir, çünki qablaşdırması rəqib məhsullara bənzəyir. **İstehlakçı fırıldaqçılığı! XanımR3**

Qablaşdırma çox vaxt tam məzmunundan az olur (böyük ölçülü qablaşdırma). Qablaşdırma 6 element üçün nəzərdə tutulmuşdur, lakin yalnız 5-dən ibarətdir. Bu hiylə, istehlakçıları aldatmaq, əslində əldə etdiklərindən daha çox şey əldə etdiklərinə inanmaq üçün nəzərdə tutulub! **İstehlakçı saxtakarlığı!!! XanımR3**

Daha az alın > daha çox ödəyin! İstehsalçı daha az duz, şəkər əlavə edir. Məhsulu 'Azaldılmış' etiketləyir və daha çox xərcləyir! Azaldılmış istehlakçıya çatdırmaq üçün əlavə bir xərc var idi (bir şey çıxarıldı, azaldıldı). Buna görə daha yüksək qiymətə ehtiyac var. Düzgün deyil, əlavə xərc yoxdur. İstehsalçı daha az qoyur, buna görə də qiymət daha aşağı olmalıdır. **İstehlakçı saxtakarlığı!!! XanımR3 Azaltmaq daha az qoymaq deməkdir.**

Xaricdən gətirilən mallar yerli məhsul kimi qablaşdırılır. **İstehlakçı fırıldaqçılığı XanımR3.** Xarici görünmək üçün qablaşdırılan yerli məhsul, xaricdən gətirilib. **İstehlakçı fırıldaqçılığı XanımR3.**

Edilməlidir!

Hökumət qablaşdırma məzmununun ölçüsünü Custodian Guardian New Age standartına, Ps 1-ə uyğunlaşdırmalıdır. Standart kommersiya, sənaye, şəxsi qablaşdırmaya aiddir. **Qeyd!** İmperator tədbirləri köhnəlib. Bütün Qablaşdırma təkrar emal edilə bilər.

Son Aldadıcı - Qablaşdırma

qurmaq UCGPs 1 (Qablaşdırma standartı) Ps 1 Qablaşdırma standartını dəstəkləyən aldadıcı qablaşdırma cəzalandırmaq

İstehlakçı təlimatı!

Bərk, Maye çəkilər 1 kq, 1 l üçün qiyməti göstərir. Qiymətləri + faktiki çəki və qiyməti müqayisə etmək.

ilə məhsulən aşağı kq, l qiymətdir Sövdələşmə!

Yeni əsr standartı

Yuxu standartı 1 Ss 1

Yuxu insan orqanizminin yaşaması üçün lazımdır. 7 saat etməli. Yuxunun olmaması ölümə gətirib çıxarır, ancaq depressiya və dəlilik partlayışları ilə çox ağırlı bir keçiddən sonra.



Rahat, canlandırıcı yuxu əldə etmək üçün yataq otağı mümkün qədər qaranlıq olmalıdır və daxili və xarici səs-küyün olmaması şərtidir. Yerli hökumət (Şire) Gecə komendant saati tətbiq edilməlidir! Qeyd: aralarındakı fasilə ilə 2 yatmaq normaldır. 1st Yuxu təxminən 3,5 saat, 1,5 saat fasilə ilə, 3,5 saat yuxudur.

Qüsursuz yuxu bədəni ürək, immun, endokrinoloji, nevroloji, psixoloji və ümumi anabolik funksiyalara təsir edən müalicəvi imkanlarından məhrum edir. Qeyri-kafi yuxu apne, piylənmə, insulin müqaviməti və xroniki depressiya ilə nəticələnə bilər. Yuxu çatışmazlığı ölümlə nəticələnə bilər. Məcburi yuxu çatışmazlığı işgəncə kimi təsnif edilir.

Sağlam yuxu yuxu zamanı düz uzanaraq və ya dizləri yuxarı qaldıraraq, arxada, hər iki tərəfdə və ya mədədə hərəkət etməyi tələb edir. Yuxu aşağıdakı sistemlərin tarazlaşdırılması ilə əlaqədardır: Kortizol, Melatonin, böyümə hormonu, İnsulin, Noradrenalin, Protaktin, Serotonin.. Yuxu çəkizlə bağlıdır: 2 hormon (Lepton, Reline) aclıq, toxluq hissələrini idarə etmək üçün çalışın. Yuxunun olmaması sizi yeməkdən sonra daha az məmnun edir, daha çox yemək istəyi və nəticədə həddindən artıq yemək olur (piylənmə). Yuxuda gəzinti tibbi yardım tələb edən bir xəstəlikdir.

Qaranlıq olmalıdır, gecə olmalıdır. Rahat, canlandırıcı yuxu almaq üçün yataq otağı mümkün qədər qaranlıq olmalıdır. Daxili və xarici səs-küyün olmaması şərtidir. Shire həyata keçirməlidir 'Gecə komendant saati'. Son yemədən 1 saat keçməlidir. Yatmadan əvvəl dişləri fırçalayın və bütün bədəni yuyun. "Yuxu duası"na ibadət edin.

yatmaq dua

1 Allah sizdən xəbər gözləyir

Əziz 1 Allah, Ən gözəl Kainatın Yaradanı Ən həssas olduğum zaman məni qoru

Məni narahat edən pis düşüncələrdən qoru,
məni rahatlıq ver, şəfa verən canlandırıcı
yuxuya get, narahat olma, yuxularımı
pozma, yat.

Şöhrət üçün 1 Allah və Bəşəriyyətin Yaxşılığı



Bu dua yatmadan əvvəl istifadə olunur!



1,5 saatlıq yuxu fasiləsi zamanı

İnsanlar qalxır tualetə..Yatmadan əvvəl gecə məşqləri edin, su için.
Qalxmayanlar dua edir, oxuyurlar, yazırlar, cütlər söhbət edir,
yoldaşlaşır(insanlar hamilə qalmaqda daha rahatdırlar), ...

Gecə məşqləri

1st Məşq:Xurma yerləşdirin*əllərinizlə dizlərinizin kənarına qarşı.Əlləri içəriyə, dizləri çölə basın, 2 saniyə saxlayın (Qollarda, ayaqlarda, çiyinlərdə gərginlik hiss edirsiniz).Rahatlayın, nəfəs alın, 7 dəfə təkrarlayın, su yudumlayın, uzanın, yaxşı yatın.*variasiya istifadə yumruqları

2nd Məşq:Yumruqlar düzəldin*onları dizlərinizin içərisinə doğru qoyun. Yumruqları çölə və dizləri içəriyə basın, 2 saniyə saxlayın(qollarda, ayaqlarda, mədədə gərginlik hiss edirsiniz).Rahatlayın, nəfəs alın, 7 dəfə təkrarlayın, su yudumlayın, uzanın, yaxşı yatın.*variasiya düz xurma istifadə edin

3rd Məşq:Qolları bükün(90%)sinə səviyyəsində sol əli yuxarı əyilmiş barmaqları çevirin, sağ əli aşağı əyilmiş barmaqları çevirin.Barmaqları sıx bağlayın. İndi əllərinizi əks istiqamətə çəkin, 2 saniyə saxlayın(Barmaqlarda, qollarda, sinədə gərginlik hiss edirsiniz).Rahatlayın, nəfəs alın, 7 dəfə təkrarlayın, su yudumlayın, uzanın, yaxşı yatın.

4ci Məşq:Qolları bükün(90%)sinə səviyyəsində sol əlini yuxarıya çevir, sağ əlini yumruğa çevir.Yumruğunuzu əlinizə yerləşdirin, aşağı basın, eyni zamanda açıq əli yuxarı basın, 7 saniyə saxlayın. Ardıcılığı tərs edin, 7 saniyə saxlayın(əllərdə, qollarda, boyunda, sinədə gərginlik hiss edirsiniz).Rahatlayın, nəfəs alın və sudan qurtumlayın, yatın, yaxşı yatın. Təkrar yoxdur.

Bel gərginliyi olan insanlar bu məşqi hər məşqə əlavə edirlər:Əlləri dizlərə qoyun. Başı arxaya əymək, arxaya əyilmək, sonra dizlərlə əlaqəni itirmədən irəliyə doğru sürüşmək (Qollarda, beldə, mədədə gərginlik hiss edirsiniz).Rahatlayın, nəfəs alın, 7 dəfə təkrarlayın, su yudumlayın, uzanın, yaxşı yatın.

Yatmadan əvvəl ilkin şərtlər var.

Qədəh içmək(plastik yoxdur)0,2 l süzülmüş su ilə doldurulur(heç nə əlavə olunmayıb)hər çarpayının yanında.Hər gecə yatmadan əvvəl yataq masasının üstünə şüşə qoyun.Qeyd!Hər dəfə tualetə getdikdən sonra və ya boğaz quruyanda gecə içmək, səhər duranda istirahət etmək lazımdır.1 qızıl rəngli şüşə qaba sahib olun(1 yalnız cütlər üçün)Pəncərənin yan masasında bitki mənşəli qarışıq.

Otaq daxili, xarici səs-küyün olmaması ilə mümkün qədər qaranlıqdır. Shire (yerli hökümət) gecə komendant saati tətbiq etməlidir. Otağın döşəməsi, divarları, tavanı siklon, yanğın və yüksək rütubətə davamlı, yaşıl pigmentli səthə malik yığma beton panellərdən ibarətdir. Elektromaqnit dalğaları yaradan cihazlar (kompüter, istilik sistemi, televizor, radio, telefonlar, motorlu çarpayılar, su çarpayıları) otaqdan kənarında saxlamaq lazımdır. Bu dalğalar təbii yuxu dövrlərini pozur. Mərkəzi istilik (buxar, isti su), soyutma təbii hava dövrünü ilə olur. **Otaq temperaturu 17-19°C.**

Otaq ölçüsü (daxili ölçü metrə) 2 ölçü, 4 divar: Hündürlüyü 2,15 m, uzunluğu 3,15 m, eni 2,15 m. subay (böyük) çarpayı (uşaqlar): 2 bir nəfərlik çarpayı, 1 alt (ən gənc) + 1 yuxarıda. Hündürlüyü 2,15 m, uzunluğu 3,15 m, eni 3,20 m. İkiqat (cüt): 2 tək çarpayı yan-yan. Qapı tərəfində yatır.

Otaq divarları Prefabrik betondan 4 divar. Bütün divarlar və tavanlar yaşıl rəngdədir, kif, kif qarşısını alır, antistatikdir. Sürüşən çıxış qapısı olan 1 divar (h 2.05 m, w 0.9 m) xalatlardan üfqi 0,2 m. Günəşə baxan pəncərəsi olan 1 divar (hər tərəfdən 0,7 m) 1 m mərtəbə (en: üfqi mərkəz). 1 möhkəm divar (baş tərəfi). 9 m mərtəbəsi var yalnız 1 çarpayı işığı (en: üfqi mərkəz). 1 möhkəm divar (ayaq tərəfi) döşəmədən tavana qədər otaq qarderobunun tam eninə malikdir (0,5 m dərinlikdə, çekmecələr, rəflər, xalat çubuğu), sürüşən qapılar.

Otaq döşəməsi (xalça yoxdu): Döşəmə nəm süpürgə ilə təmizlənmə bilən, sürüşməyən, antistatik, kif, küfdən qoruyan, gigiyenik olmalıdır.

Otağın pəncərəsi (üfqi sürüşmə): Üfqi sürüşmə pəncərəsi ikiqat şüşəli rəngdədir. İçəridə kvadrat olmayan taxta çərçivə: 0,7 m x 0,7 m. Panjurların xaricində pərdələr və ya pərdələr yoxdur (kilidlənə bilər) üfqi sürüşən həşərat ekranlarının içərisində.

Otağın qapısı (üfqi sürüşmə): Qapı əslində 2 üfqi sürüşmə qapıdır: **Daxili**, bərk, içəridən kənarında kilidlənə bilən. **Xarici**, həşərat ekranlı qapı, kilidlənə bilən, 1 tərəfli baxış.

Otaq təmiz: 'Tavan və divar təmizləyicisi' antibakterial, antimikrob, antistatik kif, küfün qarşısını alan xüsusiyyətlərə malikdir. 'Qapı və Robecleaner' antistatik, antibakterial, toz gənəsi, mikrob öldürücü, küf əleyhinə xüsusiyyətlərə malikdir. 'Pəncərə təmizləyicisi' zolaq, parıltı, kondensasiya qarşısını alan xüsusiyyətlərə malikdir.

Xəbərdarlıq! İnsektisid yoxdur! 'Radon' çirklənməsinə nəzarət edin!

Baza, Döşək ilkin şərtlər: Baza möhkəm konstruktiv döşək dəstəyi verməli və döşəyə hava axını təmin etməlidir. **Döşək hər hansı bir yuxu vəziyyətində onurğanın təbii əyrilərini saxlamalıdır.**

Baza möhkəm, səssizdir. Elektrik maqnit dalğaları vermir (motorla işləyir). Üfüqi səviyyədə olmalıdır (əyilən hissələr yoxdur). Baza 7 çıxarıla bilən bərk ağacdan hazırlanmış lövhələrə malikdir (qurudulmuş, yaşlı) yatağın eni. Baza toz gənəsindən azaddır. 150 kq çəkiyə tam dözürlü (tək) 14 il Zəmanəti var. Yorğun bir bədənə yatmaq məcburiyyətində qalan dinc, canlandırıcı yuxu üçün döşək ən yaxşısıdır. Bədəninizin dəstəklənən sahələrinə təzyiqliq minimal olmalıdır. Döşək mikroiqlimi onun temperaturunu mülayimləşdirməlidir.

Baza, Döşək ölçüsü (metrlə ölçün). Xarici çərçivə döşəmənin 0,09 m-dir. Hava sirkulyasiyasını təmin etmək, çarpayının altında təmizləmə. Daxili çərçivə: eni 1,06 m, uzunluğu 2,06 m (uyğun matrasın eni 1.05 m, uzunluğu 2.05 m). Daxili çərçivədə 7 boş taxta lövhə var: eni 1,06 m, qalınlığı 0,03 m, lamellər arasında 0,03 m boşluqlar (matrasın hava dövrənini artırır), mərtəbə, slats arasındakı məsafə 0,1 m-dir. Döşəmə və lamellər arasındakı boş yer hava dövrənini, təmizlənməsi üçün nəzərdə tutulub (saxlama deyil) boş saxla. Döşək ölçüsü: eni 1,05 m, uzunluğu 2,05 m. **Qeyd!** Cəmi 1 ölçülü bir nəfərlik çarpayı bazası var. Cütlüklərə bitişik 2 tək çarpayılı baza döşəkləri var.

Döşək özəyi 150 kq bədən çəkisini tam dəstəkləyir. Zəmanət 7 il. Hipoalerjenik, dəstəkləyici, bədən çəkisini paylayır, təzyiqliq nöqtələrini azaldır, orta temperatur, göbələklərə müqavimət göstərir, Xloroflorokarbonlar pulsuzdur.

Döşək örtüyü (2 var: qoruyucu, xarici) hər iki örtük maşında yuyula bilər. Qoruyucu qapağın yuyulması, doldurulması, doldurulması üçün fermuar var. Qoruyucu örtük antibakterial, antimikrobiyal, antistatik xüsusiyyətlər verən, qoxuları ehtiva edən təmiz gümüşdən toxunmuş (alaşimsız) hissəciklərə malikdir. Xarici örtük pambıq taxılmış vərəqdır. Elastik zolaqlar onu yerində saxlayır. **Qeyd!** Ziyarət edərkən (tətil) döşək örtüklərinizi özünüzlə gətirin (hər ikisi).

Döşək təmiz 7 ildən bir döşək yenisi ilə əvəz olunur 1. Dəyişdirilən döşək yanır! Hər 7 həftədən bir hər iki örtük ləkələri, qoxuları aradan qaldıran, parlaqlaşdıran, yağ, nişasta, zülalı həll edən yuyucu vasitə ilə yuyulmalı və 60°C suda adi su ilə yuyulmalıdır. (Xəbərdarlıq! Quru təmizləmə yoxdur). Qurutma təbii axan havada, küləkdə olmalıdır (qurutucu yoxdur), kölgə (birbaşa günəş işığı yoxdur).

Xəbərdarlıqlar! Heç vaxt təkrar istifadə etməyin və ya əvvəlki döşəyi başqasına ötürməyin. Heç vaxt döşək örtüyünü paylaşmayın. Paylaşma yoluxucu xəstəliklərin yayılması riskini daşıyır.

Yastıq, yorğan ilkin şərtlər: yastıq dizaynı onurğanın təbii uyğunlaşmasını təmin edir, təzyiqliq nöqtələrini aradan qaldırır və müxtəlif yuxu mövqelərini dəstəkləyir. (yan, arxa, mədə). Yorğan dizaynı da eyni şeyi etməlidir.

Yastıq dizaynı istifadəçinin özünəməxsus yuxu duruşuna uyğunlaşmaq və üz dövrənini artırmaq üçün tükənmə qabiliyyətinə malikdir. Yastıq dizaynı hipoaerjenikdir, toksinlərdən azaddır, maşında yuyula bilər. **Maksimum 150 kq çəkisi olan yastıq dizaynı şpal.**

Yorğan təmiz gümüşü var (**ərinti yoxdur**) antibakterial, antimikrobiyal, antistatik xüsusiyyətlər verməklə toxunmuş hissəciklər qoxuları cilovlayır. Yorğan dizaynı effektiv istilik paylanması və hava sirkulyasiyasını təmin etmək qabiliyyətinə malikdir. **Dizayn hipoaerjenikdir, toksinlərdən azaddır və maşında yuyula bilər.**

Hər bir fərdin öz yorğanı ilə yatması lazımdır. **Niyə?**

Yorğan qaçırma yuxu zamanı partnyor bütün yorğanı götürür və sizi üstü açıq qoymur.

Qaralama hər iki şpal soyuq havanın üsütmə verdiyi yerdə bir boşluq yaradaraq əks istiqamətə dönürlər. **Sağlam olmayan** hər hansı bir yoluxucu xəstəlik keçir. **Qeyd!** Ziyarət edərkən (**tətil**) öz yorğanını, yorğan örtüyünü gətir (**hər ikisi**). Eyni şey 'Başlıqlı Yorgan çantası'na da aiddir.

Kapüşonlu yorğan çantası qəyyum qəyyum soyuq gecələr və davamlı istiliyə ehtiyacı olan xəstəliklər üçün "Başlıqlı Yorgan çantası"nı tövsiyə edir. Rahat bir cənnət yuxusu verir. 'Başlıqlı Yorgan çantası' yuxarıdakı Yorgan standartına uyğun hazırlanmış yuxu çantasıdır! **Yumşaq, sevimli, dəriyə uyğundur, hətta istilik yayır, maşında yuyulur.**

Yastıq, yorğan, Kapüşonlu Yorgan çantası ölçüsü (metrlə ölçün) Yastıq ölçüsü: eni 0,8 m, uzunluğu 0,4 m; Yorğan ölçüsü: eni 1.40 m, uzunluğu 2.15 m Kapüşonlu Yorgan çantasının ölçüsü: eni 1 m, uzunluğu 2.15 m.

Yastıq, yorğan, Başlıqlı Yorğan doldurulması (**Xeyr: lələk, saman, cır-cındır, saman**) hipoaerjenikdir, yastığın elastikliyi qoruyur, maşında yuyulur.

Yastıq örtüyü (2 var: **daxili, xarici**), **yorğan, Kapüşonlu yorğan çantası**. Yastığın daxili örtüyünün doldurulması, əlavə edilməsi, dəyişdirilməsi, yuyulması üçün fermuar var. İç qapağı təmiz gümüşdən ibarətdir (**ərinti yoxdur**) toxunmuş hissəciklər, antibakterial, antimikrobiyal, antistatik xüsusiyyətlər verir, qoxuları cilovlayır. Yastıq və Yorganın xarici örtüyü 100% pambıqdan hazırlanmışdır və fermuarlıdır. **Kapüşonlu Yorğan çanta örtüyü təmiz gümüşdən ibarətdir (ərinti yoxdur) toxunmuş hissəciklər, antibakterial, antimikrobiyal, antistatik xüsusiyyətlər verir, qoxuları cilovlayır. İstiliyin idarə edilməsi və hava sirkulyasiyası üçün istifadə edilmək üçün fermuarlı ağcaqanad ciblərinə malikdir.**

Yastıq, Yorğan, Kapşonlu Yorgan çantası: təmiz (**isti su, qurutma maşını, quru təmizləmə yoxdur**) hər 7 həftədən bir. Yastıq (**doldurma, hər iki örtük**), Yorğan, Kapşonlu Yorgan çantası ləkələri, qoxuları aradan qaldıran, parlaqlaşdıran, yağ, nişasta, zülal həll edən yuyucu vasitə ilə yuyulur və 60°C suda adi su ilə yuyulur. (**Quru təmizləmə yoxdur**). **Çöldə təbii axan havada, mehdə qurutma (qurutucu yoxdur), kölgə (birbaşa günəş işığı yoxdur).**

Yataq otağı mebeli üçün ilkin şərtlər:

Digər yataq otağı mebeli 2 maddədən ibarətdir (**Başlıq, çarpayı**) başqa heç bir mebel otağı qarışdırmamalıdır. Yataq otağı mebeli funksionaldır, antistatikdir, zəhərli duman buraxmır, bərk ağac olmalıdır. Dairəvi kənarları, küncləri var. Elektromaqnit dalğaları yaradan cihazlarda quraşdırmayın (**TV, radio, telefon, kompüter, istilik sistemi, motorlu çarpayılar, su çarpayıları**). **Qeyd!** Yalnız bərk ağacdan, yapışqan olmayan ağacdan istifadə edin (çip taxta, faner ..).

Başlıq (bərk qurudulmuş köhnə ağac) yastıqlı yataq bazasına bərkidilmiş möhkəm taxta paneldir. Başlıq ölçüsü: eni 1.10 m (**tək**), hündürlüyü 0,5 m. Dairəvi kənarları, küncləri olmalıdır. **Qeyd!** Cütlər bir-birinin yanında 2 təkdən istifadə edirlər.

Yataq masası (bərk qurudulmuş köhnə ağac) 2 çekmeceli mebel. Ölçüsü: eni 0,7 m, dərinliyi 0,4 m, hündürlüyü 0,35 m. Yataq masası bazanın pəncərə tərəfində yerləşdirilir. İkiqat digər çarpayı masası bazanın əks tərəfindədir.

Yataq masası aksesuarları: İçki şüşəsi və Qızıl tonlu şüşə qab İçməli stəkan (**plastik yoxdur**) 0,2 l süzülmüş su ilə doldurulur (**heç nə əlavə olunmayıb**) hər çarpayının yanında. Hər gecə yatmadan əvvəl çarpayının yanındakı stolun üstünə şüşə qoyun. **Qeyd!** Hər dəfə tualetə getdikdən sonra və ya boğaz quruyanda gecə içmək, səhər istirahət etmək lazımdır.

1 Qızıl rəngli şüşə qab (1 yalnız cütlər üçün) Pəncərə tərəfində çarpayının yanında bitki mənşəli qarışıq. Qarışıq buxarlandıqda faydalı buxarlar buraxır. Bitki mənşəli qarışıq 7 otdan ibarətdir: **Çobanyastığı** (*matricaria chamomilla*), **Evkalipt** (*evkalipt globulus*), **Hops** (*humulus lupulus*), **issop** (*hysopus officinalis*), **Lavanda** (*lavendula officinalis*), **Limon balzamu** (*melissa officinalis*), **Gül** (*rosa damascena*).

Mebellərin təmizlənməsi (**Taxta**): Quru Mikro lifli parça ilə silin. **Şüşə:** Antibakterial qabyuyan yuyucu vasitə ilə yuyun, sonra süzülmüş suda yuyun, pambıq dəsmal ilə qurulayın.

Su Filtr filtrasiyanı azaltmaq üçün: **arsen, asbest, xlor, xloroform, karbonat sərtliyi, mis, kir, herbisidlər, ağır metallar, qurğuşun, pestisidlər, pas,...**

Paltar üçün tələblər:

Xələtin 2 növü var: Gecə xalası, xalat. Gecə paltarı yataqda geyinilir. Paltar otaqdan çıxarkən geyinilir. Xələtlər He, She tərəfindən geyilir. **Xəbərdarlıq!** Heç vaxt paltar paylaşmayın. Paylaşma

yoluxucu xəstəliklərin yayılması riskini yaradır.

Gecə köynəyi, dirsəkdən asılmış qolları, pambıqdan tikilmiş döşəmə uzunluqlu gecə geyimidir.(100%).1 rəngli və ya rəngli ola bilər. Gecə paltarı havanın bədən ətrafında dolaşmasına imkan vermək üçün boşdur. Gecə paltarının altına başqa heç nə geyinilməməlidir.Gecə paltarı həftədə bir dəfə yuyulur, əgər o, başqa bir Gecə paltarı ilə dəyişdirildikdə əlavə çirklənməsə.

Halat şal yaxalı, bel bağlayıcısı, 2 yan cibli, uzunqol, diz boyudur.İpək atlazdandır. 1 rəngli və ya rəngli ola bilər. Xələt Gecə köynəyinin üstündən geyilir.Paltar başqa xalatlə dəyişdirildikdə əlavə çirklənmədiyi halda hər 4 həftədən bir yuyulur.

Ayaqqabı (terlik..) xalatlə geyinilməlidir. xalat təmiz (isti su, quruducu yoxdur, quru təmizləmə yoxdur) Hər həftə Gecə xalatı və hər 4 həftə xalat yuyulurləkələri, qoxuları aradan qaldıran, parlaqlaşdıran, yağları, nişastanı, zülalı həll edən və 60°C suda adi su ilə yuyun.(Quru təmizləmə yoxdur).Çöldə təbii axan havada, mehdə qurutma(qurutucu yoxdur), kölgə(birbaşa günəş işığı yoxdur).

Sabahınız xeyir, uzanaraq ayağa qalxın, bir stəkan süzölmüş su için, tualetə gedin, "Daily Fit" edin(Təlimlər)', ibadət'Gündəlik Namaz', üz və əlləri yuyun, səhər yeməyi yeyin, geyinin.'Planlayıcı'nızı yoxlayın. İndi həyat təcrübələrinə hazırsınız.Açıq havaya çıxarkən "Qoruyucu geyim" və Baş qoruyucusu geyin.

