



# Survival-Chain

Welcome to the Wonderful World of Human Survival

Överlevnads er, era familjer, din gemenskapen,  
Planet, är din prioritet.

## Survival ordning:

- 1.Specie, 2.Habitat, 3.Community,
- 4.Family, 5.Individual, 6.Animals,
- 7.Personal tillhörigheter.



## Överlevnad efter Ålder:

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



**1 GOD väntar på att höra från dig!**

## överlevnad Bön

Survival Day 11.1.7 N-Atm

Kära **1 GOD** , Skaparen av de vackraste universum dina mest ödmjuka  
trogna depå väktare (1<sup>st</sup> namn)

Tack du för överlevnaden av mänskligheten jag försöka hjälpa min kropp,  
specie, gemenskap, överlever jag ska göra överlevnad min nr.1 prioritet

Vänligen stödja mina ansträngningar att överleva härlighet **1 GOD** och det  
goda i mänskligheten



Denna bön reciteras på överlevnad dag eller när så är lämpligt!



De **SurvivalChain** har 7 länkar alla väsentliga för människans överlevnad.

**andningsluft** utan det du har minuter kvar att leva.

**dricksvatten** inget att dricka du inte kommer att pågå en vecka!

**ÄTBAR FOOD** för energi och välbefinnande. Ingen mat du svälta!

**SOVA** för återvitaliserande. Ingen sömn du dör!

**KLIMATSKYDD** för överlevnad.

**HYGIEN** att hålla vår kropp frisk.



**SÄKERHET** att skydda mot våld. Ingen säkerhet ingen framtid!



**Bläddra: 2, Skyldigheter: 2 berättar: Skydda kroppen från kon- dantag till dess slut. Den Survival-Chain är grunden för att hålla denna skyldighet. Förneka någon människa dessa väsentligheter är livet som hotar ett brott mot mänskligheten, Anti 1 GUD obligatorisk: FRÖKEN R 7**

## Threat Brinnande



Efter mänskligheten upptäckte hur man använder eld. Det såg detta som en välsignelse.

Vedeldning kompletterades med förbränning av fossila bränslen. Engelska kristna införa den industriella ålder började föroreningar som leder till klimatförändringar. Brand och förbränning är nu ett hot, en förbannelse.

**STOP BURNING NU !!!**

Sluta bränna: cigaretter, kol, dynga, sopp, gas, olja, uran, trä, ...



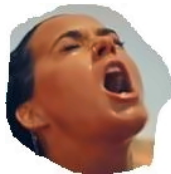
En farligaste delen av förbränningen är rök. I bränder den största

hot mot hälsa och dödlighet är rök inandning. I större skala rök stiger upp i ATMOSFÄR stoppar värme flyr ut i rymden. Ytvatten värmer, yta mark värmer, isen smälter: klimatförändringen!



För att överleva den mänskliga kroppen behöver **Andningsluft**.

Luften vi andas är gjord av gaser (Koldioxid, kväve, syre, metan) , Vatten och föroreningar (Damm, mikrober, sporer) . Luften vi andas behöver hög kvävehalt och syrehalt. Den har dioxid låg kolhalt och metanhalt. Vatten innehåll (fuktighet) behövs blir hög luftfuktighet obehagligt och en hälsofråga. Föroreningar behövs inte de hetsa lungor.



Hur länge kan du hålla andan? 4 minuter, sedan du klunk för luft. Ingen andas luft till klunk, du dö! Människor dör snabbt i bränder, ingen andningsluft.

Kupongskatt andas luft används som tortyr och dödande av människor och djur. Kupong brea- thable luft som tortyr (Skendränkning) används av USA: s regering, USA: s regering anställda regeringen entreprenörer, utländska Tyrannier Protection ted av USA. Tortyr är ett brott: **FRÖKEN R7**



(människor) , **FRÖKEN R4** ( djur) .

Undanhålla andningsluft för att döda är oavsiktlig (giftiga ångor vid brand) eller genom själv (Själv mord: målmedvetet inandas koncentrerad koldioxid eller matlagning gas) , regering (Gaskammaren, hängande, tortyr) , andra (Brottslingar: garroting, stryper, kvävande, hängande) . Statliga kriminella mord får, **FRÖKEN R7** . Tillfällig (hälsa och säkerhet) , **FRÖKEN R4** själv (Svars genom en **GUD**) .

Människor brinnande saker är det största hotet mot 'andningsluft.



Det börjar med den person som använder sin luftstrupen som en skorsten deras lungor som sil för giftiga ångor och luftföroreningar. Med hjälp av människokroppen som skorstenen är en allvarlig hälsorisk, en förolämpning mot **En GUDs** design.

## Rökning missbruk! En mänsklig tragedi! En community börda!

Addiction är repetitivt tvångsmässigt beteende glädjande en upplevda behovet. Missbrukare lura sig själva genom att inte acceptera den skada deras beteende gör. Skada sig själva, familj, vänner, arbetskamrater och gemenskap.

Missbrukare tror inte att de är beroende av så länge de roar sig och hålla sina liv tillsammans. Missbrukare blir ett hot mot sig själva och samhället. De blir vanföreställningar, anti social, oärlig, omoraliskt, bedrägliga, själviska och likgiltig. Detta tvingar Shire (gemenskap) att kontrollera sin livsstil. Begränsa deras fri- och rättigheter.



Rökare stinker från munnen. Deras kläder stinker. De stinker upp ett rum. Deras aska finns överallt. Deras butts finns överallt. De är motbjudande, smutsiga, stinkande individer. Shun dem Skam dem

Rökare är en hälsorisk för dem själva. De bränner sina läppar, tänder, tandkött, mun, svalg, luftstrupe och lungor, blir sjuk, en börda för samhället.

Rökare är lata ta många rök raster och självförvållad sickies. Hålla dem ansvariga!



Rökare är en hälsorisk för andra. Gravida rökare skadar deras ofödda. Efter födseln dessa nyfödda döms till ett liv av att ha hälsofrågor. De kan ha missbildningar, funktionshinder .. Gravida rökare åtalas, skadar ofödda: **FRÖKEN R3** .



passiv rök (överfall) skadar människor. Rökare som skapar passiv rök get, **FRÖKEN R3** . enheter (Fritid, underhållning, arbete ..) som tillåter rökning get, **FRÖKEN R3** betala skadestånd. Regeringen som tillåter rökning ersätts, + **FRÖKEN R7**

Rökare är försumlig. De börjar bränder: hem, gräs, skog. De svars, **FRÖKEN R4** och betala ersättning. De skadar människor, djur , **FRÖKEN R5** De dödar människor, djur, **FRÖKEN R6** .



i 1951 (Hedniska kalendern) konstaterades att rökning är ohälsosamt

ett allvarligt hot. Statliga och myndigheter, institutioner som inte 'Ban' rökning misslyckades (**Tjänstefel**) att tjäna, skydda samhället. Retrospektiv lagstiftningen passerat. Dessa skyldiga get,

**FRÖKEN R7** .

Varje individ eller grupp, företag eller annan enhet som främjar (**Free-Bies**, reklam, marknadsföring) , tillåter (**Föräldrar**, lärare, arbete, klubbar, restauranger, evenemangsarena, ...) , vinster (**Leverantörer**, tillverkare, transportörer, grossister, detaljister) Gör tillgänglig 'röker' och eller rökdon **FRÖKEN R7** Det spelar ingen roll vad 'röker' innehålla. Handlingen att rökning är hälsorisen.

## Nolltolerans för rökning!

Individer minska tillgången på andningsbar luft genom förbränning av gas, dynga, trä, kol, olja för matlagning

(**Inkluderar grill**) , Värme, kraft. Den slutar nu!

Elanvändning som produceras utan att bränna. Breach, resulterar i beslag, förstörelse av utrustning och **FRÖKEN R2**



**Kraftverk** att bränna (**Kol, gas, uran, olja**, ..) att skapa energi stängs, demonteras. Förorenande Ägare är operatörerna åtalas, **FRÖKEN R7** . Kol och uran gruvor är tillsluten och förseglad. Mining ägare och operatörer får, **FRÖKEN R7** . Energi produceras av icke brinnande metoder.

Burning flytta slutar inhemska icke inhemska transporter! Gas, olja har icke brinnande användning. Inrikes icke inhemska transporter på motorvägar ersätts med 'Freeway Trams'! Långdistans landtransporter är med endast Rail. Användningen av diesel, bensin, gasol, slutar!



**förorenande** Underhållning slutar!

**I luften:** Flyguppvisningar, privatägd flygtransport (**Surr**, plant, spruta, helikopter, rymdfärja, ...) .

**I under vatten:** motorbåt racing, privatägd sjötransporter (**Långfärdsbåt**, kryssningsfartyg, svävare, jet skidor, motorbåtar ,

båtar, yachter, ..).



**På land:** alla 2, 3, 4, .. hjul motoriserade: cyklar, cyklar, barnvagnar, SUV, sportbilar, limousiner, lyxbilar. Bil racing, bil stunts. Turist tåg. Promotorer av förorenande Entertainment och leverantörer av fordon för förorenande Entertainment åtalas, **FRÖKEN R7**

**Nagel salong** skapa giftig rök. Anställda har andningskydd. dumb kunder (**offer**) gör det inte. Nagelsalonger i köpcentra är vidöppna. Deras giftiga ångor omfamna förbipasserande. Utsätta dem för hälsorisker. Speciellt gravida kvinnor, nyfödda, astmatiker, äldre. Om du har varit utsatt för giftig rök stämna salongen och köpcentrum för ersättning.

Nagelsalongen är en hälsorisk en luft förorenaren. De besöks av människor som är för lat för att göra sina egna naglar och har för mycket pengar. Stäng av dem, förbjuda dem. Åtala ägare, chefer, **FRÖKEN R7**



Skönhetssalong är en hälsorisk en luft förorenaren. De besöks av människor som är för lat för att göra sin make up, har för mycket pengar. Stäng av dem, förbjuda dem. Ägare, chefer, få, **FRÖKEN R7**

Frisör som skapar giftiga ångor stängs, åtalas, **FRÖKEN R7** Frisör som inte skapar luftföroreningar fungera normalt.

Kapitalist (**Girig predatory parasit**) Regeringarna uppmuntrar hem med fåfänga trädgårdar. Husägare bensin motor trädgårdsredskap (**Blåsmaskiner, fragmentering, röjsågar, motorsågar, gräsklippare, ..**) att förorena

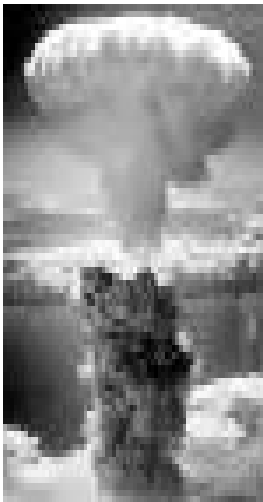


(Luft, buller, jord) . Villaägare, tillverkare, återförsäljare, get **FRÖKEN R7** .  
Regeringen som tillåter detta föroreningar ut, get **FRÖKEN R7** .



Utanför Insekts används på grödor, fruktträdgårdar, ..  
mat cr ops, fruktodlingar som har förorenats är otjänliga som  
livsmedel eller djurfoder. Föroreningar Ted gröda, är maten  
bränns av samhället (**Grevskap**) .  
Kommersiell producent får är **FRÖKEN R7** . Regeringen som tillåter  
detta föroreningar ut, get **FRÖKEN R7** .

Inne Insekts används angripa nervsystemet. De  
gör ofödda och nyfödda hyperaktiva. Insekts  
irritera Human och sällskapsdjur andningssystem. Använd  
inte Insekts inuti.



Militära förorenar luften med transporter, sprängämnen,  
**EN (Atomic, kärnkraft) B (biologisk) C (kemisk)**  
vapen. De är ett hot mot människors, djurs och plantlife. Forskare  
som skapar dessa vapen åtalas, **FRÖKEN R7** . Produktionsanläggningar  
dessa vapen rivs och brände av Shire.

Ägare, direktörer, chefer, arbetsledare av dessa anläggningar får, **FRÖKEN R7** .  
Militär som har använt eller använder dessa typer av vapen  
lagföras, från rangen av NCO uppåt, **FRÖKEN R7** . Regeringen som  
tillåter produktion och eller lagring av dessa vapen är ersatt och  
åtalas, **FRÖKEN R7** .

Fyrverkerier är ett stort förorenaren. De blir allt vanligare  
större mer förorenande. Beroende på väder luftföroreningar  
kan Lin- GER för dagens. Partikelföroreningar lägger sig på  
vatten förorenar det. Gör dem olämpliga att dricka.



Fyrverkerier End! Laserljus ersätta dem.

---

## Icke-andningsluft Du har 4 minuter kvar att leva!

---

Varje person, organisation eller regering som förnekar andas luft eller är orsak och  
verkan av förorenad luft. Hålls ansvariga, få bur,

**FRÖKEN R7 . Kräver andas Air är en 1 GOD ges rätt!**

## **Nolltolerans för AIR POLLUTERS !!!!!!!**

För att överleva den mänskliga kroppen  
behöver **dricksvatten**



60 +% av vår kropp består av vatten. Varje cell i vår kropp behöver det.  
Vatten smörjer våra leder, reglerar vår kroppstemperatur och spolar vårt avfall

...



Kondenserade vattenånga i atmosfären bildar droppar  
Jordens gravitation drar dropparna ner (**fallande regn**)  
till ytan. Rain är en stor källa till färskvatten. Denna regnvatten  
används för att dricka, laga mat, matlagning, tvätt, personlig  
hygien, ...

En person som används för att kunna dricka regnvatten,  
använda den för matlagning. Inte längre är regnvatten  
förorenad, sjuklig, sura, giftiga, dålig smak, dålig lukt. Tvätt bör  
inte lämnas ut i regnet att bli förorenad. Inte bara det ser smutsig,  
illaluktande men det kan irritera huden.



Kallt regn faller som hagel, snö. Snö ackumuleras på höga berg, Arktis och Antarktis  
skapa färskvattenreserver. Snö är vit,



förorenad snö är grå med svart. Svart snö finns i Himalaya, glaciärer  
worldwide, Grönland, Arktis, Antarktis.

Gemenskaperna skapa nya vattenreservoarer. Dessa reservoarer är beroende av regnvatten  
och smältande snö för att fylla dem. På grund av föroreningar dessa vatten behöver behandling  
innan livsmedel eller djurfoder.





Reservoir bör vara djupt i stället för grunt. Djupt vatten är kallare, vilket minskar förångning, alg tillväxt särskilt den giftiga typ och insektsangrepp. Vattensporter är förbjudet att sluta urinera, mens och poing i vatten. vatten~POS=TRUNC hantverk (jet ski, motorbåtar ,..) förorena (Olja, bensin, batterisyra, ..) de är förbjudna!  
Undantag: Park Ranger transport.

En person kan inte förlita sig på samhället gör det rätt. Ingen behandling, delvis behandling, felaktig behandling, kostnadsbesparingar, korruption, kriminalitet, .. Hem vattenrening blir obligatorisk.

Hem behandling av vatten kräver filtrering. Det är att minska: arsenik, asbest, klor, kloroform, karbonathårdhet, koppar, smuts, herbicider, tungmetaller, bly, bekämpningsmedel, rost, ... Även i varmare klimat filtrerat vatten måste kokas för att skydda mot dödlig sjukdom (Mikroorganismen) .



## Hot mot sötvatten

Snart efterfrågan på sötvatten kommer att överstiga tillgången på sötvatten.



Förorenad regn kan orsaka färgen skal, korrosion av stålkonstruktioner (broar) Erosion av sten, vissnande blad och annan vegetation, hudirritation, ..  
Kontrollera 'andningsluft' och 'grön Concept' på råd hur man innehålla föroreningar.

**Bevattning!** Använda grundvatten för bevattning utarmar jordisk reservoar av vatten snabbare än den kan fylla. Resulterar i att torka upp en hel ekosystem och skapa en brist på sötvatten. Grundvatten bevattnings ändrar. Illegal använder grundvatten för bevattning är ett brott, **FRÖKEN R7** . Regeringen tillåter grundvatten bevattning, är

ersättas, lagföras, **FRÖKEN R7** .

Bevattnings, med hjälp av sötvatten från bäck, flod, sjö, .. bromsar vattenflödet. Detta uppmuntrar evaporation. Resulterar i torka! Denna typ av bevattnings medfört slutar civilisationer. Avsluta bevattnings.



Förorenade vattenvägar är (Bäck, flod, sjö, ..) skapa en brist på sötvatten. Dagvatten fylld med gifter, läkemedel, gifter .. Olaglig dumpning av industriavfall, toxiner, gifter .. Förorenande av vattendrag ändrar är förorenare åtalas, individer **FRÖKEN R3** alla andra, **FRÖKEN R7** .

## Supplement sötvatten

Avsättning använder mycket energi, kostsamt. Intag av vatten har negativ miljöpåverkan, dra ett stort antal av fisk, skaldjur, ägg, .. i systemet. Större havsvarelser är fångade mot skärmar på framsidan av en intagsstrukturen. Kemisk behandling, korrosion, skapa en varm saltlösning som släpps tillbaka i havet.



Avsättning har hög borhalt göra för sämre vattenkvalitet. Detta vatten används i jordbruket, ranching och livsmedelsproduktionen resulterar i en hög bor nivå diet. Långvarig konsumerar höga bor nivåer är ohälsosamt.

Återvunnet avloppsvatten, till avlopp passerar genom primär behandling ta ut fasta ämnen, är näringsämnen avlägsnas, filter ta bort de flesta bakterier och virus.

Vatten tvingas därefter genom ett membran för avlägsnande av molekyler. Toaletten för att kranen är en sista utväg. Tester visar inte alla hälsorisker.



Flaskvatten (**kostsam**) är lämplig för resor. Plast vattenflaskor

Release kemikalier som blir farligt när uppvärmning (Sol, värmare) . Använd inte plastbehållare för mat eller dryck. Inte INKÖP mat eller dryck i plastbehållare. Glas (Inget bly) flaskor, är behållare rekommenderas. Använd inte plast strån eller bestick. Använd inte plastbehållare för att laga mat eller servera mat.

## Smaksatt dricksvatten

För variation dricksvatten kan smaksättas. Några smakämnen är oförhålls det ska undvikas. Smaksatt vatten kan serveras kall eller varm.

**Lämplig smaksatta drycker:** Köttextrakt, kyckling extrakt, kakao, te, kaffe, frukt, örter, kryddor, grönsaker.



**Ohälsosam smaksatt drycker och lägga ons:** Alkohol, konstgjorda färg, konstgjorda smakämnen, artificiella och naturliga sötningsmedel, kolsyrade cola, Cordial, energi dryck, Lemonade, koffeinfritt kaffe, på frukt juice, konserveringsmedel, natrium ..



## Dricksvatten är bäst



**Daglig rutin:** Få upp, har en 0.2l glas lätt kylda, filtrerat vatten. Före varje måltid (Frukost, Early Day mellanmål, lunch, sen dag mellanmål, middag) har en 0.2l glas lätt kylda, filtrerat vatten. Ha Dricksglas (Ingen plast) fylld med 0.2l av filtrerat vatten på varje nattduksbord. Dryck under natten varje gång efter att du besökte en toalett och när man har en torr hals, dricka vila när man reser sig upp på morgonen.

**No-vätskeintag. Du har 4 dagar att leva!**

Varje person, organisation, regeringen som förnekar drickbart vatten eller är orsak och verkan av förorenat vatten. **Är ansvariga, FRÖKEN R7**  
**Kräver drickbart vatten är en 1 GOD ges rätt!**

**Lämplig smaksatta drycker:**

### **Kaffe en himmelsk stimulerande drink**



Coffee en bryggd dryck framställd av rostade frön av coffeeplants.  
Kaffe är tillverkad av torkade, rostade frön av kaffeträd, som odlas i varma, fuktiga klimat längs ekvatorn. Det finns 2 sorter: **Robusta-bönor har en stark smak och en hela kroppen. Arabicabönorna växa vid en högre höjd, har en jämnare smak och flera aromatiska kvaliteter.**

Gång plockas, torkas, är kaffebönor rostas vid omkring 200 ° C. Detta gör att socker i böna till caramelize och smak av kaffe att utvecklas. **Ju längre bönorna rostas eller högre temp- erature, desto mörkare steken blir och fylligare smak i allmänljus stekar har en skarpare, mer sura smak, medan mörkare stekar har en djupare, rikare smak. En mörkrost är inte nödvändigtvis 'starkare'. Styrkan i en kopp kaffe beror på hur mycket vatten tillsätts medan kaffet är bryggt.**



### **Hur man gör en kopp kaffe?**

Hur man får ut det mesta av din favorit kopp kaffe.

- 1) Stora provsmakning kaffe börjar med välsmakande vatten. Om filtrerat vatten inte är tillgänglig, använda kallt vatten från kranen. Låt det gå några sekunder för att lufta innan den läggs till grytan.**
- 2) Låt vatten värma upp och koka (80 ° C) innan du häller det på kaffe (Instant eller dropp-filter) granulat. Kokande vatten bränner granulat och påverkan är på smaken.**
- 3) Vid användning av mjölk (rekommenderas inte) , lägga till koppen efter att vattnet. Om mjölk tillsätts 1, får kaffet inte blanda liksom. Det varma vattnet kan skälla mjölk, ändra smaken.**

**Notera!** sötningsmedel (Socker eller konstgjorda) ruin kaffe!  
Koffeinfritt inte kaffe men en hälsorisk.  
Använd endast icke Mejeri vitmedel.

förberedelser:

Brewing,

Omedelbar,

Drip-bryggkaffe; Espresso (maskin)



### **Koffeinfritt kaffe en Hälsorisk!**

**koffein** använder Lösningssmedel.  
Lösningssmedelsrester upprörd ofta en mage.

**Logik!** Kaffe utan koffein nederlag syfte att dricka kaffe.

### **Använd inte Coffee Pods en Miljörisk!**

Kaffe Pods alla 1 miljard är en miljökatastrof. De är inte biologiskt nedbrytbara. De är inte återvinns. **SLUTA!**

**Produktion! Åtala,**

**FRÖKEN R7 . SLUTA! Att använda dem! Shun och skam!**



**Notera!** Alla 1 off engångsprodukter är en orsak till för mycket skräp. Deras produktion 'Ends! Brott, **FRÖKEN R7 .**

**Sky, Skam** människor som använder en av engångsprodukter!

### **Hur man dricka en kopp kaffe?**

För att få bästa smak, smak låt den svalna lite än att ta stor slurps snarare än smuttar. Big slurps kaffe frigör mer arom. Lukt och smak det himmelska. Det finns gång kaffe med mjölk:

**Espresso** är en koncentrerad dryck som bryggs genom att tvinga hett vatten under tryck genom finmalet kaffe. Jämfört med andra kaffebryggmetoder, har espresso en tjockare konsistens, en högre koncentration av lösta fasta ämnen och skum. **Espresso är grunden för andra drycker:** Cappuccino, latte, macchiato, mocka, Americano, Gringo, Duo-shot, Lava och Mote. Serveras med ett leende.

**Cappuccino:** framställning av den struktur, är temperaturen på mjölk det viktigaste steget. Mjölk är kokt påfyllning av mycket små luftbubblor ger den en sammetslen konsistens (skum). Ett skott av espresso sätts in i koppen, är varm skummad mjölk tillsättes, toppad med 2 cm tjockt skum, slutade med ett stänk av mald kanel.



**Latte:** värma upp mjölk utan skum. **Ett macchiato:** värma upp mjölk skott av espresso sätts i en kopp. **Varrutan** skum. Fyll cup 2/3 med mjölk tillsätts, toppad med ett stänk av rå kakao.

mjölk. Lägg till ett skott av espresso. Toppa med pepparmynta blad.

**Mocka:** göra rå varm kakao. Fyll cup 1/2 med varm choklad. Lägg till ett skott av espresso. Fyll på mjölk och mjölkskum. Lägg till ett stänk av rå kakao.



**Lava:** 1:e ett skott av espresso. Lägg till en nyp av koncentrerat mandarin juice. Lägg till ett skott av varm rå kakao  
Toppa med varm skummad mjölk. Lägg till ett stänk av kanel.

**Smolk:** Fyll cup 1/2 med varmt pepparmintste.  
Lägg till ett skott av espresso.  
Toppa med varm skummad mjölk. Avsluta med ett stänk av kanel.

**Gringo:** Fyll cup 1/2 med varmt vatten. Tillsätt 2 skott av espresso. Ovanpå strö muskot.

**americano:** Ett skott av espresso läggs ned i koppen.  
Hett vatten tillsätts.



**Duo-shot:** Tillsätt 2 skott av espresso. Då varmvatten.

## Kakao en himmelsk stimulerande drink



Kakao träd växer i varma, regniga tropiska områden. Det är frukten är Pods. Inne i en pod finns frön (bönor). Kakaobönor förvandlas till kakaosmör och pulver.



### Förberedelse Hot Cocoa:

1 matsked kakaopulver,  
1 kopp: sojavätska, getmjölk eller annan icke mejerimjök. 1  
tesked vaniljextrakt, Dash av kanel, Dash muskot.

Kombinera ingredienserna i ett medium kruka och varm på medelhög låg värme, vispa tills skummig och varmt.

### Te en himmelsk stimulerande drink



Camellia en vintergrön växt. Det är bladen plockas och bearbetas ge oss te. Grundläggande Teas är svart eller grönt. De kan smaksättas eller rädda.



**Depå Guardian te preparatet:** Placera löst bearbetade teblad i en te infusions. Sätt infusions i glas kopp. Koka vatten, stoppa koka när bubblande stannar (80 ° C) häll i glas kopp. Njut av !

(A) Precis som bubblande stannar häll över svart te.

Efter 1 minut stir infusionsanordningen 3 gånger. Efter ytterligare en minut bort. Dryck, eller lägga till citrusjuice för smak, eller låt den svalna, kyla och dryck. Varning inte förorenar med sötningsmedel, vitmedel (Konstgjorda och eller naturligt) .



(B) 10 sekunder efter att bubblande stannar häll över grönt te. Rör om infusions 3 gånger. Efter 1 minut bort. Dryck, eller lägga till Stonefruit juice för smak, eller låt den svalna, kyla och dryck. Varning inte förorenar med sötningsmedel, vitmedel (Konstgjorda och eller naturligt) .



Herbal frö te förberedelse, plats löst pressade frön i en infusions. Sätt infusions i glas kopp. Koka vatten, stoppa koka. Precis som



bubblande stannar håll över frön. Efter 1 minut stir infusionsanordningen 3 gånger. Efter ytterligare 7 minuter bort.

Dryck, eller låt den svalna, kyla och dryck. Varning inte förorenar med sötningsmedel, vitmedel (Konstgjorda och eller naturligt) .

Herbal blad te förberedelse. Samma som grönt-te.



Herbal Root te förberedelse, Chopp rötter. Förbered samma som svart te.

Med hjälp av en mikrovågsugn när brygga en tepåse tar fram smakerna.

Ta tag från teabag make säker metall stapelvara tas bort. De flesta pappersetiketter använda billiga bläck, missfärgning vatten, störa smak.

Sätt varmt vatten i en tekopp> lägga ditt val av Tea väska > värme i mikrovågsugn i 30 sekunder på halv effekt (400-500 watt) > Låt det brygga i mikrovågsugn i en minut > ta ut det > njut av!

## Dricksvatten är bäst ( kan smaksättas)



Filtrerat vatten för god hälsa !!!

## För att överleva den mänskliga kroppsbehov ätbart Food

En del av en daglig rutin att äta. Hur friska vi är och hur länge vi lever. Har mycket att göra med vår äta vana. Ingen mat du svälta!

Feed 5 gånger om dagen:

'Frukost, inkluderar vatten, örter, kryddor, honung, kaffe, ..

Tidig Day-snack, inkluderar vatten, frukt, örter, te, ..

Lunch, inkluderar vatten, sallad, ägg, kaffe, ..

Sen Day-snack, inkluderar Water, nötter, bär, kryddor, kakao, ..

Middag'. inkluderar vatten, middag tema, te eller kaffe .. grönsaker.

7 Livsmedel som bör ätas dagligen: svampar (svamp) , korn (Havre, korn, linser, majs, hirs, quinoa, ris, råg, durra, vete) , Hot



Chili, lök (Brun, grön, röd, fjäder, gräslök, vitlök, purjolök) , Pars- ley, söt paprika, grönsaker (Sparris, bönor, broccoli, blomkål, morötter, ärtor, groddar, ..)



Varje veckodag måste ha en middag tema: t.ex. Dag 1: Grönsaker

Dag 2: Fjäderfän Dag 3: Däggdjur Mitt i veckan: Reptil Dag 5: Skaldjur

Helgen: Nötter och frön Rolig dag: insekter

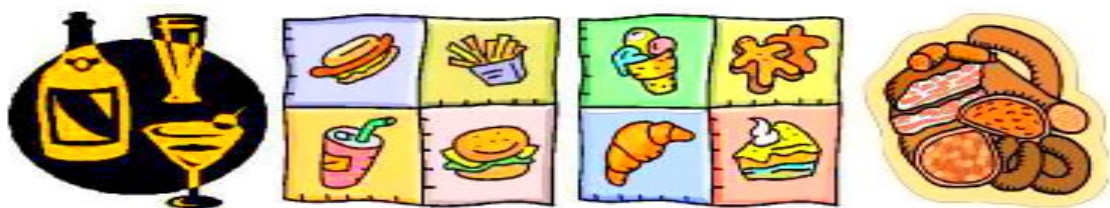
**DietNo Nej' s:** Konstgjorda sötningsmedel, tillverkade livsmedel, modifierade genetiska mat, tillade fruktos.



**Fruktos** den främsta orsaken till diabetes och övervikt (**Blubber Människor**) . Det är dåligt om det kommer i Sugar eller frukt. Lägga Fruktos under pro- i handläggningen av dryck eller mat är en hälsofara. Bearbetning, distribution, försäljning av denna typ av dryck eller mat är kriminellt beteende blir det: **FRÖKEN**

**R6 . Undantag:** Obearbetade, bär, frukt, honung, grönsaker.

Säg nej till: **Allt som innehåller:** Fruktos, glukos, socker; Kex, kakor, frukost-spannmål, choklad, frukt-juice, glass, Lollies, sylt, ketchup, läskedrycker (Cola, Energi, ..) Marmelad, müsli-barer, såser, vin ...



**Tillverkad livsmedel** är för salt har alltför många konserveringsmedel, ofta är alltför fet och har tillsatt socker gör dem olämpliga för konsumtion av människor, husdjur och boskap. **Tillverkade livsmedel är en cause of högt blodtryck, tilltäppning av artärer och fetma (Blubber Människor)** . Bearbetning, distribution, försäljning av tillverkade livsmedel är kriminellt beteende behöver åtal. **FRÖKEN R6**

Säga **Nej** till: Mejerimjolk, mejeri ost, snabbmat,  
skinka, hamburgare, salami, ...

Tillverkad: Bröd, kött; Pizza, korv,

Bearbetade: Frukt, skaldjur, grönsaker ...



**genetiskt modifierade livsmedel** är vad folk faktiskt konsumerar. Allt börjar som genetiskt modifierade (Engineered) Utsäde (GM Crop) . GM gröda på grund av flödet  
- effekt förändrar hela livsmedelskedjan. C reating mutationer som skapar nya sjukdomar, Livshotande Global Plagues i alla medlemmar i livsmedelskedjan! **Inklusive människor!** Folk kommer att bli mer sjuka dör yngre, mer missbildningar, mer sjuka barn, fler missfall ... Kommer att förändra människans DNA.

**Genetiskt modifierade livsmedel Survival hot:** Alfalfa, barnmat, bacon, bröd, majs, frukostflingor, raps, ägg, skinka, margarin, kött, potatis, papaya, ärtor, fjäderfä, ris, korv, sojaböner, tomat, vete, zucchini, ...

**Efterfrågan från samhället oförfalskad mat. NEJ :** Alkohol, Genmodifiering, Herbicider, Insectisides, Tillverkad mat, salt, tillsatta sötningsmedel (konstgjord eller naturlig), ...

Varje person, organisation, regeringen som förnekar ätbart livsmedel eller är orsak och verkan av förorenad mat (GM) . **Är ansvariga, FRÖKEN R7**  
**Kräver ätbart mat är det en 1 GOD ges rätt!**



**10.2.7. Blubber dag**  
**C-GKalendar Fun Day teman**

**12.1.7. God hälsa dag**  
**C-GKalendar Fun Day teman**

**Inte tillräckligt med mat du blir sjuk!**

**Ingen mat du svälta!**

För att överleva den mänskliga kroppsbehov **Sova**

**1/3** i vardagen går åt liggande, en del av detta innebär sover.



Sömn behövs för överlevnaden av en mänsklig kropp. 7 timmar ska göra. Sömnbrist leder till döden, men först efter en mycket smärtsam transit genom depression och utbrott av sinnessjukdom.

För att få vilsam vitaliserande sömn bäddrum måste vara så mörkt som möjligt. En brist på intern och externt buller är ett måste. Shire genomföra Natt utgångsförbud.

**Notera!** Det är normalt att ha 2 pers med en paus emellan. 1:a sömn är ca 3,5 timmar med en upp till 1,5 timmes rast följt av en 3,5 timmars sömn.



Under 1,5 timmars sömn paus. Människor få upp, gå toalett, ... Innan ligga ner gör nattövningar och har ett glas vatten.

De som inte får upp, be, läsa, skriva, Par chat, mate (Under sömnen break människor är mer avslappnad bättre på att utforma) ...

### NATT - TIME övningar

Det är normalt att ha 2 pers med en paus emellan. Skulle du få upp (T.ex. för att gå på toaletten) , Återvänder sitta på sängen kant, dricka lite vatten. Gör följande övningar (Alla övningar görs medan du sitter på sängens kant knä skuldra brett isär) . Varje gång du går upp gör en annan övning.

**1 Övning:** Placera handflatorna \* dina händer mot utsidan av knäna. Press händer inåt och knän utåt, hold 7 sekunder  
(Du känner spänning i armar, ben, axlar) . Slappna av, ta ett andetag, inga repetitioner, smutta vatten, ligga ner, sova gott. \* variationsanvändnings nävar .

**2. Övning:** Gör nävar \* placera dem mot insidan av knäna. Press nävar utåt och knän inåt, håll 7 sekunder (Du känner spänning i armar, ben och mage) . Slappna av, ta ett andetag, inga repetitioner, smutta vatten, ligga ner, sova gott. \* variations använda plana palmer .

**3. Motion:** Bend armar (90%) vid nivå tur bröstet vänster upp- avvärjer böjnings fingrar, sväng höger hand nedböjning fingrar.

Spärr fingrar snäva. Dra nu händer i motsatt riktning, håll 7 sekunder (Du känner spänning i fingrar, armar, bröst) . Slappna av, ta ett andetag, inga repetitioner, smutta vatten, ligga ner, sova gott.

**3. Motion:** Bend armar (90%) vid nivå tur bröstet vänster upp- avvärjer böjnings fingrar, sväng höger hand nedböjning fingrar. Spärr fingrar snäva. Dra nu händer i motsatt riktning, håll 7 sekunder (Du känner spänning i fingrar, armar, bröst) . Slappna av, ta ett andetag, inga repetitioner, smutta vatten, ligga ner, sova gott.

**4. Övning:** Bend armar (90%) på bröstet sväng vänster handen upp- avdelningar, sväng höger hand till näve. Placera näven i handen och tryck ner samtidigt press öppen hand uppåt Håll 7 sekunder. Omvänd håller 7 sekunder (Du känner spänning i händer, armar, nacke, bröst) . Slappna av, ta ett andetag och klunk vatten, ligga ner, sova gott. Inga upprepas.

Personer med spänd rygg lägga denna övning varje övning: Placera händerna på knäna. Luta huvudet bakåt böja då vagga framåt utan att tappa kontakten med knäna (Du känner spänning i armar, rygg, mage) . Slappna av, ta ett andetag, 7repeats, smutta vatten, ligga ner, sova gott.

**Notera!** Personer som sitter mycket under dagtid. Ska göra en av de natttid övningar i rotation varje 2 timmar.

## Det är din kropp! Håll det passar!

Det är en förutsättning innan liggande att sova.

Det bör vara mörkt, bör det vara natt. För att få vilsam vitaliserande sömn i sovrummet ska vara så mörkt som möjligt. En brist på intern och externt buller är ett måste 'Shire' måste genomföra 'Natt utgångsförbud'.

1 timme borde ha gått sedan den sista matningen. Borsta tänderna och tvätta hela kroppen innan du går till sängs. Worship 'Sleep-bön'.

**1 GOD väntar på att höra från dig!**

### Sova Bön

Kära **1 GOD** , Skaparen av de vackraste universum Skydda mig när jag är mest utsatta skydda mig från oroliga och onda tankar

Låt mig få vilsam, helande och vitaliserande sömn Låt inte oroa stora mina drömmar och sova Låt mig bara komma ihåg de söta drömmar för härligheten av **1GOD** och det goda i mänskligheten



Denna bön används innan du somnar!



Har dricksglas (**Ingen plast**) fylld med 0.2l av filtrerat vatten (**Inget tillsatt**) på varje nattduksbord. Varje kväll innan du går till sängs sätta glas på nattduksbordet. **Notera!** Dryck under natten varje gång efter att du besökte en toalett och när man har en torr hals, dricka vila när man reser sig upp på morgonen.

Har en Goldtone glasskål (**1 endast för dubbel**) innehållande växtbaserade soppa (**Arom Therapie**) på fönstersidan nattduksbordet !

**På morgonen efter 7 timmars sömn:**

Få upp, ta ett glas filtrerat vatten, gå toalett, gör 'Daily-Fit (**Exerci- SES**) ' Tillbedjan 'Daily-bön', tvätta ansikte, händer, äta frukost, klä på sig. Kontrollera din 'Planner'. Nu är din Ready for life-upplevelser.

När du går utomhus slitage, skyddskläder och huvud, ögats och fötter skydd.

Undanhållande sömn är tortyr! Tortyr som förhör verktyg är inte acceptabelt. Torterare ställs till svars: **FRÖKEN R7**

Efterfrågan frånvaro av yttre buller nattetid (**Natt utgångsförbud**) ! Det är en gemenskap rätt! Depå Guardian användning: **CGNAs BS-1 (Sängkläder standard)** !

## **NATT - utgångsförbud**

Den mänskliga kroppen har inte utformats för att vara nattliga. Människan missbrukade sin hjärnkapacitet för att skapa en nattlig livsstil. Denna livsstil är inte fördelaktigt för god hälsa. **Natt utgångsförbud** behövs för god hälsa.

En 7 timmars Night-utgångsförbud från 14-21 timmar (**22- 6 timmar, 24 timmar Pagan- klocka**) är obligatorisk. För god hälsa, minskad energiförbrukning, minskade föroreningar, skydd av vilda djur och växter. **Minskning av brott, vilket minskar kostnaderna för regeringen uppmuntra multiplikation.**

ingen arbetar (**Allt är stängd**) utom minimal akut personligt. Ingen energi ska användas utom för akut eller uppvärmning! En allmän nyhets radiostation tillåts all annan underhållning är avstängd! Ingen tillverkning, kontor, eller återförsäljare är att driva eller energianvändning!

Hem kan använda värme (**klä dig varmt**) , kylning (**Klänning ljus**) i extrema väderförhållanden.



Natt utgångsförbud måste vara obligatoriskt. För välbefinnande av den mänskliga kroppen och lokala Habitat. A Shire upprättNatt utgångsförbud genom Shire rehabilitering **FRÖKEN R1 Återfallsförbrytare** förs vidare till läns rehabilitering **FRÖKEN R3**

Natt utgångsförbud för **SAVEPLANETEARTH !!**

**KLIMATSKYDD** för överlevnad.

behövs klimatskydd för att skydda människokroppen, djur, husdjur, mat poduction. Klimatskydd: skyddande prisvärda kläder och hygienisk prisvärd säker tak över huvudet!

**Skyddskläder** behövs för att skydda kroppen från klimat, sjukdomar och föroreningar. Skyddskläder måste vara komfortabel, användbar (**Skydda mot extremt väder**) och prisvärd.

Skyddskläder består av ventilkåpan, kläder, strumpor, skor!

**Huvud** skydd består av Balaklava, mössa, K-scarf, ögonskydd, hjälm. Balaklava (**Mössa**) , K-scarf jag s stickad av ull eller bomull, ull (**Ingen syntetisk fiber**)

blanda. Kan vara vilken färg eller mönster.

Ögonskydd och hjälm ge UV-skydd. De



Visiret är böjda i sidled och rakt upp och ner, okrossbar, hög- och låg-reptålig, blockerar UV-strålar, inte imma upp, bländning justerings

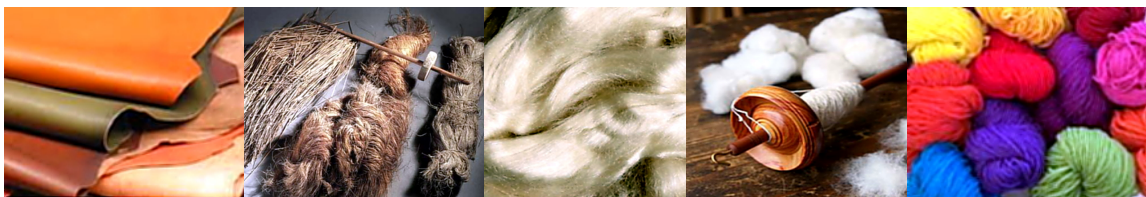
(Mörkare / lättare, ljusare / mörkare) . Hjälmen har en läder tillbaka nackskydd.

Ögon och huvudskydd alltid bärs utanpå.

**Skyddskläder** behövs för att skydda kroppen från klimat, sjukdomar och föroreningar. De viktigaste kroppsdelar skyddas av skyddskläder är hud- och fötter. Skyddskläder är alltid slitna utanför.

**Skyddskläder** : Coverall (Med huva) eller två-delat gjord av lin, bomull, ull, eller en blandning av bomull / ull (inga syntetfibrer) någon färg / mönster. Antingen bör ha en t-shirt hals, uppblåst \* armar och ben slutna vid handleder och vrister (Utkast säker) . \* Puffade armar och ben tillåter armbåge / knä lederna att röra sig fritt även luften inuti skapar klimatreglering för hud och kropp.

Kläder är gjord av naturfibrer: djurhudar, växtfibrer, siden, bomull eller ull. Konstgjorda fibrer används inte för kläder rörande mänsklig hud. Produktion av konstgjorda fibrer för kläder ändrar.



Skyddskläder är bekväm, långvarig, i praktiken, prisvärd  
Modern (märkesvara) skyddskläder friendly, kortsiktigt, opraktiskt .. Inte acceptabelt!

Fötter behöver skydd mot klimat och stötar. Hud, tår och vrist är i riskzonen. Fotskydd består av strumpor och stövlar. Bär alltid fotskydd när bege sig utanför.

Strumpor är gjorda av bomull, ull, en blandning av bomull och ull (Ingen syntet) vilken färg som helst mönster. Strumpor bör omfatta Feet upp till 7 cm ovanför anklarna.

Boots har övre skyddande skinn, inner mjukt läder (Ingen syntet) sulor läder eller gummi. Boots skydda fötterna till 7cm ovanför anklarna. Syntetisk skor värmer upp fötterna koka dem. Du kan inte gå.



hand~~POS=TRUNC skydd~~POS=HEADCOMP (**handskar**) bärs som behövs! Handskar är gjorda av läder, bomull, ull, en blandning av bomull och ull (**Ingen syntet**) vilken färg som helst mönster.



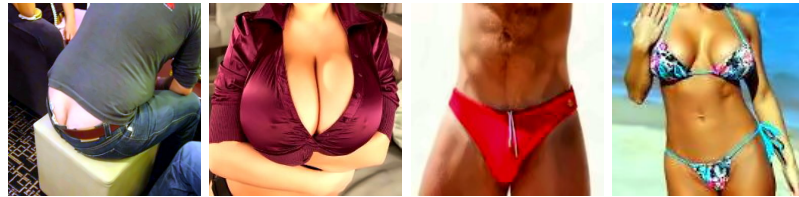
## SHUN:

Designer Label är elitistisk del av rikedom apartheid. Designer Label är friendly. Producerad av slavarbete. Gjord för arrogant välbeställda snub- bing den kämpande behövande och fattiga. Shun människor som bär dessa.



Märkesvara! Människor som där Designer etikett! Återförsäljare som säljer Designer etikett! Dyr protec tive kläder! Opraktiskt mode skyddskläder! Skyddskläder gjorda av artificial- fibrer! **Skam, SHUN** människor hånfulla hemlösa De betalar för att ha kläder ser tvättas ut, har målmedvetet rippade och hål som gjorts i dem.

Oacceptabelt trashy klädsel:



Låt trashy människor vet att de är trashy.

Shun syntetiska kläder, skor. Avsluta produktion av syntetiska kläder, skor. Olagliga syntet producent får, **FRÖKEN R6** .



Skydda din kropp för att använda skyddskläder utanför!

Människan har en **1 GOD** ges rätt till **hygienicaffordablesecure shelter (hass)** ! Regeringen har en skyldighet att förse sin befolkning med hygienisk prisvärd säker tak över huvudet! Shelter levereras av ' **Grevskap** ' (**Kommunerna**) . En del av Shire-planering. **HEM !!**

För en Shire att leverera hygieniska prisvärd säker skydd alla Freehold Land och inhemsk skydd (**Privatägd**) överförs till den. Sysse- PTY överförs egendom är fylld med hemlösa och familjer på väntelistor. Multi-sovrum hus med endast en ockupant behov av att ta in andra ockupanterna. Det är oacceptabelt asocialt beteende för en



personen som har mer än ett sovrum.



Allt 'hass' "Är hyra boende. Så småningom fåfänga ornamental trädgård, är fristående hem ersättas av gemenskaps cluster-bostäder. Cluster hyresbostäder tillhandahålls av 'Shire'.

Alla kluster boende har 3 nivåer av hyresgäster + 1-nivå växthus  
Marknivå Nivå 1, Nivå 2, växthus trädgård (Hyresgäster kan odla växter) . Kluster boende består av enskilda enheter (1 rum) , koppla ihop enheterna (2 rum) , familjeenheter (3 rum ..) . Obligatoriska riktlinjer (Familjestatus, ålder) tillämpa.

Allt 'hass' "Är hyra boende. Weekly hyran är 14% av bruttoveckoinkomst hyresgäst. Flera hyresgäster hyran är 14% av gemensamma bruttoveckoinkomst hyresgäster. T.ex. \$ 100 brutto per vecka inkomst, hyra \$ 14. \$ 1000 bruttoveckoinkomst, hyra \$ 140.

**Grevskap** leveranser el, vatten med daglig minimum (Fri) / (Sedan lön) maximal cut off användning. Shire levererar också gemenskap tvätt, underhåll, rekreation, avfall, avlopp borttagning.

Single hyresgäst har rätt till ett rum gemenskap levande. Vid 63 års ålder transfer är pensionering boende (obligatorisk) . Single 1 rum tio-ant användning på samma nivå gemenskap toaletter / dusch anläggning. På marknivå tvätt / bad.

Par (1 HAN, 1 HON) hyresgäster har 2 rum: vardagsrum / sovrum / pentry och toalett / dusch. Dela tvätt / bad på marknivå.

Flytta (obligatorisk) till familjen när barnen kommer. Ett par blir singel, överföringar (obligatorisk) till enda enhet.

Familje hyresgäster har 2 rum (Vardagsrum / sovrum / pentry och toalett / dusch) . Aktie tvätt / bad vid nedre nivå + 1 rum för varje 2 barn. Efter förra barnet flyttar ut (Genom 18 års ålder obligatoriska) . par överföra (obligatorisk) att koppla levande.

Kluster hem tillåter små: akvarium, terrarium, små hundar. Låt inte katter, djurliv, husdjur, något som är större än en liten hund, ingen avel. Varelsor som är ett hot mot hyresgäster och livsmiljö.



**Notera!** Hyresgäster med psykiska, fysiska, sexuella funktionshinder lever i speciella skyddsrum tillhandahålls av länsstyrelsen.

Shire gemensam kluster bostäder uppfyller alla mänskliga behov! En plats att starta och växa en familj.

## Stöd Kommunala Cluster Housing. Ditt hem!

### YourCommunity!

#### GOOD HYGIEN för god hälsa.

God hygien börjar med att vara rent och snyggt. Ren och städad börjar med personlig inställelse, gäller hemmet, studera och arbeta. Rent och snyggt gäller också att tänka och resonera.



En 'daglig rutin' omfattar renlighet. Tvätta händerna efter varje toalettbesök och innan varje foder. Tvätta ansiktet innan varje foder. Borsta tänderna och tvätta hela kroppen innan du går till sängs. HE rakar minst två gånger varje vecka. Tvätta håret en gång i veckan. Depå Guardian delta Sammankomster ren (Borstade tänderna, kammade håret, tvättas hela kroppen) , Rakat ansiktshår (HAN) , Klädd rent, snyggt redskap (topp till tå) .

Efter att ha fått upp på morgonen varje familjemedlem fysiskt kapabel att göra sin säng. Föräldrar lär barn hur man. Kompletteringsmorgonhygien. Det är dags att klä, sätta på anges förberedda (Kvällen före) redskap personen planeras slitage. Varje breakfast förvaringsbehållare rengörs innan påfyllning och märkt

(Innehåll, fyllningsdatum) . Efter breakfast ren matplats. Återgå containrar till lagring. Smutsiga containrar, är redskap sätta i diskhon. En person är nu redo att starta Dailly sysslor (Hem, skola, arbete, volontär) .

Alla behållare har ett innehåll etikett. Matbehållare har också en påfyllningsdatum. Förvara behållare prydligt och säkert. **Farlig (Gift, toxin) containrar lagras säkert (Barn och inkompetent bevis) .**



Lämna inte oanvända objekt (**Redskap, verktyg, leksaker**) skräpar ned möbler, golv, arbetsområdet.

Efter användning plocka upp föremål sätta dem i prydliga lagrings (**Märkt**) . Förvara saker always är på samma plats. De är då lätt att hitta.

Innan läggdags. Förbered och layout redskap du planerar att bära nästa dag. Packa några påsar med föremål som planeras att tas med när man lämnar på morgonen.

Att hålla din omgivning rent och snyggt. Minskar: **D** ust (**Bra för respiratory system**) , **M** icro organism (**Bakterier, bakterier, virus**) mindre infektioner, dödsfall, **jag nsects (Bites, larver, stick)** mindre infektioner, utslag, **V** Ermin (**Råttor, möss, kackerlackor**) , Färre spillning, spridningen av mikroorganismen, mindre pest utbrott.

Med hjälp av en blekmedel eller starkt desinfektionsmedel ökar din chans att få kronisk obstruktiv lungsjukdom. Använd en naturlig yta renare:

**Blanda**, En kopp bikarbonat, 1/2 en kopp vit vinäger, tillsätt några droppar eterisk olja. Behöver den starkare tillsätt en matsked salt.

Behöver nysa! Nysa i armhålan. **Inte sprida disease.**

Inte kyss på läpparna. Kissing sänder infektioner fastes. **Rub näsor istället.**

Inte skaka hand! Såvida du bär handskar.

Hygien gäller att tänka. Omoralisk, självisk, hatiskt, våldsamma, tankar är dåliga tankar som bör undvikas. **Genomförandet dåliga tankar leder till ansvarighet!**

Klimatförändringarna har minskat luftkvalitet. **Mer, större bränder (Buske, skog, skogsbränder) ! Human inhemsk (Kol, dynga, gas, olja, trä) , verktyg (Kol, sopor, gas, olja, uran) , transport (Kol, gas, olja) brinnande! En community måste överväga andningsskydd hjälp!**

Utomhus andningsskydd (**RPE**) rekommenderas!

RPE är betygsatt av hur väl de skyddar mot partiklar. P2 masker används. För att skydda, är masker monterade tätt (Skägg rakas av) !

Inomhus använder luftrenare! Denna gadget använder ett HEPA-filter. Håll alla dörrar och fönster stängda.

Människan producerar för mycket skräp, avfall! Detta skapar en allvarlig hälsorisk. Det skapar föroreningar som kommer in i samhällen näringskedjan. Människor är att minska handla av icke nödvändiga varor, down storlek hem, minska fritidshem aktiviteter (Stor publik evenemang, sport, mu- sic, ..) !

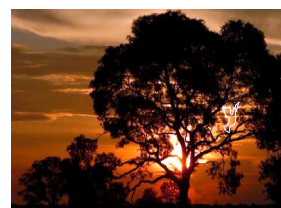
Immunizaton är obligatoriskt! Människor som inte är immuniserade är ett hot mot samhället! De immuniseras och bur, **FRÖKEN R4**

**känna sig trygga** ett samhälle behöver en mänsklig rättighet.

Människor har rätt att känna spara i sitt hem. De har rätt att känna sig spara på studier och arbete. Det är därför som "Depå Guardian Shun Våld koncept görs tillgänglig (Se CH7, 1Church) för genom- förandet i varje Shire .

**Grevskap** tillhandahålla Sentinel tjänster. Sentinel hantera låga till medelrisk vakt och patrull uppgifter. På eller ledig en Sentinel kommer att rapportera anti- socialt beteende (Brott, förorening, vandalism) och rapportera eventuella comm- problem enighet hälsa och säkerhet. Sentinel kommer att gripas och uppfattas brutna brott och engagerade brott. Sedan kalla sin station för en patrull för att plocka upp de gripna.

**Grevskap** ge en obligatorisk 7 timmar natten utegångsförbud från 14-21 timmar (CG Klock) . För god hälsa, minskad energiförbrukning, mindre föroreningar och skydd av vilda djur och växter. Minskning av brott, kostnad för staten, uppmuntra multiplikation.



Folk hjälpa sina grannar när under attack.  
Arbetare hjälpa arbetskamrater. Lärare och forskare hjälpa varandra.  
Varje Shire mål är att vara våldsamt gratis.

Räddningstjänst arbetstagare att hjälpa brottsbekämpande. Genom att vara vaksamma överträdelser av regler, föreskrifter eller från arbetet. De kan

måste göra civila gripande talet. CE reser kan kallas för hjälp.

Att ha en våldsam fritt samhälle är en rättighet och skyldighet. Varje människa har rätt att känna spara. Varje person har en skyldighet att hjälpa människor som har våld inflickted på dem. **Inte gör det, FRÖKEN R2 !**

Folk som tillåter våld, klocka våld, **FRÖKEN R2 !** Människor som uppmuntrar (**Heja på, hjälp**) , Hetsa, våld, skydda våldsamma människor från gripandet, **FRÖKEN R3 !** Detta gäller även för att bekämpa, kontaktsport!

**1 GOD väntar på att höra från dig!**

## Brottsoffer Bön

Memo rial - dag 2. 4. 7.

Kära **1 GOD** , Skaparen av de vackraste universum dina mest ödmjuka trogna depå väktare (**1 st namn**)

Ber att lindra ångest och smärta av brottsoffer Hjälp brottsoffer få rättvisa och ersättning jag lovar att hjälpa straffa brott oändlig Fråga det onda straffas i livet och livet efter detta för härligheten av **1 GOD** och det goda i mänskligheten



Denna bön används på brottsoffer Day (CG Kalender)!



Våld börjar med ofödda. Våldsamma omgivning ingjuta pro- pensity till våld för resten av livet. Benägenheten för våld behöver en trigger för att aktivera våldsamma. **triggers: Alkohol, ilska, rädsla, peer tryck, kontakt sport, slagsmål-sport, okunnighet, förnedring, sinne förändra substans, brist på empati, provokation, våldsam video, våldsamma TV-spel, ...**



Ett ofött utsätts för mamma och pappa verbalt missbruka varandra. Lära sig att det är okej att verbalt missbruk och kommer att göra det senare i livet. Ett ofött utsätts för mamma är fysiskt skadad av pappa. **HON** nyfödda kommer senare i livet utstå misshandel av **HE**. **HE** nyfödda kommer att tycka att det är okej att skada **SHE**.

Aggressivt missbruka, skrämmande, dominerar andra mobbning. Mobbning börjar med intimitation det kan utvecklas till misshandel. **Bully s**

vanligtvis omger sig med olyckliga fega individuals.

## Våld isthreat

### StopViolence startat hem

yttre hot (Andra provinsen, Space) hanteras av militären.

Militära inte inneha eller använda en, N (Atom, kärn) B (biologisk) C

(kemisk) vapen. Militär användning bedövar weapons tar fångar (Inte tortyr, döda) !

Använder och tillämpar CG Space lag.

Samhället känns inte spara (Missbruk, biverkningar) använder Pharma- rmaceuticals! Den är en seprimitive dyr behandling. Pharmace- uticals' är en sista utväg behandling. Shun sjukvårds utövare som bara föreskriver Pharmaceuticals'. De är inkompetenta korrupta "Quacks". Kräver de att diskvalificeras.

**Notera!** Håll dig till depå väktare kostråd och följande övningar minskar sjukdomar med 80% +.

Många människor i samhället känner sig hotade av en person med funktionshinder. Det finns 3 typer av funktionshinder: Psykiska funktionshinder, rörelsehinder, sexuell funktionsnedsättning .

#### Mentalt handikapp

Forskare som visar tecken på "Mental funktionshinder. ... Utvärderas av en kommitté (Lärare, sjukvårdare, föräldrar) . Om de befins drabbade är överförs till 'MDQC' (Mental Disability karantän Compound) . För sin egen säkerhet och skydda de andra barnen.

#### Fysiskt funktionshinder

Forskare som visar tecken på "Fysisk funktionshinder. ... Utvärderas av en kommitté (Lärare, sjukvårdare, föräldrar) . Om de befins drabbade är överförs till 'PDQC' (Physical Disability karantän Compound) . För sin egen säkerhet och skydda de andra barnen.

#### sexuell funktionshinder

Forskare som visar tecken på 'Sexual funktionshinder' (Child antasta, samma kön, förvirrad kön) . Utvärderas av en kommitté (Lärare, sjukvårdare, föräldrar) . Om de befins drabbade överförs till 'SDQC' (Sexuell

Funktionshinder karantän Compound) . För sin egen säkerhet och skydda de andra barnen.

### Livsuppehållande

En person som inte kan göra en smörgås och äta den nu eller inom överskådlig framtid. Kanske vill envoke den **1 GOD** beslutsprocess (Lev eller dö) . Varje människa har rätt att neka behandling, mat, dryck. Förneka en person denna rätt är tortyr, ett brott, **FRÖKEN R7** .

En **GUDs** designen är att allt i det fysiska universum har en början och slut, inklusive människokroppen. Medmännisklighet kräver att sätta stopp för lidandet. Inte "artificiellt förlänga liv. Artificiellt förlänga livet stör **1 GOD 'S** design.

### Levande begravd

För att undvika att bli levande begravd, är kremering ett måste. Kremering behövs inte bara för att frigöra själen, men också av hälsoskäl. De cremation brand renar förstöra farliga bakterier, virus, insektslarver och svampar som kan bebor kroppen. **Notera!** Kyrkogårdar är en hälsorisk, ett slöseri med mark. Råd kör ut av mark för kyrkogårdar.

### Självförvållad döda

Självförvållad döda (Dödshjälp, självmord) är ett tecken på en svag själ, en svag anda. Det är en livsupplevelse för själen. Andra människor är inte störa om det inte finns en fara för andra. **1 GUD** kommer att hantera detta på domens dag. Att hjälpa en person till en självförvållad dödande är acceptabelt så länge som den relevanta domstolen accepterar att det finns en dödslängtan. Svår lidande är tortyr. Avsluta det!

**Notera!** Människor sätter lidande djur ut ur deras lidande. Men de saknar medkänsla för sin egen sort.

**Avsluta liv med värdighet är en mänsklig rättighet.**

### Röstning

Människor stöder fritt valda regeringen genom att rösta i elections. Inte rösta kan resultera i radikaler tar över regeringen och inrättande av en Tyranny (Ärftlig eller politiska) . Tyranner avlägsnas caged, **FRÖKEN R7** . ' Universe Depå Guardians' stöd bara två typer av regeringen, 'provinsen' (provinsiell) och 'Shire' (lokal) .