



Survival-Chain

Welcome to the Wonderful World of Human Survival

Survival Yours, kulawargané, Komunitas Panjenengan, Planet, iku prioritas.

supaya Survival:

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



Survival dening Age:

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



1 Allah wis nunggu kanggo krungu saka sampeyan!

Survival Prayer

Survival Day 11.1.7 N-Atm

Dear 1 Allah , Ingkang damel Universe paling ayu paling asor setya wali custodian Panjenengan (1st jeneng)

Thanks 'sampeyan kanggo Survival manungsa aku mbudidaya kanggo awak, spesies, masyarakat, urip aku bakal nggawe kaslametané prioritas no.1 sandi Mangga ndhukung efforts kanggo urip Kanggo Kamulyan saka 1 Allah lan Good manungsa



Pandongan awujud ing Survival Day utawa nalika cocok!



ing **SurvivalChain** wis 7 pranala kabeh penting kanggo kaslametané manungsa.

breathable AIR tanpa sampeyan duwe menit kanggo manggon.

drinkable WATER boten ngombe sampeyan ora let minggu!

eatable FOOD kanggo energi & uga kang. Ora pangan sampeyan keluwen!

туру kanggo re vitalizing. No Turu kowé mati!

iklim pangayoman kanggo kaslametané.

kesehatan kanggo njaga awak kita sehat.



KEAMANAN kanggo ngindhungi saka panganiaya. Ora keamanan ora mangsa!



Gulung: 2, Kewajiban: 2 nyariosaken dhateng kita: Jaga awak manungsa saka ception connganti sawijining mburi. Ing Survival-Chain pondasi kanggo tetep tansah iki. **Nolak sembarang manungsa esensial iki urip threaten-** ing angkara marang manungsa, Anti 1 **PENGERAN** prentah:

MS R 7

Threat burning



Sawise manungsa manggihaken cara kanggo nggunakake geni. Iku weruh iki minangka berkah.

Kayu kobong dipunjangkepi kaliyan kobong bahan bakar fosil. Inggris Kristen ngenalke umur industri miwiti polusi sing wis anjog kanggo owah-owahan iklim. **Fire lan kobong saiki ancaman, ipat.**

STOP BURNING SAIKI !!!

Mungkasi kobong: **rokok, batu bara, dung, uwuh, gas, lenga, uranium, kayu, ...**



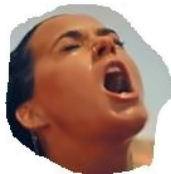
A part paling mbebayani ing kobong, kumelun. Ing fires paling

ancaman kanggo kesehatan lan mortalitas kumelun inhalation. Ing ukuran kumelun luwih ngadeg menyang phere atmos- mandheg panas minggat menyang Space. **warms lumahing banyu, wars tanah lumahing, es melts: iklim GANTI!**



Kanggo urip kabutuhan awak manungsa **Breathable Air**.

Kita online ambegan digawe saka gas (**Karbon dioksida, nitrogen, oksigen, metana**) , Banyu lan impurities (**Bledug, microbes, spores**) . Kita online ambegan perlu nitrogen dhuwur lan isi oksigen. Wis karbon dioksida kurang lan isi metana. isi banyu (**Asor**) perlu, dhuwur asor dadi ora adil lan masalah kesehatan. **Impurities** sing ora perlu padha inflame paru.



Kanggo suwene bisa terus ambegan? 4 Minutes, sampeyan gulp kanggo online. Ora online breathable kanggo gulp, Sampeyan mati! Wong mati cepet ing fires, ora online breathable.

Withholding online breathable digunakake minangka torture lan nyababaken manungsa lan kéwan. **Withholding brea- online thable minangka torture (Asrama banyu)** digunakake dening US Administrasi, karyawan pamaréntah AS, Kontraktor pemerintah, Tyrannies manca protec- ted dening US. **Nyiksa angkara: MS R7**



(**Manungsa**) , **MS R4 (kéwan)** .

Withholding online breathable kanggo matèni iku sengaja (**Asep beracun ing geni**) utawa dhewe (Nglalu: **purposefully inhaling karbon dioksida klempakan utawa gas masak**) , pamaréntah (**Kamar gas, hanging, nyiksa**) , wong (**Kriminal: garroting, strangling, suffocating, hanging**) . **pengorbanan pidana Government njaluk, MS R7 . sengaja (Kesehatan lan safety) , MS R4** **poto (Dicekel tanggung jawab dening 1 Pengeran)** .

Manungsa kobong mau iku ancaman utama 'online breathable.



Diwiwiti karo individu sing nggunakake gulu sing cerobong asep a lung minangka sieve kanggo asep beracun lan impurities online. **Ngunakake awak manungsa minangka cerobong asep resiko kesehatan abot, ngenyek kanggo 1 Allah kang desain.**

Smoking kecanduan ing! A tragedi manungsa! A beban masyarakat!

Kecanduan punika perilaku compulsive bola-bali gratifying perlu wikan. Addicts delude piyambak dening ora nrima gawe piala perilaku sing wis dilakoni. Cilaka kanggo piyambak, kulawarga, kanca-kanca, bolo karya lan masyarakat.

Addicts ora pracaya padha ketagihan anggare lagi nglaras piyambak lan nyekeli sing urip bebarengan. Addicts dadi ancaman kanggo awake dhewe lan masyarakat. Padha dadi delusional, anti sosial, jujur, laku jina, cidra, egois lan uncaring. pasukan iki ing **Shire (Masyarakat)** kanggo ngontrol gaya urip. Matesi kebebasan-kebebasan lan hak.



Perokok mambu saka tutuk. sandhangan sing mambu. Padha mambu nganti kamar. awu sing nang endi wae. sebulan nang endi wae. Lagi njijiki, reged, stinking individu. Shun wong Shame wong

Perokok sing risiko kesehatan kanggo piyambak. Padha ngobong sing lambé, untu, gusi, tutuk, tenggorok, gulu lan paru-paru, dadi lara, beban kanggo masyarakat.

Perokok sing njupuk puguh akeh ngilangi kumelun lan poto inflicted sickies. Terus jawab wong!



Perokok sing risiko kesehatan kanggo wong. ngrokok ngandhut ngalrani bayi sing. Sawise lair bayi iki dihukum kanggo urip gadhah masalah kesehatan. Padha bisa duwe deformities, ora duwe kabisan, .. ngrokok Ngandhut sing kadakwa, ntoni bayi: **MS R3**



kumelun pasif (**Nyerang**) nyengsarake wong. Perokok sing nggawe pasif kumelun njaluk, **MS R3** . èntitas (**Luang, hiburan, karya ..**) sing ngidini smoking njaluk, **MS R3** rugi pituwas. Government sing ngidini udud sing diganti, + **MS R7**

Perokok sing kesupen. Padha miwiti fires: omah-omahé, suket, alas. Lagi dicekel tanggung jawab, **MS R4**

lan rugi pituwas. Padha mlayu menyang paprangan wong, kéwan , **MS R5** Padha matèni wong, kéwan, **MS R6** .



ing taun 1951 (**Tanggalan pagan**) iki diadegaké sing udud iku nglarakake

ancaman abot. Government lan Government agensi, departemen sing ora 'Ban' udud gagal (**Dereliction saka tugas**) kanggo ngawula, nglindhungi masarakat. aturan Retrospektif wis liwati. Iki salah njaluk, **MS R7** .

Sembarang individu utawa klompok, bisnis utawa èntitas liyané sing dipun promosiaken (**Bies free-**, iklan, marketing) , ngidini (**Tuwane, guru, karya, klub, eateries, hiburan ajang, ...**) , bathi (**Supplier, manufaktur, transporters, barang, pengecer**) , Ndadekake dhuwur 'smokes' lan utawa aksesoris smoking **MS R7** Ora Matter apa 'smokes' ngemot. Tumindak kang udud iku résiko kasehatan.

ZERO toleransi kanggo SMOKING!

Individu ngurangi kasedhiyan online breathable dening kobong saka gas, dung, kayu, batu bara, minyak kanggo masak

(**Kalebu barbecue**) , Dadi panas, daya. Iku Ends Saiki!

Gunakake listrik sing diprodhuksi tanpa kobong. Nerbitake, asil ing confiscation, karusakan saka peralatan lan **MS R2**



PowerStations sing diobong (**Coal, gas, uranium, lenga, ..**) kanggo nggawe energi sing mati, dismantled. Heh nduweni, operator sing kadakwa, **MS R7** . Coal lan Uranium mining sing ditutup lan ngetokake kuwasane nggawe. Mining nduweni lan operator njaluk, **MS R7** . Energy diprodhuksi dening cara non kobong.

Burning kanggo mindhah domestik, Ends transportasi non domestik! Gas, Oil duwe nggunakake non kobong. Domestik transportasi non domestik ing Freeways sing diganti karo 'tol trem!' Long distance transportasi Overland dening Rail mung. Panggunaan diesel, bensin, LPG, ends!



Heh Hiburan Ends!

Ing Air: Nuduhake Air, transportasi udhara diduweni pribadi (**Mbengung, bidang, jet, helikopter, anter jemput papan, ...**) .

Ing, ing banyu: motorized racing boat, transportasi segara diduweni pribadi (**Kabin cruiser, kapal, hovercraft, jet ski, speedboats** ,

boats, yacht, ..).



On tanah: kabeh 2, 3, 4, .. setir motorized: siklus, pit, buggies, SUV, mobil olahraga, Limousines, mobil mewah. racing Car, stunts mobil. sepur wisata. Promotor saka Heh Hiburan lan Providers Kendaraan kanggo Heh Hiburan sing kadakwa, **MS R7**

salon pucuk nggawe asepe beracun. Karyawan wis AMBEGAN pangayoman. klien bisu (**Korban**) apa ora. Nail Salon in Petaling Jaya Shopping sing mbukak sudhut. asepe beracun ngisin passers dening. Mbabarake menyang risiko kesehatan. Utamané wanita ngandhut, bayi, asthmatics, tuwa. Yen sampeyan wis kapapar asepe beracun Sue salon lan Shopping Centre for rugi.

salon pucuk sing risiko kesehatan lan polluter online. Lagi dibukak déning wong sing kesed nindakake kuku dhewe lan duwe dhuwit kakehan. Mati mau mudhun, Ban mau. nduweni nuntut, eksekutif, **MS R7**



Beauty Salon sing risiko kesehatan lan polluter online. Lagi dibukak déning wong sing kesed nindakake sing nggawe munggah, duwe dhuwit kakehan.

Mati mau mudhun, Ban mau. Nduweni, eksekutif, njaluk, **MS R7**

Hairdresser sing nggawe asepe beracun sing mati, kadakwa, **MS R7** Hairdresser sing ora nggawe polusi udara biasane operate.

kapitalis (**Predatory parasit rakus**) Pemerintah kasurung omah-omahé karo Kebon Vanity. Piranti nggunakake motor bensin Taman Ngarep pemilik (**Blowers, sisa, rerumput pemotong, chainsaws, mowers, ..**) sing ngregedi



(Air, gangguan, lemah) . Kang duwe omah, Produsen, Retailers, njaluk **MS R7** .
Government sing ngidini polusi sing diganti, njaluk **MS R7** .



Outside Insecticides digunakake ing crops, orchards, ..
Kr Food Ops, orchards sing wis ono racune sing pantes kanggo
konsumsi manungsa utawa kewan. potong Pollu- ted, pangan wis
diobong dening masyarakat (Shire) .
produser Commercial njaluk kang **MS R7** . Government sing
ngidini polusi sing diganti, njaluk **MS R7** .

Nang Insecticides digunakake, nyerang sistem
gemeter. Wong hyperactive bayi lan bayi.
Insecticides ngganggu manungsa lan sistem
ambegan pet. Aja nggunakake Insecticides nang.



Military ngregedi udhara karo transportasi, bledosan,
A, N (Atom, nuklir) B (Biologi) C (Kimia)
senjata. Padha ancaman kanggo manungsa, kewan lan
plantlife. Ilmuwan sing nggawe senjata sing kadakwa, **MS R7** . fasilitas
produksi senjata iki kabongkar, lan burned dening Shire.

Nduweni, direktur, eksekutif, supervisor iki fasilitas njaluk, **MS R7** . Military
sing wis digunakake utawa nggunakake jinis iki senjata sing
kadakwa, saka pangkat NCO munggah, **MS R7** . Government sing
ngidini produksi lan utawa panyimpenan saka senjata iki diganti
lan kadakwa, **MS R7** .

Fireworks sing polluter utama. Padha dadi luwih umum
ageng liyane Heh. ing Depend- ing polusi udara kondisi
cuaca bisa lin- ger kanggo dina kang. polusi partikel settles
ing banyu Heh iku. Nggawe pantes kanggo ngombe.



Fireworks Akhir! lampu Laser ngganti.

Non-breathable Air Sampeyan kudu 4 menit kanggo urip!

Sembarang wong, Organisasi utawa Government sing nolak online breathable utawa sabab lan efek
saka udhara reget. Sing dicekel tanggung jawab, njaluk caged,

MS R7 . Tanpa Air breathable iku 1 Allah diwenehi hak!

ZERO toleransi kanggo AIR POLLUTERS !!!!!!!

Kanggo urip kabutuhan awak manungsa **drinkable Water**



60 +% saka awak kita kasusun saka banyu. Saben sèl ing badan kita perlu iku.
Water lubricates joints kita, ngatur suhu awak kita lan flushes sampah kita ...



Bahan atmosfer uap banyu formulir ukuran droplèt gravitasi bumi narik ukuran droplèt mudhun (**Mudhun udan**) menyang permukaan. Udan iku sumber utama banyu seger. Banyu udan sing iki digunakake kanggo ngombé, nyepakaké pangan, masak, ngumbah, karesikan pribadi, ...

A wong digunakake kanggo bisa kanggo ngombe rainwater, nggunakake kanggo preparation pangan. Ora maneh, Banyu udan wis reget, nglarakake, ngandhut asam, beracun, ngicipi ala, ala smelling. Laundry ngirim ora bisa kiwa metu ing udan dadi najis. Ora mung ora katon reged, iku ala smelling nanging uga ngganggu kulit.



udan kadhemen tumiba minangka udan ès, salju. Snow accumulates ing gunung dhuwur, cadangan banyu nggawe seger tlatah lan Antartika. Salju putih,



reget salju klawu nganti ireng. Black salju ditemokake ing Himalaya, glaciers worldwide, Greenland, Arktik, Antartika.

Komunitas nggawe waduk banyu seger. wadhuk iki gumantung ing banyu udan lan salju leleh kanggo isi. Amarga saka polusi banyu iki kudu perawatan sadurunge konsumsi manungsa utawa kewan.



Reservoir arep jero tinimbang cethek. Deep banyu adhem, ngurangi penguapan, ganggang wutah utamané jinis poisonous lan infestation serangga. olahraga banyu sing dilarang kanggo mandeg urinating, menstruating lan pooing menyang banyu. pakaryan Water (Jet ski, motorboats ,..) **ngregedi (Lenga, bensin, asam baterei, ..) padha dilarang!** istimewa: **Park Ranger transportasi.**

Wong ora bisa gumantung ing masyarakat mengkono iku tengen. Ora perawatan, perawatan sebagean, perawatan salah, nglereni biaya, korupsi, pidana prilaku, .. **perawatan Ngarep banyu wis dadi prentah.**

perawatan Ngarep banyu mbutuhake filtrasi. Iku kanggo ngurangi: **arsenik, asbestos, khlor, chloroform, atose karbonat, tembaga, rereget, herbisida, logam abot, timbal, obat omo, teyeng, ... Uga ing daerah iklim anget banyu saring perlu digodhog kanggo ngreksa marang pageblug (Organisme mikro) .**



Ancaman kanggo seger-banyu

Rauh dikarepake kanggo seger-banyu bakal ngluwahi kasedhyan seger-banyu.



udan reget bisa nimbulaké Paint kanggo pil, karat struktur baja (**Kreteg**) , Erosi saka watu, wilting saka godhong lan vegetasi liyane, gangguan kulit, ..
Priksa 'breathable Air' lan 'Green Concept' ing maringi pitutur carane ngandhut Polusi.

Irigasi! Nggunakake banyu soko njero lemah kanggo ngilekake banyu depletes reservoir lemah banyu luwih cepet saka iku bisa replenish. Asil ing pangatusan munggah kabèh Ekosistem lan nggawe butuh banyu tawa. **Ground ends banyu ngilekake banyu. Ilegal nggunakake banyu soko njero lemah kanggo ngilekake banyu angkara, MS R7 . Government saéngga banyu soko njero lemah ngilekake banyu, iku**

diganti, kadakwa, **MS R7** .

Ngilekake banyu, nggunakake banyu tawa saka creek, kali, lake, .. slows aliran banyu. Iki nyengkuyung ion evaporat-. Asil ing kahanan garing lan kurang! Jinis irigasi ngasilaken ing pungkasan peradaban. Mungkasi ngilekake banyu.



Reget waterway kang (**Creek, kali, lake, ..**) nggawe butuh banyu tawa. banyu Storm kapenuhan racun-racun, Pharmaceuticals, poisons .. Ilegal mbuwang sampah industri, racun-racun, poisons .. Heh saka saluran air ends, polluters sing kadakwa, individu **MS R3** kabeh wong, **MS R7** .

tambahan tawa

Desalination migunakake akèh energi, larang regane. Intake banyu wis impact lingkungan salabetipun, narik gedhe nomer iwak, kerang, endhog sing, .. menyang sistem. kewan segara luwih gedhe sing kepepet marang layar ing ngajeng sawijining struktur intake. perawatan kimia, karat, nggawe brine anget kang wis dirilis maneh menyang samodra.



Desalination wis isi boron nggawe dhuwur kualitas banyu rodok olo. banyu iki digunakake ing tani, ranching lan asil produksi pangan ing diet tingkat boron dhuwur. Ingkang dipun danguaken akeh tingkat boron dhuwur nglarakake.

banyu sampah recycled, limbah liwat liwat perawatan utami kanggo njupuk metu barang padhet, gizi sing dibusak, saringan mbusak paling bakteri lan virus.

Banyu banjur dipeksa liwat mèmbran kanggo mbusak molekul. Toilet kanggo tutul pilihan saka terakhir. Tes ora mbukak kabeh risiko kesehatan.



botol banyu (**Larang regane**) cocok kanggo lelungan. gendul banyu plastik

release kimia kang dadi mbebayani nalika ngangetaké (Srengenge, mesin ingkang ndamel benter) .
Aja nggunakake kontaner plastik kanggo pangan. Aja puchase pangan ing kontaner plastik. kaca (Ora timah) gendul, kontaner dianjurake. Aja nggunakake maringi embah dhuwit plastik utawa cream. Aja nggunakake kontaner plastik kanggo cook utawa ngawula pangan.

ngombé banyu roso

Kanggo macem-macem banyu ngombé bisa roso. Sawetara flavoring punika un- sehat iku kanggo nyingkiri. banyu roso bisa dadi kadhemen utawa panas.

Cocog ombenan roso: extract daging sapi, extract Chicken, Langkawi, Tea, Kopi, woh, Jamu, rempah, sayur-sayuran.



nglarakake roso ombenan lan nambah ons: Alkohol, werna Ponggawa, Ponggawa panambah rasa, Ponggawa lan pemanis alami, karbon, Cola, Cordial, ngombe Energy, Lemonade, warung decaffeinated, jus woh, Pengawet, Sodium ..



ngombé banyu iku paling



Rutinitas saben dina: Tangia, duwe kaca 0.2l saka entheng chilled, banyu saring. Sadurunge saben meal (Langkawi, Day Awal cemilan, Lunch, Late Day cemilan, Dinner) duwe kaca 0.2l saka entheng chilled, banyu saring. Have Drinking kaca (Ora plastik) kapenuhan 0.2l banyu saring ing saben Tabel bedside. Drink sak wengi saben wektu sawise sampeyan dibukak jamban lan nalika gadhah tenggorokan garing, liyane ngombe nalika njupuk munggah ing esuk.

intake ora-Cairan. Sampeyan kudu 4 days kanggo urip!

Sembarang Government Person, Organisasi, sing nolak banyu drinkable utawa sabab lan efek saka banyu reget. **Tanggung, MS R7**
Tanpa banyu drinkable iku 1 Allah diwenehi hak!

Cocog ombenan roso:

warung ngombe swarga pancingan



Warung ngombe brewed disiapake saka wiji panggang saka coffeepplants.

Warung digawe saka pepe, panggang, wiji saka wit kopi, thukul ing panas, iklim udan bebarengan ekuator. Ana 2 varieties: **kacang buncis robusta duwe roso kuwat lan lengkap-awak.** kacang buncis Arabica tuwuh ing papan kang dhuwur luwih, duwe roso permukaané lan kualitas liyane gondho.

Sawise ngangkat, pepe, kopi sing dibakar ing watara 200 ° C. Iki ngidini gula ing buncis kanggo caramelize lan roso saka warung kanggo berkembang. **Saya suwe ing kacang buncis sing panggang, utawa sing luwih dhuwur erature temp-, rodo peteng manggang bakal lan Fuller roso, ing roasts cahya general duwe luwih cetha, roso liyane ngandhut asam, nalika roasts rodo peteng duwe tuwa, roso sugih.** A manggang peteng ora kudu, 'kuwat'. Kekuwatan saka tuwung saka warung gumantung pinten banyu ditambahake nalika warung lagi brewed.



Carane nggawe tuwung saka warung?

Carane njaluk paling saka tuwung favorit saka warung.

1) Great ngicipi warung diwiwiti karo banyu ngicipi gedhe. Yen banyu saring ora kasedhiya, nggunakake banyu kadhemen saka tutul. **Ayo dadi mbukak kanggo sawetara detik kanggo aerate sadurunge nambah menyang ceret ing.**

2) Ayo banyu teka mati godhok (80 ° C) sadurunge pouring ing warung (Cepet utawa netes-filter) granules. Nggodhok banyu scorches granules lan impact ing rasa.

3) Nalika nggunakake susu (Ora dianjurake) , ditambahake menyang tuwunge sawise banyu. Yen susu ditambahake 1st, warung sing ana mbokmenawa ora campuran uga. **Banyu panas bisa scald susu, ganti roso.**

Wigati! sweeteners (Gula utawa Ponggawa) kiamat warung!

Decaffeinated ora warung nanging kesehatan-resiko.

Gunakake whiteners mung non Dairy.

ancang-ancang:

Bir,

cepat,

Netes-Filter Kopi; Espresso (Machine)



Decaffeinated Coffee a Health risiko!

Decaffeination migunakake Solvent.

turahan Solvent asring upset weteng a.

Logic! Warung tanpa kalah kafein tujuan ngombé warung.

Aja nggunakake Kopi Pods a resiko Lingkungan!

Warung Pods kabeh 1 Milyar sing bilai lingkungan. Padha ora biodegradable. Lagi ora kang ulang. **STOP! Produksi!** nuntut,



MS R7 . STOP! Digunakake! Shun lan Shame!

Wigati! Kabeh 1 mati produk nganggo sing sabab kakehan Sampah. produksi 'Ends! nerbitake, **MS R7 .**

Shun, Shame wong sing nggunakake 1 mati produk nganggo!

Carane ngombe tuwung saka warung?

Kanggo roso paling, rasa supaya iku kelangan dicokot saka njupuk amba slurps tinimbang sipping. Big slurps release warung liyane ambu. Mambu lan rasa iku, swarga. Ana warung wicket karo susu:

Espresso punika wedang klempakan brewed dening mekso banyu panas ing tekanan liwat warung sacoro apik lemah. Dibandhingake cara Bir warung liyane, Espresso wis konsistensi kenthel, konsentrasi luwih saka barang padhet dipun bibaraken lan umpluk. Espresso punika basa kanggo ombenan liyane: Cappuccino, Latte, Macchiato, Mocha, Americano, Gringo, Duo-dijupuk, Lava lan Mote. Dadi karo eseman.

Cappuccino: nyepakaké susunan, suhu susu paling langkah penting. Susu steamed add- ing udhara cilik banget umpluk menehi susunan velvety

(Umpluk) . A dijupuk saka Espresso sijine menyang tuwung, susu panas foamed ditambahake, paling ndhuwur karo umpluk nglukis 2cm, rampung karo sprinkle saka lemah Cinnamon.



latte: Kalor munggah susu ora froth. A dijupuk saka Espresso sijine menyang tuwung. susu panas ditambahake, paling ndhuwur karo sprinkle saka coklat mentahan.



Macchiato: Kalor munggah susu ora froth. Isi tuwung 2/3 karo susu. Tambah dijupuk saka Espresso. Top rwaning peppermint.



Mocha: nggawe mentahan coklat panas. Isi tuwung 1/2 karo coklat panas. Tambah dijupuk saka Espresso. Dhuwur munggah karo susu & susu froth. Tambah sprinkle saka coklat mentahan.



lava: 1st sing dijupuk saka sso espre-. Nip jus mandarin trated concen-. Tambah dijupuk Kakao mentahan panas Top karo susu foamed panas. Tambah sprinkle saka lemah Cinnamon.



Tambah: Isi tuwung 1/2 karo teh peppermint panas. Tambah dijupuk saka Espresso. Top karo susu foamed panas. Rampung karo sprinkle saka lemah Cinnamon.



Gringo: Isi tuwung 1/2 karo banyu panas. Tambah 2 nembak saka Espresso. On sprinkle ndhuwur pala.

Americano: A dijupuk saka Espresso sijine menyang tuwung. banyu panas ditambahake.



Duo-dijupuk: Tambah 2 nembak saka Espresso. banyu banjur panas.

coklat ngombe swarga pancingan



wit coklat tuwuh ing, wilayah tropis panas udan. Iku kang woh sing Pods. Nang polong ana wiji (Kacang buncis) . kacang buncis coklat sing dadi coklat butter lan bubuk.



Nyiyapake Hot Cocoa:

1 tablespoon coklat wêdakakêna,
1 tuwung: Cairan soy, susu wedhus utawa susu non biasa. 1 sendok teh
vanilla extract, Dash saka kayu legi, Dash saka nutmeg.

Pemanen úa ing pot medium lan anget ing medium panas kurang, whisking
nganti frothy lan panas.

Tea ngombe swarga pancingan



Camellia tanduran Evergreen. godhong iku ngangkat lan menehi diproses kita Tea. Dhasar
Teas sing ireng utawa ijo. Padha bisa roso utawa sented.



Custodian Guardian preparation teh: nyeleh godhong teh ngeculke diproses
menyang infuser teh. Sijine infuser menyang tuwung kaca. godhok banyu,
mungkasi godhok, nalika bubbling titik (80 ° C) pour menyang tuwung kaca.
Sekeca !

(A) Mung minangka titik bubbling pour liwat teh ireng.

Sawise 1 menit nglakoake infuser 3 kaping. Sawise menit mbusak liyane. Drink,
utawa nambah jus jeruk kanggo roso, utawa supaya iku kelangan, hawa
anyep lan ngombe. Warning ora ngregedi karo sweeteners, whiteners (Gawean
lan utawa alam) .



(B) 10 detik sawise titik bubbling pour liwat tèh ijo. Nglakoake infuser 3
kaping. Sawise 1 menit mbusak. Drink, utawa nambah jus stonefruit
kanggo roso, utawa supaya iku kelangan, hawa anyep lan ngombe.
Warning ora ngregedi karo sweeteners, whiteners (Gawean lan utawa
alam) .



Jampi preparation teh wiji, Panggonan ngeculke dipencet wiji menyang infuser a. Sijine infuser menyang
tuwung kaca. godhok banyu, mungkasi godhok. Mung minangka



bubbling titik pour liwat wiji. Sawise 1 menit nglakoake infuser 3 kaping. Sawise liyane 7 menit mbusak.

Drink, utawa supaya iku kelangan, hawa anyep lan ngombe. Warning ora ngregedi karo sweeteners, whiteners (Gawean lan utawa alam) .

godhong Jampi
preparation teh.
Padha ijo-teh.



Jampi preparation teh
ROOT, werna chopp.

Siapke padha teh
ireng.

Nggunakake gelombang mikro nalika Bir tas teh ndadekke metu roso.

Copot tag saka teabag make manawa logam pokok wis dibusak. Paling tags kertas nganggo mangsi mirah, discoloring banyu, ngganggu roso.

Sijine banyu panas ing tuwung teh> nambah pilihan saka tas Tea > panas ing gelombang mikro kanggo 30 detik ing setengah daya (400-500 watt) > Ayo dadi masakan ing gelombang mikro kanggo menit > njupuk metu > sekeca!

ngombé banyu iku paling (bisa roso)



Saring Water
Kesehatan apik !!!

Kanggo urip kabutuhan manungsa-awak **eatable Food**

Part of tumindake saben mangan. Carane sehat kita lan suwene manggon. Wis akèh kanggo apa karo pakulinan kita mangan. Ora pangan sampeyan keluwen!

Feed 5 kaping dina:

'Breakfast, kalebu Water, Jamu, rempah, madu, Kopi, ..

Awal Day-cemilan, kalebu Water, woh, Jamu, Tea, ..

lunch, kalebu Water, salad, endhog, Kopi, ..

Pungkasan Day-cemilan, kalebu Water, Nuts, Bayas, Rempah-rempah, Langkawi, ..

Dinner '. kalebu Water, tema Dinner, Tea utawa warung .. Sayuran.

7 Panganan sing kudu dipangan saben dina: Fungi (Jamur) , pari-parian (Oats, gandum, kacang abang, jagung, millet, quinoa, beras, Rye, sorghum, gandum) , Hot

Rica, Bawang (Coklat, ijo, abang, spring, chives, papak, awam) , Pars- ley, Manis Capsicum, Sayuran (Asparagus, kacang buncis, brokoli, cauliflower, wortel, Kacang polong, sprouts, ..)



Saben minggu-dina perlu duwe tema Dinner: eg Day 1: sayuran
Day 2: unggas Day 3: mamalia midweek: reptile Day 5: Seafood
Weekend: Perkakas lan Bibit Funday: serangga

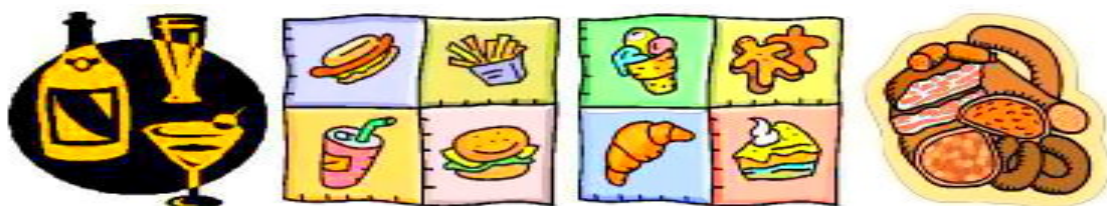
DietNo Ora 's: sweetners Ponggawa, Diproduksi-pangan, genetik dipunéwahi pangan, ditambahake Fructose.



fruktosa sabab utama Diabetes, kelemon (Lapisan gajih Wong) . Iku ala apa nerangake ing Gula utawa woh. Nambahake Fructose sak cessing pro ngombe utawa pangan kesehatan-resiko. Processing, nyebarke, sade saka jinis ngombe utawa pangan pidana prilaku nemu: **MS**

R6 . istimewa: Diproses, Bayas, woh, madu, Sayuran.

Ngomong Ora kanggo: **Apa-apa sing ngandhut:** Fruktosa, Glukosa, Sugar; Roti, Cakes, Langkawi-Sereal, Coklat, woh-jus, Ice-cream, Lollies, Jam, Ketchup, Lemonades (Cola, Energy, ..) Marmalade, Muesli-bar, Sauces, Wine ...



Diprodhuksi-pangan banget asin wis akeh banget preservatives, asring banget greasy lan wis gula ditambahaké nggawe pantes kanggo konsumsi manungsa, pets lan ternak. **pangan diprodhuksi iku meksa causeof dhuwur getih, clogging saka arteri lan kelemon (Lapisan gajih Wong) . Processing, nyebarke, sade pangan diprodhuksi sing pidana prilaku perlu prosecuting. MS R6**

Say **Ora** kanggo: susu biasa, keju biasa, Fast Food,
Ham, hamburgers, salami, ...

diprodhuksi: Roti, daging; Pizza, Sausages,

diproses: Woh, Soups, Sayuran ...



GM Food apa bener nganggo. Iku kabeh wiwit minangka genetik dipunéwahi (**Dirancang**) wiji (**GM Potong**) . GM Potong amarga saka aliran -ing efek alters kabèh chain Food. C reating wujud kang nggawe penyakit anyar, urip ancaman Global Bebendu ing kabeh anggota saka chain Food! **Kalebu manungsa! Wong bakal dadi luwih lara, mati enom, luwih deformities, bayi liyane lara, luwih miscarriages ... Bakal ngganti DNA manungsa.**

GM Food Survival Ancaman: Alfalfa, bayi pangan, daging babi, roti, jagung, sarapan cereal, canola, endhog, Ham, margarine, daging, kentang, papaya, Kacang polong, unggas, beras, sausages, kecap, tomat, gandum, zucchini, ...

dikarepake saka masyarakat pangan unadulterated. **ora ana** : Alkohol, perubahan genetik, herbisida, Insectisides, Diprodhuksi pangan, ditambahake Salt, ditambahake sweeteners (Ponggawa utawa alam), ...

Sembarang Government Person, Organisasi, sing nolak pangan eatable utawa sabab lan efek saka pangan najis (**GM**) . **Tanggung, MS R7**
Tanpa pangan eatable iku 1 Allah diwenehi hak!



10.2.7. Blubber dina
C-GKalendar Fun Day Tema

12.1.7. becik kesehatan dina
C-GKalendar Fun Day Tema

Ora cukup pangan sampeyan lara!

Ora pangan sampeyan keluwen!

Kanggo urip kabutuhan manungsa-awak **туру**

1/3 saka saben dinten punika ngginakaken lying mudhun, bagéan saka entails iki turu.



Turu perlu kanggo kaslametané manungsa-awak. 7 jam kudu nindakake. Lack of ndadéaké turu pati nanging mung sawise transit banget nglarani liwat depresi lan outbursts gendheng.

Kanggo katentremen Revitalizing turu kamar amben kudu dadi peteng sabisa. Lan anané gangguan internal lan eksternal iku kudu. Shire ngleksanakake Night-curfew.

Wigati! Iku normal kanggo duwe 2 turu karo break ing antarane. 1st turu kira 3,5 jam karo 1,5 jam break ngiring dening turu 3,5 jam.



Sajrone break turu 1.5 jam. Wong njaluk munggah, pindhah jamban, ... Sadurunge lying bali mudhun apa pakaryan wengi-wektu lan duwe kaca banyu.

Wong-wong sing ora njaluk munggah, ndedonga, maca, nulis, pasangan chatting, mate (Sak break turu wong sing luwih anteng luwih ing ngandhut) , ...

pakaryan TIME - NIGHT

Iku normal kanggo duwe 2 turu karo break ing antarane. Apa kowe njaluk munggah (Eg kanggo pindhah menyang jamban) , Ing bali sit ing pinggiran amben kang, ngombe sawetara banyu. Apa pakaryan iki nduwé (Kabeh pakaryan sing rampung nalika lungguh ing pojok dhengkul pundhak amben kang sudhut liyane) . Saben-saben sampeyan njaluk munggah apa ngleksanani beda.

1st ngleksanani: Selehake Palms * saka tangan marang njaba dhengkul. tangan Pencet mlebu lan dhengkul metu, terus 7 detik (Sing aran tension ing tangan, sikil, Pundhak) . Kas, njupuk ambegan, ora mbaleni, sip banyu, ngapusi mudhun, turu uga. * Nggunakake jenis jotosan .

2 ngleksanani: Bulevar make * panggonan mau marang nang saka dhengkul. Pencet jotosan metu & dhengkul mlebu, terus 7 detik (Sampeyan aran tension ing tangan, sikil & weteng) . Kas, njupuk ambegan, ora mbaleni, sip banyu, ngapusi mudhun, turu uga. * Nggunakake jenis Palms warata .

3rd ngleksanani: penyelundupan Bend (90%) ing dodo tingkat siji distrik kiwane up- mlengkung driji, nguripake tangan tengen mudhun mlengkung driji.

driji Interlock nyenyet. Saiki narik tangan ing arah ngelawan, terus 7 detik (**Sampeyan aran tension ing driji, tangan, dodo**) . Kas, njupuk ambegan, ora mbaleni, sip banyu, ngapusi mudhun, turu uga.

3rd ngleksanani: penyelundupan Bend (90%) ing dodo tingkat siji distrik kiwane up-mlengkung driji, nguripake tangan tengen mudhun mlengkung driji. driji Interlock nyenyet. Saiki narik tangan ing arah ngelawan, terus 7 detik (**Sampeyan aran tension ing driji, tangan, dodo**) . Kas, njupuk ambegan, ora mbaleni, sip banyu, ngapusi mudhun, turu uga.

4 ngleksanani: penyelundupan Bend (90%) ing tingkat dodo siji kiwa tangan up- Jinem, nguripake tangan tengen menyang ajiné. Place ajiné menyang tangan lan pencet mudhun ing wektu sing padha pencet tangan munggah lan mbukak, terus 7 detik. Reverse, terus 7 detik (**Sampeyan aran tension ing tangan, tangan, gulu, dada**) . Kas, ambegan lan sip banyu, ngapusi mudhun, turu uga. Ora mbaleni.

Wong bali tegang nambah ngleksanani kanggo saben ngleksanani: Nyelehake tangan ing dhengkul. Ngiringake bend sirah bali maneh banjur rock maju tanpa kalah kontak karo dhengkul (**Sampeyan aran tension ing tangan, bali, weteng**) . Kas, ambegan, 7repeats, sip banyu, ngapusi mudhun, turu uga.

Wigati! Wong-wong sing njagong akèh sak dina-wektu. Apa apa 1 saka pakaryan wektu night-ing rotasi saben 2 jam.

Iku awak! Tansah iku Cocok!

Ana prasyarat sadurunge lying mudhun kanggo turu.

Sampeyan ngirim dadi peteng, iku kudu wengi. Kanggo katentremen Revitalizing turu kamar turu kudu dadi peteng sabisa. Lan anané gangguan internal lan eksternal iku kudu 'Shire' kudu ngleksanakake 'Night-curfew'.

1 jam kudu wis liwati wiwit feed pungkasan. Brush untu lan wisuh kabèh awak sadurunge arep amben. Worship 'Turu-Prayer'.

1 Allah wis nunggu kanggo krungu saka sampeyan!

туру Prayer

Dear 1 Allah , lngkang damel Universe paling ayu Jaga kula nalika aku paling ngrugekke kula Jaga saka pikirane unsettling lan ala

Ayo kula duwe katentremen, marasake awakmu, lan revitalizing turu Do ora supaya sumelang ngganggu impen lan turu supaya kula mung ngelingi impen manis Kanggo Kamulyan saka **1GOD** lan Good manungsa



Pandongga digunakake sadurunge arep turu!



Duwe Drinking-kaca (**Ora plastik**) kapenuhan 0.2l banyu saring (**Apa-apa ditambahaké**) ing saben Tabel bedside. Saben wengi sadurunge arep amben sijine kaca ing meja bedside. **Wigati!** Drink sak wengi saben wektu sawise sampeyan dibukak jamban lan nalika gadhah tenggorokan garing, liyane ngombe nalika njupuk munggah ing esuk.

Duwe 1 Goldtone kaca Bowl (**1 mung kanggo ganda**) ngemot Ramuan Jampi (**Ambu Therapie**) ing jendhela meja sisih bedside !

Ing esuk sawise 7 jam turu:

Tangia, duwe kaca banyu saring, pindhah jamban, apa 'Saben-Fit (**Exerci- ses**) ', Ibadah' Saben-Prayer ', wisuh pasuryan, tangan, sarapan, njaluk disandangi. Priksa 'Planner' Panjenengan. Saiki siap kanggo urip-pengalaman. Nalika arep njobo nyandhang, sandhangan lan protèktif sirah, mripat lan pangayoman kaki.

Withholding turu iku nyiksa! Nyiksa minangka alat papriksan ora ditrima. Torturers sing dicekel tanggung jawab: **MS R7**

Dikarepake anané gangguan external ing wengi (**Wengi-curfew**) ! Iku tengen masyarakat! Custodian Guardian nggunakake: CGNAs BS-1 (**Sprei standar**) !

NIGHT - curfew

Awak manungsa iki ora dirancang kanggo dadi nocturnal. Manungsa misused daya otak sing kanggo nggawe gaya urip nocturnal. gaya urip iki ora ono gunane kanggo kesehatan apik. Night-curfew perlu kanggo kesehatan apik.

A 7 jam wengi-curfew saka 14-21 jam (**22- 6 jam, 24 jam Pagan- jam**) prentah. Apik kanggo kesehatan, abang ing energi tion consump-, abang ing polusi, pangayoman saka satwa. Abang ing angkara, ngurangi biaya kanggo pamaréntah, nyemangati pingan.

karya Ora (**Kabeh iku ditutup**) kajaba pribadi darurat minimal. Ora energi kanggo digunakake kajaba kanggo darurat utawa panas! 1 stasiun radio news umum wis diijini kabeh hiburan liyane dipateni! Ora Manufaktur, kantor, utawa toko kanggo operate utawa nggunakake energi!

Homes bisa nggunakake panas (**Sugih anget**) , cooling (**Sugih cahya**) ing cuaca ekstrim.



Night-curfew perlu dadi prentah. Kanggo uga kang awak manungsa lan Habitat lokal. A Shire enforces Night-curfew liwat Rehabilitation Shire **MS R1** Baleni ngelanggar sing kedadéyan ing Rehabilitation Provinsi **MS R3**

Night-curfew kanggo **SAVEPLANETEARTH !!**

iklim pangayoman kanggo kaslametané.

pangayoman Climate perlu kanggo nglindhungi awak manungsa, kéwan, pets, poduction pangan. pangayoman Climate: **protèktif sandhangan terjangkau lan higienis papan perlindungan aman terjangkau!**

sandhangan protèktif perlu kanggo nglindhungi awak manungsa saka iklim, penyakit lan polusi. **sandhangan protèktif** perlu dadi com- fortable, migunani (**Ngreksa marang cuaca ekstrim**) lan terjangkau.

sandhangan protèktif kasusun saka tutup sirah, sandhangan, kasut, Footwear!

Lowongan pangayoman kasusun saka Pantai Tengah, beanie, K-selendang, pangayoman Mripat, helem. **Pantai Tengah (Langsir)** , K-Selendang i s rajutan metu saka wool utawa katun a, wool (**Ora serat sintetik**) nyampur. **Bisa wae werna utawa pola.**

Mripat-pangayoman lan pangayoman helem menehi UV. ing



visor iku miring mlengkung lan terus munggah lan mudhun, unbreakable, hig- hly ngeruk tahan, pamblokiran UV cahyo, ora fogging munggah, nyetel glare

(Rodo peteng / korek, korek / rodo peteng) . helem wis bali kulit minangka sing njaga gulu. Mripat lan pangayoman sirah tansah rusak njaba.

sandhangan protèktif perlu kanggo nglindhungi awak manungsa saka iklim, penyakit lan polusi. Bagéan awak utama dilindhungi dening sandhangan protèktif sing kulit lan kaki. sandhangan protèktif tansah worn njaba.

sandhangan protèktif : Coverall (Karo hood) utawa 2-Piece digawe metu saka Flax, Cotton, Wool, utawa campuran saka katun / wool (Ora serat sintetik) warna / pola. Salah siji kudu gulu t-shirt, sombong * tangan lan sikil ditutup ing tangané lan ankles (Konsep bukti) . * Tangan lan sikil sombong ngidini sikut / dhengkulé kanggo mindhah bebas uga nang air nggawe iklim kontrol kanggo kulit lan awak.

Busana digawe metu saka serat alam: kurang kewan, serat tanduran, sutra, katun utawa wool. serat Ponggawa ora digunakake kanggo kulit manungsa nutup sandhangan. Produksi serat Ponggawa kanggo sandhangan ends.



sandhangan protèktif nyaman, dawa tahan, prakteke, terjangkau modern (Label Desainer) sandhangan protèktif wis overpriced, short term, impractically .. Ora ditrima!

Kaki kudu pangayoman saka Climate lan thothok-thothok. Kulit, Driji sikil lan ankles ing resiko. pangayoman kaki kasusun saka Socks lan Boots. Tansah nyandhang pangayoman mlaku nalika venturing njaba.

Socks sing digawe saking Cotton, Wool, campuran katun lan wool (Ora sintetis) warna sembarang pola. Socks ngirim surat Kaki nganti 7cm ndhuwur ankles.

Boots duwe kulit ndhuwur protèktif, kulit alus utama (Ora sintetis) soles kulit utawa karet. Boots nglindhungi Kaki nganti 7cm ndhuwur ankles. Footwear Sintetis heats munggah kaki nggodhok wong. Sampeyan ora bisa lumaku.



pangayoman tangan (**Sarung tangan**) sing rusak minangka needed! Sarung tangan sing digawe metu saka kulit, katun, wool, campuran katun lan wool (**Ora sintetis**) warna sembarang pola.



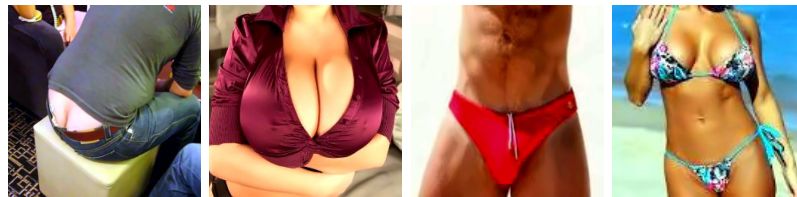
Shun:

label Designer sing elitist part kasugihan apartheid. label Designer sing overpriced. Diprodhuksi dening pegawe budhak. Digawe kanggo arrogant uga mati bing snub- berjuang mlarat lan miskin. Shun wong sing nganggo iki.



label Designer! Wong sing ngendi label Designer! Toko sing ngedol label Designer! Overpriced protec sandhangan tif! sandhangan protèktif Impractically modern! sandhangan protèktif digawe metu saka serat artificial-! **Wirang, Shun** wong moyoki duwe omah padha mbayar kanggo duwe sandhangan dipikir sakabeheng metu, wis purposefully nyuwek lan bolongan digawe ing wong.

Sockpuppet trashy sugih kode:



Ayo wong trashy ngerti sing lagi trashy.

Shun sandhangan tiron, Footwear. Mungkasi produksi sandhangan tiron, Footwear. sintetis ilegal produser njaluk, **MS R6**



Jaga Panjenengan nggunakake awak protèktif sandhangan njaba!

Manungsa duwe 1 Allah diwenehi hak papan perlindungan **hygienicaffordablesecure (Hass) ! Government** wis tugas kanggo sumber sawijining populasi karo hygienic papan perlindungan aman terjangkau! Papan perlindungan diwenehake dening ' **shire** ' (**Pemda**) . Part of Shire-planning. **HOME !!**

Kanggo Shire kanggo sumber hygienic papan perlindungan aman terjangkau kabeh Freehold Land lan papan perlindungan domestik (**Pribadi diduweni**) sing ditransfer menyang. Em- property pty ditransfer kapenuhan wong sing ora duwe omah lan kulawargané ing dhaptar nunggu. omahé Multi-kamar turu karo mung 1 occupier perlu kanggo njupuk ing penjajah liyane. Iku prilaku anti-sosial ora biso ditompo kanggo 1

wong gadhah liyane banjur 1 bedroom.



Kabeh ' **Hass** 'Sing akomodasi rental. Pungkasanipun Vanity ornamen- tal Taman, free ngadeg omah-omahé sing diganti dening masyarakat omah cluster-. Cluster akomodasi rental diwenehake dening 'Shire'.

Kabeh akomodasi cluster duwe 3 tingkat saka nyewo + 1 tingkat glasshouse
Ground Level, Level 1, Level 2, glasshouse Taman (Nyewo bisa tuwuh tetanduran) . accommodation
Cluster ngewrat siji Unit (1 kamar) , Unit saperangan (2 kamar) , Unit kulawarga (3 kamar ..) .
garis prentah guide- (Status kulawarga, umur) aplikasi.

Kabeh ' **Hass** 'Sing akomodasi rental. rent Weekly 14% saka income saben minggu reged tenant.
Multiple rent nyewo 14% saka income saben minggu reged peserta saka nyewo. Eg \$ 100 income
saben minggu reged, nyewa \$ 14. \$ 1000 income saben minggu reged, nyewa \$ 140.

shire Penyeter listrik, banyu karo minimal dina (Free) / (Pituwas banjur) Cut maksimum
mati Panggunan. Shire uga sumber laundry masyarakat, pangopènan, rekreasi,
sampah, aman got.

tenant Single anduweni hak 1 kamar masyarakat urip. Ing umur 63 trans- fer iku kanggo
akomodasi leren (Prentah) . Single 1 kamar ten- Efesus semut ing tingkat padha jedhing
masyarakat / fasilitas padusan. Ing tingkat lemah laundry / perlu.

couple (1 HE, 1 SHE) nyewo duwe 2 kamar: urip / turu / kitchenette lan jamban /
Shower. Share laundry / perlu ing lemah tingkat.
Pindhah (Prentah) kanggo unit kulawarga nalika anak teka. A saperangan dadi
siji, pindhah (Prentah) kanggo unit siji.

nyewo kulawarga duwe 2 kamar (Urip / turu / kitchenette lan jamban / padusan) . Share
laundry / perlu ing tingkat ngisor + 1 kamar kanggo saben 2 anak. Sawise anak gerakane
metu (Umur 18 prentah) . transfer couple (Prentah) kanggo saperangan urip.

omah-omahé Cluster ngidini cilik: Aquarium, terrarium, asu cilik. Aja ora ngidini Kucing, Wildlife, kewan domestik, apa sing luwih gedhe saka asu cilik, ora breeding. **Makhluk sing ancaman kanggo nyewo lan habitat.**



Wigati! Nyewo karo mental,, cacat seksual fisik, manggon ing papan ndhelik khusus kasedhiya dening Pemerintah Provinsi.

Shire komunal cluster omah nerak kabeh kabutuhan manungsa! **A Panggonan kanggo miwiti lan tuwuh kulawarga.**

Dhukungan Komunal Cluster Housing. Ngarep!

YourCommunity!

GOOD kesehatan apik kanggo kesehatan.

kesehatan apik wiwit karo kang resik lan apik. Resik lan tidy diwiwiti karo katon pribadi, ditrapake kanggo ngarep, sinau lan karya. **Resik lan tidy uga ditrapake kanggo pikiran lan pertimbangan.**



A 'Saben tumindake' kalebu kebersihan. Wisuh tangan sawise saben riko jamban lan sadurunge saben feed. Ngumbah pasuryan sadurunge saben feed. Brush untu lan wisuh kabèh awak sadurunge arep amben. HE shaves ing paling pindho saben minggu. Wisuh rambute bebarengan karo minggu. **Custodian Guardian rawuh klumpukan resik (Untu disapu resik, rambute combed, kabèh awak sakabeheng) , Rambute rai dipun cukur (HE) , Ngagem resik, pindah apik (Sirah kanggo jempol) .**

Sawisé njupuk munggah ing esuk saben anggota kulawarga saged fisik nggawe amben sing. Para mulang anak carane. Ngrampungke kesehatan esuk. Iku wektu kanggo njaluk disandangi, panggolekan ing glethakaken metu disiapake **(Sore sadurunge)** pindah wong ngrancang kanggo nyandhang. Saben wadhah panyimpenan breakfast wis di resiki sadurunge refilling lan cap

(Isi, tanggal Isi) . Sawise breakfast area mangan resik. Wangsul kontaner kanggo panyimpenan. kontaner reged, utensils sing sijine ing nglebke. A wong saiki wis siyap kanggo miwiti chores dailly sing (Ngarep, sekolah, karya, lilo tanpo pekso) .

Kabeh kontaner duwe label isi. kontaner Food uga duwe tanggal Isi. Simpen kontaner rapi lan aman. **mbebayani (Racun, racun) kontaner disimpen kanthi aman (Anak lan bukti ora bisa) .**



Aja ninggalake item dienggo (**Utensils, pribadi, Toys**) keruwetan munggah Furnitur, lantai, wilayah karya.

Sawise Panggonan Pick munggah item sijine wong ing panyimpenan apik (**Cap**) . item Store tansah ing panggonan sing padha. Padha banjur gampang kanggo nggoleki.

Sadurunge arep amben. Siapke lan tata letak pindah rencana kanggo nyandhang dina sabanjuré. **Paket sembarang tas karo item sing ngrancang kanggo dijupuk bebarengan nalika ninggalake ing esuk.**

Tetep sakcedhake resik lan apik. nyuda: **D Ust (Apik kanggo sistem respiratory Panjenengan) , M organisme icro (Bakteri, germs, virus) kurang infèksi, Pati, Aku nsects (Nyokot, anak serangga, stings) kurang infèksi, rashes, V ermin (Clurut, clurut, coro) , Kurang droppings, panyebaran organisme mikro, kurang wabah pageblug.**

Nggunakake Piranti kanggo gawe putih utawa disinfectant kuwat mundhak kasempatan njupuk penyakit paru obstructive nemen. Gunakake lumahing resik alam:

Mix, 1 tuwung bicarbonate saka soda, 1/2 tuwung cuka putih, nambah irungnya sawetawis lenga penting. Need iku kuwat nambah tablespoon saka uyah.

Kudu wahing! Sneeze menyang kelek Panjenengan. **Apa ora nyebar disease.**

Jangan Cium ing lambé. Kissing ngirimaken infèksi fastes. **Samubarang kang angel irung wae.**

Aja goyangake tangan! Kajaba sing nganggo sarung tangan.

Hygiene ditrapake kanggo pikiran. Laku jina, egois, sengit, kasar, pikirane sing ala pikirane kanggo nyingkiri. **Penerapan ala pikirane ndadèkaké kanggo tanggung!**

Climate Change wis melorot online kualitas. **More, fires ageng (Grumbulan, alas, wildfires) ! domestik Human (Coal, dung, gas, lenga, kayu) , keperluan (Coal, uwuh, gas, lenga, uranium) , Tumpaan (Coal, gas, lenga) kobong! A masyarakat wis nganggo pangayoman AMBEGAN!**

peralatan protèktif njobo ambegan (**Rpe**) dianjurake!

Rpe dirating dening carane uga padha ngreksa marang partikel. P2 tutup digunakake. Kanggo nglindhungi, tutup sing cepak tightly (Beards sing dipun cukur mati) !

Ing jero ruangan nggunakake pembersih udara! gadget iki migunakake HEPA Filter. Supaya kabeh lawang lan jendhela ditutup.

Manungsa gawé kakehan uwuh, sampah! Iki nggawe résiko kesehatan abot. Iku nggawe polusi sing lumebu ing chain komunitas pangan. Wong sing ngurangi blanja barang penting non, ukuran down- omah-omahé, ngurangi aktivitas leisuretime (Acara akeh amba, olahraga, mu- sic, ..) !

Immunizaton prentah! Wong sing ora imunisasi sing ancaman kanggo masyarakat!
Lagi imunisasi lan caged, **MS R4**

kroso Aman komunitas kudu hak manungsa.

Wong duwe hak aran Simpen ing ngarep. Padha duwe hak kanggo aran Simpen ing sinau lan karya. Sing kok konsep 'Custodian Guardian Shun panganiaya' digawe kasedhiya (Ndeleng CH7, 1Church) kanggo tation implemen- ing saben Shire .

shire nyedhiyani layanan Sentinel. Sentinel nangani kurang kanggo njaga resiko lan patroli pakaryan tengah. On, utawa mati tugas Sentinel bakal laporan anti- prilaku sosial (Kadurjanan, polusi, vandalisme) lan nglaporaké comm- masalah kesehatan manunggal lan safety. Sentinel bakal nyekel kanggo nglanggar bejat wikan lan Kadurjanan setya. Banjur nelpon stasiun kanggo patroli kanggo Pick munggah dipenjara.

shire nyedhiyani prentah wengi curfew 7 jam saka 14-21 jam (CG Klock) . Apik kanggo kesehatan, abang ing konsumsi energi, kurang polusi lan pangayoman saka satwa. Abang ing angkara, biaya kanggo pamaréntah, nyemangati pingan.



Wong bantuan tanggane nalika kena serangan.
Tegal bantuan fellow buruh. Guru lan ulama binantu.
Yahoo Saben Shire iku dadi free kasar.

buruh layanan darurat sing ngancani Hukum-pelaksanaane. Dening kang waspada saka karusakaning Aturan, Peraturan utawa mateni karya. padha bisa

kudu nggawe sipil penahanan kang. CE reservist uga disebut kanggo bantuan.

Duwe masyarakat free kasar iku tengen lan tugas. Saben wong nduweni hak aran Simpen. Saben wong wis tugas kanggo bantuan wong sing duwe panganiaya inflicted ing wong. Ora mengkonono, **MS R2 !**

Wong sing ngidini panganiaya, watch panganiaya, **MS R2 !** Wong sing kasurung (**Gayeng ing, bantuan**), Incite, panganiaya, Jaga wong kasar saka penahanan, **MS R3 !** Iki uga ditrapake kanggo pertempuran, kontak olahraga!

1 Allah wis nunggu kanggo krungu saka sampeyan!

Korban saka angkara Prayer

Memo rial - dina 2. 4. 7.

Dear 1 Allah , Ingkang damel Universe paling ayu paling asor setya wali custodian Panjenengan (**1st jeneng**)

Nyuwun ease prihatin lan pain saka korban Pitulung angkara korban njaluk angkara kaadilan lan rugi aku janji kanggo bantuan ngukum unending angkara Takon sing ala wis kaukum ing urip lan akhirat Kanggo Kamulyan saka **1 Allah** lan Good manungsa



Pandongga digunakake ing Korban Crime Day (CG Tanggalan)!



Panganiaya wiwit karo bayi. sakcedhake kasar mêtû ing pensity pro kanggo panganiaya kanggo ngaso ing gesang ing. Propensity kanggo panganiaya perlu pemicu kanggo mbantah. **memicu: Alkohol, nesu, wedi, meksa peer-, kontak-olahraga, perang-olahraga, nggatekke, ngeyek, inti atine ngganti, lack of empathy, provokasi, video kasar, video-game kasar, ...**



Lan bayi kapapar mbok lan bapak sacara lisan Abusing saben liyane. Sinau sing iku oke kanggo sacara lisan planggaran lan bakal nglakoni mengko ing gesang. Lan bayi kapapar mbok kang secara fisik babras dening bapak. **SHE bayi bakal mengko ing gesang keno fisik penyalahgunaan dening HE. HE bayi bakal mikir iku sehat-sehat kanggo babras SHE.**

Gumregah Abusing, intimidating, ndominasi wong wis bullying. Bullying diwiwiti karo intimidation bisa mekar menyang nyerang. **usil kang**

biasane saubengé piyambak karo individuals wedi hapless.

panganiaya isthethreat

StopViolence startat ngarep

ancaman njaba (Liyane Province, Space) ditangani dening militèr.

Military ora dhewe utawa nggunakake A, N (Atom, nuklir) B (Biologi) C

(Kimia) senjata. Efesus Military stun weapons njupuk tawanan (Ora torture, nyababaken) !

Migunakake lan nerapaken hukum CG Space.

Masyarakat ora aran Simpen (Kecanduan, efek sisih) nggunakake rmaceuticals Pha- '!

Sing perawatan larang seprimitive. uticals Pharmace- 'sing perawatan terakhir. Shun

practioners kesehatan sing mung ukuman Pharmaceuticals. Padha ora bisa ngrusak

"quacks". Tanpa padha murtad.

Wigati! Adhering saran diet wali custodian lan pakaryan iki, nyuda ailments

dening 80% +.

Akeh wong ing aran masyarakat kaancam bakal punah, dening wong karo cacat. Ana

3 Wangun cacat: cacat mental, cacat fisik, cacat seksual .

cacat mental

Sarjana sing nuduhake pratandha saka, 'Mental cacat'. .. Sing mandhiri dening panitia (Guru,

medics, tuwane) . Yen ketemu sangsara sing trans-ferred kanggo, 'MDQC' (Mental cacat

Quarantine Compound) . Kanggo pangayoman dhewe lan nglindhungi anak.

cacat fisik

Sarjana sing nuduhake pratandha saka, 'cacat fisik. ... Sing mandhiri dening panitia (Guru,

medics, tuwane) . Yen ketemu sangsara sing trans-ferred kanggo, 'PDQC' (Fisik cacat

Quarantine Compound) . Kanggo pangayoman dhewe lan nglindhungi anak.

cacat seksual

Sarjana sing nuduhake pratandha saka, 'cacat Seksual' (Molesting Child, gender padha,

bingung gender) . Sing mandhiri dening panitia (Guru, medics, tuwane) . Yen ketemu sangsara

sing ditransfer kanggo, 'SDQC' (Seksual

Cacat Quarantine Compound) . Kanggo pangayoman dhewe lan nglindhungi anak.

gesang support

A Person Tukang nggawe roti isi lan mangan iku saiki utawa ing mangsa bisa foresee-. Bisa uga pengin invoke ing **1 Allah** proses nggawe keputusan (Urip utawa mati) . Saben wong wis hak lali perawatan, pangan, ngombe. **Nolak wong tengen iki torture, angkara, MS R7 .**

1 Allah kang desain iku kabeh ing Universe fisik wis wiwitan lan pungkasan, kalebu manungsa-awak. panjaluk karep Human panggolekan sing pungkasan kanggo kasangsaran. Ora 'artificially ndawakake' urip. Artificially prolonging urip ngganggu **1 Allah 'S** desain.

Dikubur urip-urip

Supaya kang disarèkaké urip, ngaben iku kudu. Ngaben ora mung perlu kanggo mbebasake Soul nanging uga kanggo alasan kesehatan. The crema- cleanses tion geni ngancurake bakteri mbebayani, virus, srangga lan kelompok jamur sing bisa ngenggoni awak. **Wigati! Graveyards** sing risiko kesehatan, sampah tanah. Dewan sing mlaku metu saka tanah kanggo graveyards.

Self inflicted nyababaken

Self inflicted nyababaken (**Euthanasia, lampus**) iku tandha saka atine banget, roh banget. Iku urip-pengalaman kanggo Soul. manungsa liyane ora ngganggu kajaba ana bebaya kanggo wong. **1 Pengeran** bakal nangani iki ing dina pengadilan. **Ngewangi wong kanggo nyababaken inflicted** poto ditrima anggare pengadilan cocog nampa sing ana pesenan pati. gerah abot iku nyiksa. Mungkasi!

Wigati! Manungsa sijine gerah kéwan metu saka kasangsaran sing. Nanging padha kekurangan karep kanggo sing apik dhewe.

Ending urip karo kamulyan iku duwe hak manungsa.

voting

Wong sing ndhukung Government bebas kapilih dening pilihan ing ns electio-. Ora pilihan awet radikal njupuk liwat Government lan madegaken Harapan (**Turun temurun utawa politik**) . **Tyrants** sing dibusak caged, **MS R7** . ' 'Support mung 2 jinis pemerintah,' Universe Custodian biyung Province ' (Provinsi) lan 'Shire' (Lokal) .