



Survival-Chain

Welcome to the Wonderful World of Human Survival

a sua sobrevivência, sua família, sua comunidade, o Planeta, é a sua prioridade.

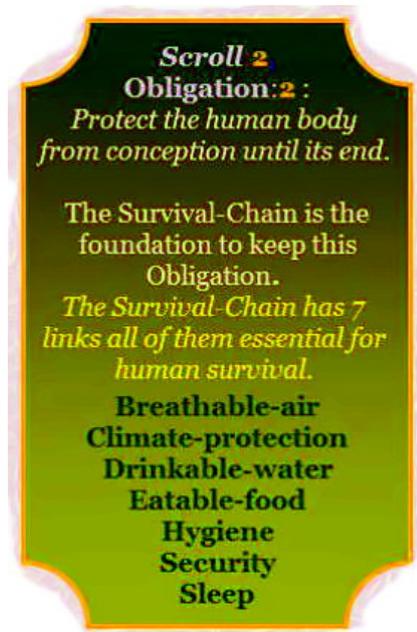
fim Survival:

- 1.Specie, 2.Habitat, 3.Community,
- 4.Family, 5.Individual, 6.Os animais destinados, pertences 7.Personal.



Survival por Idade:

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



Scroll 2

Obligation: 2 :

Protect the human body from conception until its end.

The Survival-Chain is the foundation to keep this Obligation.

The Survival-Chain has 7 links all of them essential for human survival.

**Breathable-air
Climate-protection
Drinkable-water
Eatable-food
Hygiene
Security
Sleep**

1 Deus está esperando para ouvir de você!

Sobrevivência Oração

Survival Dia 11.1.7 N-Atm

querida **1 DEUS** , Criador do mais belo Universo Seu humilde guardião guardião mais fiel (**1st nome**)

Graças, você para a sobrevivência da humanidade eu me esforço para ajudar o meu corpo, espécie, comunidade, sobreviver farei sobrevivência minha prioridade no.1 Por favor, apoiem os meus esforços para sobreviver Para a Glória de **1 DEUS** e o bem da humanidade



Esta oração é recitada no dia Survival ou quando apropriado!



o **SurvivalChain** tem 7 ligações todos essenciais para a sobrevivência humana.

AR RESPIRÁVEL sem ele você tem minutos para viver.

ÁGUA POTÁVEL nada para beber você não vai durar uma semana!

eatable para a energia e bem estar. Nenhum alimento você morrer de fome!

DORMIR para vitalizante re. No Sleep você morre!

PROTEÇÃO DO CLIMA para sobrevivência.

HIGIENE para manter nosso corpo saudável.



SEGURANÇA para proteger da violência. Sem segurança não há futuro!



Scroll: 2, Obrigações: 2 nos diz: proteger o corpo humano a partir de ception con- até o seu fim. A Survival-corrente é a base para manter esta obrigação. Negando qualquer ser humano estes fundamentos é a vida threaten- ing um crime contra a Humanidade, Anti 1 **DEUS** obrigatório: **SENHORA R 7**

Threat queimando



Após a humanidade descobriu como usar o fogo. Ele viu isso como uma bênção.

queima de madeira foi suplementado com queima de combustíveis fósseis. Inglês cristãos introduzindo a era industrial começou a poluição que está levando a mudança climática. Fogo e queima são agora uma ameaça, uma maldição.

Parar de queimar AGORA !!!

Pare de queimar: cigarros, carvão, esterco, lixo, gás, petróleo, urânio, madeira, ...



A parte mais perigosa da queima é, FUMO. Em incêndios a maior

ameaça à saúde e mortalidade é inalação de fumaça. Em uma fumaça escala maior se erguendo no phere atmosferas pára calor escape para o espaço. aquece a superfície da água, aquece terra superfície, o gelo derrete: alterações climáticas!



Para sobreviver as necessidades do corpo humano **Respirável Air**.

O ar que respiramos é feito de gases (Dióxido de carbono, azoto, oxigênio, metano) , Água e impurezas (Poeira, micróbios, esporos) . O ar que respiramos precisa de alta nitrogênio e teor de oxigênio. Tem baixo teor de dióxido de carbono e metano. teor de água (umidade) é necessário, alta umidade se torna desconfortável e um problema de saúde. Impurezas não são necessários se inflamar pulmões.



Por quanto tempo você pode prender a respiração? 4 minutos, então você engolir ar. Sem ar respirável para gole, você morre! Pessoas morrem rapidamente em incêndios, sem ar respirável.

ar respirável retido na fonte é usada como tortura e matança de seres humanos e animais. Retenção brea- ar thable como tortura (Embarque água) é usado pelo Governo dos Estados Unidos, os funcionários do governo dos EUA, fornecedores do governo, Tiranias estrangeiros protecção ted por os EUA. A tortura é um crime: **SENHORA R7**



(humanos) , **SENHORA R4** (animais) .

Retenção ar respirável para matar é acidental (vapores tóxicos em fogo) ou por auto (Suicídio: propositadamente inalação de dióxido de carbono concentrado ou gás de cozinha) , o governo (Câmara de gás, de suspensão, tortura) , outras (Criminosos: garroteamento, estrangulamento, sufocação, pendurado) . Governo mortes criminais obter, **SENHORA R7** . Acidental (saúde e segurança) , **SENHORA R4** auto (Responsáveis realizada por 1 DEUS) .

Os seres humanos queimando coisas é a principal ameaça à 'ar respirável.



Ela começa com o indivíduo que utilize a sua traqueia como uma chaminé sua pulmão como peneira de fumos tóxicos e impurezas do ar. Utilizando o corpo humano como chaminé é um risco para a saúde grave, um insulto à 1 Deus desenhar.

Fumar o vício! A tragédia humana! Uma carga comunidade!

O vício é um comportamento compulsivo repetitivo gratificante uma necessidade percebida. Addicts iludir-se por não aceitar o mal seu comportamento está fazendo. Prejudicar a si mesmos, família, amigos, colegas de trabalho e na comunidade.

Os viciados não acreditam que eles são viciados, enquanto eles estão se divertindo e segurando suas vidas juntos. Viciados tornam-se uma ameaça para si e para a comunidade. Tornam-se delirante, anti-social, desonesto, imoral, enganosa, egoísta e indiferente. Isso força o Shire (comunidade) para controlar seu estilo de vida. Limitar suas liberdades e direitos.



Fumantes fedem da boca. Suas roupas fedem. Eles fedem até um quarto. Suas cinzas estão por toda parte. Suas extremidades estão em toda parte. Eles são nojentos, sujos, fedorentos indivíduos. Evitá-los Shame-os

Fumantes são um risco de saúde para si mesmos. Eles queimam os lábios, dentes, gengiva, boca, garganta, traqueia e os pulmões, tornando-se doente, um fardo para a comunidade.

Fumantes estão tomando preguiçosas muitas pausas para fumar e auto-infligido sickies. Responsabilizá-los!



Fumantes são um risco de saúde para os outros. grávidas fumantes estão prejudicando a sua gestação. Após o nascimento destes recém-nascidos são condenados a uma vida de ter problemas de saúde. Eles podem ter deformidades, deficiência, .. fumantes grávidas são processados, prejudicando por nascer: **SENHORA R3**



fumo passivo (assalto) fere as pessoas. Fumantes que criam get fumo passivo, **SENHORA R3**. Entidades (Lazer, entretenimento, trabalho ..) que é permitido fumar get, **SENHORA R3** compensação salarial. Governo que permitem fumar são substituídas, + **SENHORA R7**

Fumantes são negligentes. Eles começam a incêndios: casas, grama, floresta. Eles são responsabilizados, **SENHORA R4** e compensação salarial. Eles ferir pessoas, animais, **SENHORA R5** Eles matam as pessoas, animais, **SENHORA R6**.



em 1951 (Calendário pagão) estabeleceu-se que fumar não é saudável

uma ameaça grave. Governamentais e governamentais agências, departamentos que não o fizeram 'Ban' fumar falhou (**Prevaricação**) para servir, proteger a comunidade. legislação retrospectiva é passado. Estes get culpado,

SENHORA R7 .

Qualquer indivíduo ou grupo, empresa ou outra entidade que promove (**Bies LIVRE, publicidade, marketing**) , permite (**Pais, professores, trabalho, clubes, restaurantes, local de entretenimento, ...**) , lucros (**Fornecedores, fabricantes, transportadores, atacadistas, varejistas**) , Disponibiliza 'Fuma' e ou acessórios para fumar **SENHORA R7** Não importa o que o 'Fuma' contém. O ato de fumar é o risco para a saúde.

TOLERÂNCIA ZERO para FUMAR!

Indivíduos reduzir a disponibilidade de ar respirável por queima de gás, esterco, madeira, carvão, óleo para cozinhar

(**Inclui churrasco**) , potência de aquecimento. Ele termina agora!

Use eletricidade que é produzida sem queima. Breach, resulta em perda, destruição de equipamento e **SENHORA R2**



Centrais Elétricas que queimam (**Carvão, gás, urânio, petróleo, ..**) para criar energia estão fechadas, desmanteladas. Poluindo proprietários, os operadores são processados, **SENHORA R7** . As minas de carvão e urânio são fechados e lacrados. Mining proprietários e operadores obter, **SENHORA R7** . A energia é produzida por métodos não queima.

Queimando para mover domésticos não termina transporte, domésticos! Gás, petróleo têm uso não queima. transporte interno não domésticos em rodovias são substituídos por 'Freeway Os bondes!' Longo transporte terrestre distância é de apenas Rail. O uso de diesel, gasolina, GLP, extremidades!



poluente Entretenimento acaba!

No ar: Shows aéreos, os transportes aéreos de propriedade privada (**Zangão, plano, jato, helicóptero, vaivém espacial, ...**) .

Em, sob a água: corridas de barco motorizado, o transporte marítimo de propriedade privada (**Cruzador de cabine, navios de cruzeiro, hovercraft, jet skis, lanchas** ,

barcos, iates, ..).



Na terra: todos os 2, 3, 4, .. roda motorizada: **ciclos, bicicletas, carrinhos, SUV, carros esporte, limusines, carros de luxo. corridas de carro, acrobacias de carro. trens turísticos.** Promotores de poluir entretenimento e fornecedores de Veículos para poluir entretenimento sejam processados, **SENHORA R7**

Manicure criar fumos tóxicos. Os funcionários têm protecção respiratória. clientes mudos (**vítimas**) não. **Manicures** em centros comerciais estão abertos. Suas emanações tóxicas abraçar transeuntes. Expondo-os a riscos para a saúde. Especialmente mulheres grávidas, recém-nascidos, os asmáticos, pessoas idosas. Se você tiver sido exposto a vapores tóxicos processar o salão de beleza e do centro comercial para a compensação.

salão de beleza são um risco para a saúde de um poluidor do ar. Eles são visitados por pessoas que estão com preguiça de fazer as próprias unhas e têm muito dinheiro. **Fechá-los, proibi-los. proprietários processar, executivos, SENHORA R7**



salão de beleza são um risco para a saúde de um poluidor do ar. Eles são visitados por pessoas que estão com preguiça de fazer o seu make-up, têm muito dinheiro.

Fechá-los, proibi-los. Proprietários, executivos, ficar, SENHORA R7

Cabeleireiro que criam emanações tóxicas são desligados, processados, **SENHORA R7** Cabeleireiro que não criam a poluição do ar operar normalmente.

Capitalista (**Parasita predador ávido**) Os governos incentivar casas com jardins vaidade. Home proprietário ferramentas de jardim uso de gasolina do motor (**Sopradores, cortadores, escova, serras de cadeia, cortadores, ..**) que poluem



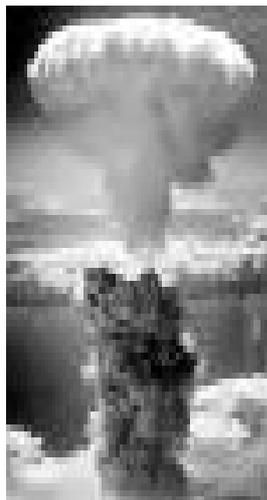
(Ar, ruído, do solo) . Proprietários, fabricantes, varejistas, get **SENHORA R7** .

Governo que permitem este tipo de poluição são substituídos, get **SENHORA R7** .



Inseticidas exteriores são utilizados em culturas, pomares, ..
cr alimentos ops, pomares que tenham sido contaminados são impróprios
para consumo humano ou animal. colheita Pollu- ted, o alimento é
queimado pela comunidade (Condado) .
produtores comercial encontros de **SENHORA R7** . Governo que permitem este tipo
de poluição são substituídos, get **SENHORA R7** .

Dentro inseticidas utilizados, atacar o sistema nervoso.
Eles fazem hiperativo em gestação e recém-nascido.
Inseticidas irritar o sistema respiratório de animais e
humanos. Não use inseticidas dentro.



Militar poluir o ar com transporte, explosivos,
A (Atomic, nuclear) B (biológico) C (químico)
armas. Eles são uma ameaça para a saúde humana, animal e plantlife. Os
cientistas que criam essas armas sejam processados, **SENHORA R7** . instalações
de produção dessas armas são demolidas, e queimados pela Shire.

Proprietários, diretores, executivos, supervisor dessas instalações ficar, **SENHORA R7** . Militar que usaram ou estão usando este tipo de armas são
processados, a partir do posto de NCO para cima, **SENHORA R7** . Governo
que permitem a produção e ou armazenamento destas armas é substituído
e processados, **SENHORA R7** .

Fogos de artifício são um grande poluidor. Eles se tornam mais
comuns maior e mais poluentes. ing depen- sobre a poluição
atmosférica condição de tempo pode Lin ger por dia. A poluição por
partículas se instala na água poluindo-o. Tornando-o impróprio para
beber.

Fogos de artifício End! luzes de laser substituí-los.



Não-respirável Air Você tem 4 minutos para viver!

Qualquer pessoa, organização ou governo que nega ar respirável ou é causa e efeito
do ar poluído. São responsabilizados, se enjaulado,

SENHORA R7 . Demanda de ar respirável é um 1 DEUS dado certo!

TOLERÂNCIA ZERO PARA AIR POLUIDOR !!!!!!!

Para sobreviver as necessidades do corpo humano **Água potável**



60 +% do nosso corpo é constituído por água. Cada célula do nosso corpo precisa.

Água lubrifica as articulações, regula a nossa temperatura corporal e elimina nossos resíduos ...



Condensados atmosféricas formas gotículas de vapor de água gravidade da Terra puxa as gotas para baixo (**chuva caindo**) à superfície. A chuva é uma importante fonte de água fresca. Esta água da chuva é usada para beber, preparar a comida, cozinhar, lavar roupa, higiene pessoal, ...

Uma pessoa costumava ser capaz de beber a água da chuva, usá-lo para preparação de alimentos. Não mais, a água da chuva é poluída, insalubre, ácida, tóxicos, mau degustação, mau cheiro. A roupa não deve ser deixado de fora na chuva para ficar poluída. Não só olhar sujo, é mau cheiro, mas pode irritar a pele.



chuva fria cai como granizo, neve. A neve se acumula em altas montanhas, reservas Ártico e na Antártida água que cria frescos. Neve é branca,



neve poluída é cinza preto mesmo. Negra neve é encontrado no Himalaia, geleiras worldwide, Gronelândia, Ártico, Antártida.

Comunidades criar reservatórios de água doce. Estes reservatórios dependem de água da chuva e neve derretida para preenchê-los. Por causa de poluição dessas águas necessitam de tratamento antes do consumo humano ou animal.



Reservatório deve ser mais profundo do que superficial. águas profundas é mais frio, reduzindo a evaporação, algas crescimento especialmente do tipo venenoso e infestação de insectos. Desportos aquáticos estão proibidos de urinar stop, menstruar e pooing em água. ofício de água (jet ski, lanchas ,..) poluir (Óleo, gasolina, ácido bateria, ..) eles são proibidos!
Exceção: transporte Parque Ranger.

Uma pessoa não pode contar com a comunidade fazendo certo. Sem tratamento, tratamento parcial, o tratamento errado, o corte de custos, corrupção, comportamento criminoso, .. Home tratamento da água está se tornando obrigatório.

Home tratamento da água requer filtração. É a reduzir: o arsénio, o amianto, o cloro, o clorofórmio, o carbonato de dureza, de cobre, sujidade, herbicidas, metais pesados, chumbo, pesticidas, ferrugem, ... Também em climas mais quentes água filtrada precisa ser fervida para proteger contra a doença mortal (Microorganismo) .



-Ameaças à água fresca

Logo a demanda por água doce excederá a disponibilidade de água doce.



chuva poluída pode causar pintura a descascar, a corrosão de estruturas metálicas (pontes) , Erosão da pedra, murcha de folhas e outra vegetação, irritação da pele, ..
Check 'respirável Air' e 'Conceito verde' em aconselhar como conter Poluição.

Irrigação! Usando água subterrânea para irrigação esgota reservatório subterrâneo de água mais rápido do que ele pode repor. Resultando em secando todo um ecossistema e criar uma escassez de água doce. fins de irrigação água subterrânea. Illegal usando água subterrânea para irrigação é um crime, **SENHORA R7** . Governo permitindo águas subterrâneas irrigação, é

substituído, processados, **SENHORA R7** .

Irrigação, utilizando água doce da angra, rio, lago, .. retarda o fluxo de água. Isso estimula a evaporação. Resultando em seca! Este tipo de irrigação resultou em acabar com civilizações. Acabar irrigação.



de navegação poluídas (Angra, rio, lago, ..) criar uma escassez de água doce. Águas pluviais cheias de toxinas, produtos farmacêuticos, venenos .. ilegal de resíduos industriais, toxinas, venenos .. Poluente dos cursos de água extenuados, os poluidores sejam processados, indivíduos **SENHORA R3** todos os outros, **SENHORA R7** .

água doce suplemento

Dessalinização usa muita energia, caro. A ingestão de água tem impacto ambiental adverso, que puxa grandes números de peixes, moluscos, seus ovos, .. no sistema. criaturas marinhas maiores estão presas contra telas na parte da frente de uma estrutura de admissão. O tratamento químico, corrosão, criar uma salmoura quente, que é libertada de volta ao oceano.



Dessalinização tem uma tomada de alto teor de boro para a qualidade da água inferior. Esta água utilizada na agricultura, pecuária e resultados de produção de alimentos em um nível de dieta rica em boro. Prolongada consumir de níveis elevados de boro é insalubre.

Águas residuais recicladas, passadas de esgoto por meio de tratamento primário para retirar sólidos, os nutrientes são removidos, filtros remover a maioria de bactérias e vírus.

A água é então forçada através de uma membrana para remover moléculas. WC para tap é uma opção de último recurso. Testes não revelam todos os riscos para a saúde.



Água engarrafada (**dispendioso**) é adequada para viagens. garrafas de plástico de água

liberam substâncias químicas que se tornam perigosas quando se aquecendo (**Sol, aquecedor**) . Não use recipientes de plástico para comida ou bebida. Não puchase alimentos ou bebidas em recipientes de plástico. Vidro (**Sem chumbo**) garrafas, recipientes são recomendados. Não use canudos de plástico ou talheres. Não use recipientes de plástico para cozinhar ou servir alimentos.

água potável Flavored

Para a água potável variedade pode ser aromatizado. Alguns aromatizante é un saudável é para ser evitado. água aromatizada pode ser servido quente ou frio.

Adequado bebidas aromatizadas: extrato de carne, extrato de frango, cacau, chá, café, frutas, ervas, especiarias, vegetais.



Pouco saudável aromatizado bebidas e add ons: Álcool, cor Artificial, Artificial aromatizantes artificiais e adoçante natural, carbonatada, Cola, Cordial, bebida energética, limonada, café descafeinado, suco de fruto, conservantes, sódio ..



água potável é melhor



Rotina diária: Levante-se, tomar um copo 0.2L de ligeiramente fresco, água filtrada. Antes de cada refeição (**Café da manhã, Dia Cedo lanche, almoço, dia tarde lanche, jantar**) tem um vidro de 0.2L ligeiramente fresco, água filtrada. de vidro Beber Tem (**Não de plástico**) preenchido com 0.2L de água filtrou-se em cada mesa de cabeceira. Bebida durante a noite cada vez que depois que você visitou um vaso sanitário e ao ter a garganta seca, bebida descanso quando se levantar de manhã.

ingestão não-líquido. Você tem 4 dias para viver!

Qualquer Pessoa, Organização, Governo que nega água potável ou é causa e efeito de água poluída. São responsáveis, **SENHORA R7**

A demanda de água potável é uma **1 DEUS** dado certo!

Adequado bebidas aromatizadas:

Café uma bebida celeste estimulante



Café uma bebida fabricada preparados a partir de sementes torradas de coffeeplants.

O café é feita a partir de secas, torrado, sementes da árvore de café, cultivadas em climas húmidos quentes ao longo do equador. Há 2 variedades: **grãos robusta têm um sabor forte e uma de corpo inteiro**. Arábica crescer a uma altura mais elevada, tem um sabor mais suave e mais qualidades aromáticas.

Uma vez colhido, seco, os grãos de café são torrados em cerca de 200 ° C. Isso permite que os açúcares no feijão para caramelizar eo sabor do café para se desenvolver. Quanto mais tempo os grãos são torrados, ou quanto maior a erature temp-, o mais escuro o assado e será o mais completo o sabor, em assados luz geral têm uma nítida, sabor mais ácido, enquanto assados mais escuras têm um sabor mais profundo, mais rico. Um assado escuro não é necessariamente, 'mais forte'. A força de uma chávena de café depende da quantidade de água é adicionada enquanto o café está a ser fabricado.



Como fazer uma xícara de café?

Como obter o máximo de sua xícara de café favorito.

- 1) Grandes partidas de café de degustação com grande degustação água. Se a água filtrada não estiver disponível, use água fria da torneira. **Deixá-lo correr por alguns segundos para arejar antes de adicionar a chaleira.**
- 2) Deixar a água sair da fervura (80 ° C) antes de coloca-lo para o café (Instante ou gotejamento-filtro) grânulos. **Água fervente queima grânulos e impacto de sobre o gosto.**
- 3) Ao usar leite (**não recomendado**) , adicioná-lo ao copo depois que a água. Se o leite é adicionado 1, o café não pode misturar bem. **A água quente pode esquentar o leite, a alteração do sabor.**

Nota! adoçantes (Açúcar ou artificial) café ruína!

Descafeinado não é café, mas um risco de saúde.

Use branqueadores único não lácteos.

preparações:

Brewing,

Instante,

Drip-Filtro de café; café expresso (máquina)



Café descafeinado uma Risco de vida!

decaffeination usa solvente.

Os resíduos de solventes muitas vezes perturbar um estômago.

Lógica! Café sem cafeína derrotas propósito de beber café.

Não use Coffee Pods uma risco ambiental!

Pods do café todas as 1 bilhão são um desastre ambiental. Eles não são biodegradáveis. Eles não estão sendo reciclados. **PARE!**

Produção! Processar,

SENHORA R7 . PARE! Usando-os! Shun e Vergonha!



Nota! Todos 1 off produtos descartáveis são uma causa de muito lixo. Sua produção 'acaba! **Violação, SENHORA R7 .**

Shun, Vergonha pessoas que usam 1 off produtos descartáveis!

Como beber uma xícara de café?

Para obter o melhor sabor, gosto deixe esfriar um pouco do que assumir grandes slurps em vez da beber. Big slurps de mais aroma liberação café. Cheirar e provar que, celestial. Há café postigo com leite:

café expresso é uma bebida concentrada fabricada, forçando a água quente sob pressão através de café finamente moído. Em comparação com outros métodos de preparação de café, café tem uma consistência mais espessa, uma maior concentração de sólidos dissolvidos e de espuma. **Espresso é a base para outras bebidas: Cappuccino, Latte, Macchiato, Moca, Americano, Gringo, Duo-shot, Lava e Mote. Servido com um sorriso.**

cappuccino: preparando a textura, a temperatura do leite é o passo mais importante. Milk é cozinhado add-ing ar muito pequenas bolhas dando-lhe uma textura aveludada

(espuma) . Uma imagem de café expresso é colocado no copo, o leite quente com espuma é adicionado, cobertas com dois centímetros de espessura de espuma, terminado com uma pitada de canela em pó.



Café com leite: aquecer o leite sem espuma. Um tiro de espresso é colocado em um copo. leite quente é adicionado, coberto com uma pitada de cacau em bruto.

macchiato: aquecer o leite sem espuma. Encha o copo de 2/3 com leite. Adicione uma xícara de café expresso. Cubra com folhas de hortelã.

Mocha: fazer chocolate quente cru. copo de enchimento com 1/2 de cacau quente. Adicione uma xícara de café expresso. Encha com leite e espuma de leite. Adicione uma pitada de cacau cru.



Lava: 1ª um tiro de sso espre-. Adicionar um estreitamento de suco de tangerina trada contração. Adicionar um tiro de cacau cru quente
Top com leite espumado quente.
Adicione uma pitada de canela em pó.

Mote: copo de preenchimento 1/2 com chá de hortelã quente.
Adicione uma xícara de café expresso.
Top com leite espumado quente. Termine com uma pitada de canela em pó.

Gringo: copo de enchimento com água meia quente. Adicione 2 tiros de café expresso. Em cima polvilhe noz-moscada.

Americano: Um tiro de espresso é colocado no copo.
A água quente é adicionada.



Duo-shot: Adicione 2 tiros de café expresso. depois em água quente.

Cacau uma bebida celeste estimulante



cacaueiros crescem em áreas tropicais, quentes e chuvosos. É de frutas são Pods. Dentro de um pod há sementes (feijões) . Os grãos de cacau são transformados em pó e manteiga de cacau.



Preparando cacau quente:

pó de cacau uma colher de sopa,

Um copo: líquido de soja, leite de cabra ou outro leite não lácteo. extrato de 1 colher de chá de baunilha, pitada de canela, traço de noz-moscada.

Combinar os ingredientes numa panela média e quente sobre calor médio baixo, mexendo até formar espuma e quente.

Chá uma bebida celeste estimulante



Camellia uma planta perene. É folhas colhidas e dar processados nos Tea. Chás básicas são preto ou verde. Eles podem ser aromatizados ou representada.



Custodian Guardiã preparação do chá: coloque folhas de chá soltas processados em um infusor de chá. Coloque infusor no copo de vidro. Ferva a água, pare a ferver, quando borbulhando paradas (80 ° C) derramar no copo de vidro. Apreciar !

(uma) Assim como as paradas borbulhando despeje sobre o chá preto.

Após 1 minuto de agitação infusor 3 vezes. Depois de um minuto de remoção. Bebida, ou adicionar qualquer suco de frutas cítricas para o sabor, ou deixe esfriar, esfriar e beber. Aviso não poluem com adoçantes, branqueadores (E artificial ou natural) .



(B) 10 segundos após as paradas borbulhando despeje sobre o chá verde. Mexa infusor 3 vezes. Depois de remover um minuto. Bebida, ou adicionar qualquer suco stonefruit para o sabor, ou deixe esfriar, esfriar e beber. Aviso não poluem com adoçantes, branqueadores (E artificial ou natural) .



preparação chá de sementes de ervas, lugar solta pressionado sementes em um infusor. Coloque infusor no copo de vidro. Ferva a água, pare a ferver. Assim como o



pára borbulhando despeje sobre sementes. Após 1 minuto de agitação infusor 3 vezes. Depois de mais 7 minutos remover.

Bebida, ou deixe esfriar, frio e bebida. Aviso não poluem com adoçantes, branqueadores (E artificial ou natural) .

folhas de ervas
preparação do chá.
O mesmo como o verde-chá.



preparação do chá de raiz de ervas, raízes chopp.

Prepare o mesmo que o chá preto.

Usando um micro-ondas quando se formando um saco de chá traz os sabores.

Remove tag do saquinho de chá make grampo certeza de metal é removido. A maioria das etiquetas de papel usar tinta barato, água descolorir, interferir com sabor.

Coloque água quente em um copo de chá> adicionar sua escolha do saco de chá > aquecer no microondas por 30 segundos em meia potência (400-500 watts) > Deixe fermentar no microondas por um minuto > tirá-lo > desfrutar!

água potável é melhor (pode ser aromatizado)



Água filtrada para uma boa saúde !!!

Para sobreviver às necessidades humanas de corpo **eatable**

Parte de uma rotina diária está comendo. Quão saudável somos e quanto tempo vivemos. Tem muito a ver com o nosso hábito alimentar. Nenhum alimento você morrer de fome!

Alimentar 5 vezes por dia:

'Café da manhã, incluem água, ervas, especiarias, mel, café, ..

Early Day-lanche, incluem água, fruta, ervas, chá, ..

Almoço, incluem água, salada, ovo, café, ..

Tarde Dia-lanche, incluem água, nozes, frutas, especiarias, cacau, ..

Jantar'. incluem água, tema Jantar, Chá ou café .. legumes.

7 Os alimentos que devem ser consumidos diariamente: fungos (cogumelo) , Grãos (Aveia, cevada, lentilhas, milho, milho painço, quinoa, arroz, centeio, sorgo, trigo) , Hot

Pimentões, cebolas (Castanho, verde, vermelho, mola, cebolinha, o alho, o alho-porro) ley, Pars-,
doce Capsicum, vegetais (Espargos, feijões, brócolos, couve-flor, cenouras, ervilhas, couves, ..)



Toda semana-dia precisa ter um tema Jantar: por exemplo, Dia 1: Legumes

Dia 2: aves domésticas Dia 3: Mamífero Meio da semana: Réptil Dia 5: Frutos do mar

Final de semana: Nozes e sementes Dia divertido: Insects

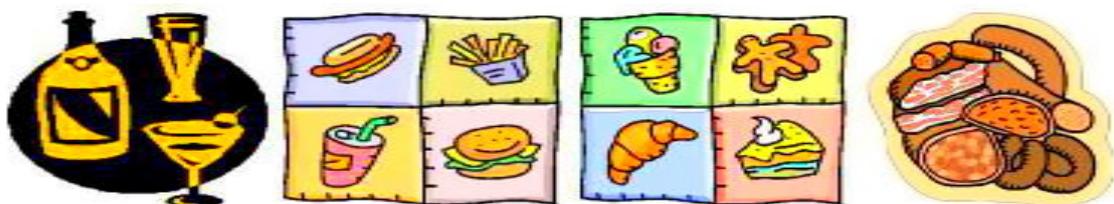
DietNo Não' s: adoçantes artificiais, fabricado-alimentar, modificado genético comida,
adicionada Frutose.



Frutose a principal causa de diabetes, obesidade (Blubber Pessoas) . É ruim se ele vem em açúcar
ou frutas. Adicionando Frutose durante cessamento pro- de bebida ou alimento é uma saúde-perigo. Processamento,
distribuição, venda deste tipo de bebida ou comida é comportamento criminoso fica: **SENHORA**

R6 . Exceção: Unprocessed, Bagas, frutas, mel, legumes.

Diga não a: Qualquer coisa que contém: Frutose, glicose, açúcar; Biscoitos, bolos,
Pequeno-Cereal, chocolates, sumos de fruta, sorvete, picolés, Jam, Ketchup, limonadas (Cola,
Energia, ..) Marmalade, granola, bares, molhos, vinho ...



Fabricados-food é muito salgado tem muitos conservantes, muitas vezes é muito gorduroso e tem adição de açúcar tornando-se imprópria para consumo por seres humanos, animais domésticos e gado. **alimento fabricado é uma pressão cause of arterial elevada, o entupimento das artérias e obesidade (Blubber Pessoas)** . Processamento, distribuição, venda de alimentos fabricados são comportamento criminoso precisando de acusação. **SENHORA R6**

Dizer **Não** para: leite de vaca, queijo Dairy, Fast food, presunto, hambúrgueres, salame, ...

Fabricado: Pão, carne; Pizza, salsichas,

Processado: Frutas, sopas, legumes ...



Comida GM é o que as pessoas realmente consumir. Tudo começa como genética modificados (Engenharia) Semente (Colheita GM) . GM Colheita por causa do fluxo -no altera efeito toda a cadeia alimentar. C RIANDO mutações que criam novas doenças, com risco de vida global Pragas em todos os membros da cadeia alimentar! **Incluindo os seres humanos!** As pessoas vão se tornar mais doentes, morrem mais jovens, mais deformidades, bebês mais doentes, mais abortos ... Vai mudar o DNA humano.

GM Food Survival Threat: Alfafa, comida para bebê, bacon, pão, milho, cereais matinais, canola, ovos, presunto, margarina, carne, batata, mamão, ervilha, frango, arroz, salsichas, soja, tomate, trigo, abobrinha, ...

exigem do alimento adulterado comunidade. **NÃO** : Álcool, modificação genética, Adoçantes Herbicidas, Insectisides, alimentos fabricados, adicionou Salt, adicionado (artificial ou natural), ...

Qualquer Pessoa, Organização, Governo que nega eatable ou é causa e efeito dos alimentos poluídos (GM) . São responsáveis, **SENHORA R7**
Exigir eatable é uma 1 DEUS dado certo!



10.2.7. Blubber dia
C-GKalendar Temas Fun Day

12.1.7. Boa saúde dia
C-GKalendar Temas Fun Day

Não o suficiente comida que você ficar doente!

Nenhum alimento você morrer de fome!

Para sobreviver às necessidades humanas de corpo **Dormir**

1/3 de todos os dias é gasto deitado, parte deste implica dormir.



O sono é necessário para a sobrevivência de um corpo humano. 7 horas deve fazer. Falta de ligações do sono para a morte, mas só depois de um trânsito muito doloroso através de depressão e surtos de insanidade.

Para conseguir dormir revitalizante repousante quarto da cama deve ser o mais escuro possível. Uma ausência de ruído interno e externo é uma obrigação. Shire implementar Night-toque de recolher.

Nota! É normal ter 2 dorme com um intervalo entre elas. 1 sono é de cerca de 3,5 horas com um intervalo de até 1,5 horas seguido por um sono 3,5 horas.



Durante o intervalo sono 1,5 hora. As pessoas se levantar, ir banheiro, ... Antes de se sentar para baixo fazer os exercícios noturnos e tomar um copo de água.

Aqueles que não se levantar, orar, ler, escrever casais bate-papo, companheiro (Durante a pausa de sono as pessoas estão mais relaxados melhor em conceber) , ...

exercícios TEMPO - NOITE

É normal ter 2 dorme com um intervalo entre elas. Se você se levantar (Por exemplo, para ir à casa de banho) , Ao voltar sit na beira da cama, beber um pouco de água. Fazer os seguintes exercícios (Todos os exercícios são feitos enquanto está sentado sobre os joelhos ponta do ombro do leito afastados) . Toda vez que você levantar-se fazer um exercício diferente.

1º Exercício: Coloque as palmas * de suas mãos contra o lado de fora de seus joelhos. Pressione as mãos para dentro e joelhos para fora, segure 7 segundos (Você sentir a tensão nos braços, pernas, ombro) . Relaxe, respire, não se repete, saborear água, deitar, dormir bem. * uso variação punhos .

2º Exercício: punhos make * colocá-los contra o interior de seus joelhos. punhos Pressione para fora e joelhos para dentro, segure 7 segundos (Você se sente a tensão em braços, pernas e estômago) . Relaxe, respire, não se repete, saborear água, deitar, dormir bem. * palmas planas uso variação .

3º Exercício: braços de dobra (90%) na curva nível do peito enfermarias mão esquerda para cima flexão dedos, vire à direita para baixo dobrar dedos.

dedos de intertravamento apertado. Agora puxe as mãos na direção oposta, segure 7 segundos (**Você sente tensão nos dedos, braços, no peito**) . Relaxe, respire, não se repete, saborear água, deitar, dormir bem.

3º Exercício: braços de dobra (90%) na curva nível do peito enfermarias mão esquerda para cima flexão dedos, vire à direita para baixo dobrar dedos. dedos de intertravamento apertado. Agora puxe as mãos na direção oposta, segure 7 segundos (**Você sente tensão nos dedos, braços, no peito**) . Relaxe, respire, não se repete, saborear água, deitar, dormir bem.

4 Exercício: braços de dobra (90%) na altura do peito, vire à esquerda mão para cima enfermarias, vire à direita no punho. Lugar punho na mão e pressione para baixo ao mesmo tempo da imprensa mão aberta para cima, segure 7 segundos. Inversa, segure 7 segundos (**Você sente tensão nas mãos, braços, pescoço, peito**) . Relaxe, respire e saborear de água, deitar, dormir bem. Não se repete.

Pessoas com volta tenso adicionar este exercício para cada exercício: Coloque as mãos sobre os joelhos. Tilt curva cabeça para trás de volta, então balançar para a frente sem perder contato com os joelhos (**Você sente tensão nos braços, costas, estômago**) . Relaxe, respire, 7repeats, saborear água, deitar, dormir bem.

Nota! Pessoas que se sentam muito durante os dias de tempo. Estão a fazer um dos exercícios de tempo noturnos em rotação a cada 2 horas.

É o seu corpo! Mantê-lo em forma!

Existem pré-requisitos antes de deitar para dormir.

Ele deve ser escuro, deve ser noite. Para conseguir dormir revitalizante repousante do quarto deve ser o mais escuro possível. Uma ausência de ruído interno e externo é uma obrigação 'Shire' deve implementar 'Night-toque de recolher'.

1 hora deve se passaram desde o último feed. escovar os dentes e lavar o corpo inteiro antes de ir para a cama. Culto 'Sono-Prayer'.

1 Deus está esperando para ouvir de você!

Dormir Oração

querida **1 DEUS** , Criador do mais belo Universo Proteja-me quando estou me proteger mais vulneráveis de pensamentos perturbadores e do Mal

Deixe-me ter repouso, cura e revitalização sono Do not deixar preocupação interromper meus sonhos e sono Deixe-me só se lembra dos sonhos doces Para a Glória de **1GOD** e o bem da humanidade



Esta oração é usado antes de ir dormir!



Tem de beber de vidro (**Não de plástico**) preenchido com 0.2L de água filtrada (**Nada adicionado**) em cada mesa de cabeceira. Todas as noites antes de ir para a cama colocar vidro sobre a mesa de cabeceira. **Nota!** Bebida durante a noite cada vez que depois que você visitou um vaso sanitário e ao ter a garganta seca, bebida descanso quando se levantar de manhã.

Have 1 tigela de vidro Goldtone (**1 apenas para duplos**) contendo mistura de ervas (**Therapie aroma**) na janela mesa de cabeceira lado !

Na parte da manhã depois de 7 horas de sono:

Levante-se, tomar um copo de água filtrada, ir banheiro, fazer 'Daily-Fit (**Exerci- SES**)', Adoração 'Daily-Prayer', rosto lavagem, mãos, tomar café da manhã, se vestir. Verifique se o seu 'Planner'. Agora seu pronto para o LIFE-experiências. Quando ir ao ar livre desgaste, vestuário de protecção e na cabeça, do olho e protecção pés.

Retenção sono é tortura! Tortura como ferramenta de interrogatório não é aceitável. Torturadores sejam responsabilizados: **SENHORA R7**

ausência demanda de ruído externo à noite (**Noite do toque de recolher**) ! É um direito da comunidade! Custodian Guardiã uso: **CGNAs BS-1 (Padrão da cama)** !

NOITE - toque de recolher

O corpo humano não foi concebido para ser noturno. Os seres humanos abusaram de seu poder do cérebro para criar um estilo de vida noturna. Este estilo de vida não é benéfico para a boa saúde. Night-toque de recolher é necessário para uma boa saúde.

Um 7 horas Noite-toque de recolher a partir de 14-21 horas (**22- 6 horas, 24 horas relógio Pagan-**) é mandatório. Para uma boa saúde, redução ao consumo de energia, redução da poluição, protecção da vida selvagem. Redução da criminalidade, reduzindo o custo para o governo, incentivando a multiplicação.

obras ninguém (**Tudo está fechado**) exceto pessoal mínimo emergência. Nenhuma energia é para ser usado com exceção de emergência ou de aquecimento! 1 estação de rádio pública de notícias é permitido qualquer outro entretenimento é desligado! Sem fabricação, escritório, ou revendedor é operar ou uso de energia!

Homes pode usar aquecimento (**Vestido quente**) , arrefecendo (**Luz vestido**) em condições meteorológicas extremas.



Night-toque de recolher deve ser obrigatória. Para o bem-estar do corpo humano e Habitat local. A Shire impõe Night-Toque de recolher através Shire Reabilitação **SENHORA R1** reincidentes são repassados aos Provincial Reabilitação **SENHORA R3**

Night-Toque de recolher para **SAVEPLANETEARTH !!**

PROTECÇÃO DO CLIMA para sobrevivência.

A protecção do clima é necessária para proteger o corpo humano, animais, animais de estimação, production alimentos. A protecção do clima: roupas a preços acessíveis de protecção e abrigo seguro acessível higiénico!

Roupa de protecção é necessária para proteger o corpo humano a partir de clima, doenças e poluição. vestuário de protecção precisa ser com- desconfortáveis, útil (**Protecção contra condições meteorológicas extremas**) e acessível.

vestuário de protecção consiste em cobrir a cabeça, roupas, meias, calçados!

Cabeça protecção consiste de gorro, gorro, K-lenço, a protecção dos olhos, do capacete. **Balaclava (Gorro)** , K-lenço Eu s malha de lã ou algodão, lã (**Sem fibra sintética**)

misturar. Pode ser de qualquer cor ou padrão.

Eye-protecção e protecção capacete dar UV. o



viseira é lateralmente curvo e para cima e para baixo em linha reta, inquebrável, hig- hly resistente a riscos, bloqueia raios UV, não embaciamento, ajustando o brilho

(Mais escuro / mais leves, mais claro / mais escuro) . O capacete tem um back couro como protetor de pescoço. Protecção dos olhos e da cabeça é sempre usada fora.

Roupa de proteção é necessária para proteger o corpo humano a partir de clima, doenças e poluição. As principais partes do corpo protegidos por roupas de proteção são a pele eo pé. **vestuário de protecção** é sempre fora desgastado.

Roupa de proteção : Coverall (Com capa) ou 2 peças feitas de linho, algodão, lã, ou uma mistura de algodão / lã (sem fibras sintéticas) qualquer cor / padrão. Ou deve ter um pescoço t-shirt, inchado * braços e pernas fechadas em punhos e tornozelos (Projecto de prova) . * Braços e pernas soprados permitir cotovelo / joelho articulações para se mover livremente dentro também o ar cria controle de temperatura para a pele e corpo.

A roupa é feita de fibras naturais: peles de animais, seda, fibras vegetais, algodão ou lã. **fibras artificiais não são usados para a pele roupas humana tocar. Produção de fibras artificiais para fins de vestuário.**



vestuário de protecção é confortável, de longa duração, praticamente, a preços acessíveis

Elegante (Grife) vestuário de protecção é muito caro, a curto prazo, pouco prática .. Não aceitável!

Pés precisam de proteção contra Clima e bate. **Pele, pés e tornozelos estão em risco. proteção dos pés consiste em meias e botas. Sempre use proteção dos pés quando se aventurar fora.**

Meias são feitas de algodão, lã, uma mistura de algodão e lã (Não sintéticos) qualquer cor qualquer padrão. **Meias devem cobrir os pés até 7 cm acima tornozelos.**

Botas têm parte superior de couro de proteção, couro macio interior

(Não sintéticos) solas de couro ou de borracha. **Botas de proteger os pés até 7 cm acima tornozelos. calçados sintéticos aquece pés fervê-los. Você não pode andar.**



protecção das mãos (**luvas**) são usados como necessário! As luvas são feitas de couro, algodão, lã, uma mistura de algodão e lã (**Não sintéticos**) qualquer cor qualquer padrão.



SHUN:

grife fazem parte elitista do apartheid riqueza. grife são muito caro. Produzido por trabalho escravo. Made for bem arrogante off bing snub- a lutar necessitados e pobres. Shun pessoas que usam estes.



Marca de moda! As pessoas que onde grife! Varejista que vender grife! protec As roupas tiva! vestuário de protecção impraticavelmente moda! vestuário de protecção feito de fibras artificial-! **VERGONHA, SHUN** pessoas zombando desabrigados Eles pagam para ter roupas olhar lavado para fora, têm proposadamente rasgado e buracos feitos neles.

Inaceitável código de vestimenta trashy:



Deixe as pessoas trashy saber que eles são trashy.

Shun vestuário sintético, calçado. Terminar a produção de vestuário sintético, calçado. sintéticos ilegais produtor GET, **SENHORA R6** .



Proteja o seu corpo a usar protetor fora roupas!

Os seres humanos têm uma **1 DEUS** dado direito a abrigo higienicaffordablesecure (**hass**) ! Governo tem o dever de fornecer sua população com abrigo seguro acessível higiênico! Abrigo são fornecidos pelos ' **Condado**' (**Governo local**) . Parte da Shire-planejamento. **CASA !!**

Para uma Shire para fornecer abrigo seguro acessível higiênica todos Freehold Land and abrigo doméstico (**De propriedade privada**) são transferidos para ele. Pty transferido propriedade em- está cheio de pessoas desabrigadas e famílias em lista de espera. casas Multi-quarto com necessidade apenas 1 ocupante tomar em outros ocupantes. É comportamento anti-social inaceitável para 1

pessoa que tem mais de 1 quarto.



Todos 'hass' São a acomodação de aluguel. Eventualmente vaidade tal ornamen- jardim, casas de pé livre são substituídos por comunidade habitação cluster-. Cluster alojamento de aluguel é fornecido pela 'Shire'.

Todas as acomodações cluster têm 3 níveis de estufa inquilinos + 1 nível
Nível do Solo, Nível 1, Nível 2, estufa jardim (Inquilinos podem crescer plantas) . alojamento cluster consiste em unidades individuais (Um quarto) , unidades de casal (2 quartos) , unidades familiares (3 quartos ..) . linhas directrices obrigatórios (Situação familiar, idade) Aplique.

Todos 'hass' São a acomodação de aluguel. aluguel semanal é de 14% do rendimento bruto semanal de inquilino. inquilinos múltipla renda é 14% do rendimento bruto semanal conjunta dos inquilinos. Por exemplo \$ 100 de renda bruto semanal, aluguel de \$ 14. \$ 1000 lucro bruto semanal, aluguel de \$ 140.

Condado fornecimentos de electricidade, água com mínima diária (Livre) / (Pay então) corte máximo fora de uso. Shire também fornecer lavanderia comunitária, manutenção, recreação, resíduos, remoção de esgoto.

único inquilino tem direito a 1 sala de comunidade viva. Aos 63 anos trans- fer é para alojamento de aposentadoria (obrigatório) . Individual 1 quarto de dez usos formiga em banheiros comunitários mesmo nível / instalação de chuveiro. Ao nível do solo lavanderia / banho.

Casal (1 ELE, 1 ELA) inquilinos têm 2 quartos: sala de estar / dormir / cozinha e banheiro / chuveiro. Compartilhar lavanderia / banho ao nível do solo.

Mover (obrigatório) a unidade da família quando as crianças chegam. Um casal torna-se único, transferências (obrigatório) a única unidade.

inquilinos familiares têm 2 quartos (Estar / dormir / cozinha e banheiro / chuveiro) . Compartilhar lavanderia / banho no nível mais baixo + Um quarto para cada 2 crianças. Depois último filho sai (Por 18 idade obrigatória) . casal transferência (obrigatório) a par de estar.

casas de cluster permitirá pequena: aquário, terrário, cães pequenos. Não permita gatos, animais selvagens, animais domésticos, tudo o que é maior do que um cão pequeno, nenhuma criação de animais. Criaturas que são uma ameaça para os inquilinos e habitat.



Nota! Inquilinos com mental, deficiência sexual, física, vivem em abrigos especiais fornecidos pelo Governo Provincial.

Shire habitação conjunto comum preenche todas as necessidades humanas! Um lugar para começar e crescer uma família.

Apoio Comunitário Cluster Habitação. Seu Home!

Sua comunidade!

BOA HIGIENE para boa saúde.

Uma boa higiene começa com ser limpo e arrumado. começa limpos e arrumados com aparência pessoal, aplica-se a casa, estudo e trabalho. Limpo e arrumado também se aplica ao pensamento e raciocínio.



A 'rotina diária inclui limpeza. Lavar as mãos após cada visita banheiro e antes de cada alimentação. Lavar a cara antes de cada alimentação. escovar os dentes e lavar o corpo inteiro antes de ir para a cama. Ele raspa pelo menos duas vezes a cada semana. Lavar o cabelo uma vez por semana. Custodian Guardião participar Recolhimentos limpo (Dentes escovados, cabelo penteado, de corpo inteiro lavado) , Pêlos faciais raspada (ELE) , Vestindo limpo, engrenagem puro (da cabeça aos pés) .

Após se levantar de manhã todos os membros da família fisicamente capaz fazer a sua cama. Os pais ensinam as crianças como. Completando higiene manhã. É hora de se vestir, a colocação no definidos preparado (Noite antes) preparam a pessoa planejada para o desgaste. Cada recipiente de armazenamento breakfast é limpo antes da recarga e rotulados

(Conteúdo, data de enchimento) . Depois breakfast área de alimentação limpa. Regresso recipientes para armazenamento. recipientes sujos, utensílios são colocados na pia. Uma pessoa está agora pronto para começar suas tarefas dailly (Casa, escola, trabalho, voluntariado) .

Todos os recipientes têm um rótulo de conteúdo. embalagens de alimentos também têm uma data de enchimento. Armazenar recipientes de forma limpa e segura. Perigoso (Veneno, toxina) os recipientes são armazenados de forma segura (Criança e comprovante incompetente) .



Não deixe itens não utilizados (Utensílios, ferramentas, brinquedos) atravancam mobiliário, piso, área de trabalho.

Após o uso pegar itens colocá-los em armazenamento puro (Marcado) . Armazene itens sempre está no mesmo lugar. Em seguida, são fáceis de encontrar.

Antes de ir para a cama. Prepare e layout o equipamento que você pretende usar no dia seguinte. Embalar quaisquer sacos com itens que são planejadas para ser tomado junto ao sair pela manhã.

Mantendo o seu entorno limpo e arrumado. reduz: **D** Ust (Bom para o seu sistema respiratory) , **M** organismo ICRO (Bactérias, germes, vírus) menos infecções, mortes, **E**u nsects (Picadas, larvas, picadas) menos infecções, erupções cutâneas, **V** ermin (Ratos, ratinhos, baratas) , Menos fezes, disseminação de micro organismo, menos surtos de peste.

Usando uma lixívia ou desinfetante forte aumenta sua chance de contrair a doença pulmonar obstrutiva crônica. Use um limpador de superfície natural:

Misturar, Um copo de bicarbonato de sódio, 02/01 um copo de vinagre branco, adicionar algumas gotas de óleo essencial. Necessita-lo mais forte adicionar uma colher de sopa de sal.

Precisa de espirrar! Sneeze em sua axila. Fazer disease não se espalhar.

Não beije na boca. Beijar transmite infecções fastes. Rub narizes vez.

Não apertar as mãos! A menos que você use luvas.

Higiene aplica-se a pensar. Imoral, egoísta, de ódio, de violência, os pensamentos são maus pensamentos devem ser evitados. Implementação maus pensamentos leva a prestação de contas!

A mudança climática tem diminuído a qualidade do ar. Mais, incêndios maiores (Arbusto, floresta, incêndios florestais) ! doméstica humana (Carvão, esterco, gás, óleo, madeira) , Serviços de utilidade pública (Carvão, lixo, gás, óleo, urânio) , transporte (Carvão, gás, óleo) queimando! A comunidade tem que considerar o uso de proteção respiratória!

equipamentos de proteção respiratória ao ar livre (RPE) é recomendado!

RPE são classificados pela forma como eles protegem contra partículas. máscaras P2 são usados. Para proteger, máscaras estão equipados com força (Barbas são raspados) !

Interior usar purificadores de ar! Este gadget usa um filtro HEPA. Mantenha todas as portas e janelas fechadas.

Os seres humanos produzem muito lixo, desperdício! Isso cria um risco para a saúde grave. Ele cria poluição que entra na cadeia comunidades comida. As pessoas estão a reduzir compras de bens não essenciais, casas de tamanho baixo-, reduzir as atividades leisuretime (Eventos grande multidão, esporte, sic mu-, ..) !

Immunizaton é obrigatório! As pessoas que não são imunizados são uma ameaça para a comunidade! Eles são imunizados e enjaulado, **SENHORA R4**

sensação de segurança uma comunidade precisa de um direito humano.

As pessoas têm o direito de se sentir salvo em sua casa. Eles têm o direito de se sentir salvar no estudo e trabalho. É por isso que o conceito 'Custodian Guardiã Shun Violência' é disponibilizado (Ver CH7, 1Church) para aplicação em cada Shire .

Condado fornecer serviços do Sentinel. Sentinela lidar com baixo para missões de guarda de risco e de patrulha média. On, serviço ou fora dele uma sentinela irá relatar comportamentos anti-sociais (Crimes, poluição, vandalismo) e relatar quaisquer problemas de saúde unidade e segurança comm-. Sentinel prisão por violações quebrados percebidos e crimes cometidos. Em seguida, chamar a sua estação por uma patrulha para pegar a presa.

Condado fornecer uma obrigatória noite toque de recolher 7 hora de 14-21 horas (CG Klock) . Para uma boa saúde, a redução no consumo de energia, menos poluição e protecção da vida selvagem. Redução da criminalidade, o custo para o governo, incentivando a multiplicação.



Pessoas ajudar seus vizinhos quando sob ataque.

Trabalhadores ajudar colegas de trabalho. Educadores e estudiosos ajudar uns aos outros.

O objetivo de cada Shire é ser livre violento.

trabalhadores de serviços de emergência estão a ajudar aplicação da lei. Por estar vigilante de violações de normas, regulamentos sobre ou fora do trabalho. Eles podem

tem que fazer da prisão de civis. reservista CE pode ser chamado para ajudar.

Ter uma comunidade livre violenta é um direito e um dever. Cada pessoa tem o direito de se sentir salvar. Cada pessoa tem o dever de ajudar as pessoas que têm a violência infligida sobre eles. Não fazê-lo, **SENHORA R2 !**

As pessoas que permitem a violência, relógio, **SENHORA R2 !** As pessoas que estimulem (**Elogio sobre, ajuda**) , Incite, violência, pessoas violentas proteger da prisão, **SENHORA R3 !** Isso vale também para o combate, esporte de contato!

1 Deus está esperando para ouvir de você!

Vítimas de crime Oração

Memo rial - dia 2. 4. 7.

querida **1 DEUS** , Criador do mais belo Universo Seu humilde guardião guardião mais fiel (**1st nome**)

Pede para aliviar a angústia ea dor das vítimas de vítimas crime Ajuda de justiça crime get e compensação Prometo ajuda punir o crime interminável Pergunte que o mal é punido na vida e Afterlife Para a Glória de **1 DEUS** e o bem da humanidade



Esta oração é usado em Vítimas de Crime Dia (CG Kalender)!



A violência começa com o nascer. ambientes violentos inculcar o pensity pro- à violência para o resto da vida. A propensão à violência precisa de um gatilho para se tornar violenta. **Gatilhos:** Álcool, raiva, medo, pressão pelos pares, contato-esporte, luta-esporte, a ignorância, a humilhação, a substância que alteram a mente, falta de empatia, provocação, vídeo violento, video-games violentos, ...



Um nascituro expostos a mãe eo pai abusar verbalmente uns aos outros. Saiba que é bom abusar verbalmente e vai fazê-lo mais tarde na vida. Um nascituro expostos a mãe ser fisicamente ferido pelo pai. SHE recém-nascido mais tarde na vida suportar o abuso físico por HE. HE recém-nascido vai pensar que está tudo bem para ferir SHE.

Agressivamente abusar, intimidar, outros dominantes é o assédio moral. Bullying começa com intimitation ele pode evoluir para assalto. Bully de

normalmente se cercam de individuals covardes infelizes.

Violência isthethreat

Parar a violencia startat casa

ameaça externa (Outro Province, Espaço) é tratado pelo militar.

Militar não possuir ou utilizar um, N (Atômica, nuclear) B (biológico) C

(químico) armas. usos militares de choque weapons leva prisioneiros (Não torturar, matar) !

Utiliza e aplica o direito CG espaço.

A comunidade não se sente save (Dependência, efeitos colaterais) usando rmaceuticals Pha-!

A é um tratamento caro seprimitive. uticals Pharmace- são um último tratamento resort. Shun

praticantes de cuidados de saúde que só prescrevem Pharmaceuticals'. Eles são

incompetentes corruptos "charlatães". Exigir que ser desqualificado.

Nota! Aderindo ao conselho guardião dieta custodiante e exercícios seguintes,
reduz doenças por 80% +.

Muitas pessoas na comunidade sintam ameaçados por uma pessoa com deficiência. Existem
3 formas de deficiência: deficiência mental, deficiência física, deficiência sexual .

deficiência mental

Estudiosos que apresentam sinais de 'deficiência mental'. ... São avaliados por uma comissão (Educadores, médicos, pais) . Se for encontrado aflitos são transferida para, 'MDQC' (Composto Mental Deficiência quarentena) . Para sua própria proteção e proteger os outros filhos.

Deficiência física

Estudiosos que apresentam sinais de 'deficiência física'. ... São avaliados por uma comissão (Educadores, médicos, pais) . Se for encontrado aflitos são transferida para, 'PDQC' (Composto Físico Deficiência quarentena) . Para sua própria proteção e proteger os outros filhos.

deficiência sexual

Estudiosos que apresentam sinais de 'deficiência Sexual' (Abuso de crianças, mesmo sexo, sexo confuso) . São avaliados por uma comissão (Educadores, médicos, pais) . Se for encontrado aflitos são transferidos para 'SDQC' (Sexual

Deficiência de quarentena Composto) . Para sua própria proteção e proteger os outros filhos.

suporte de vida

Uma pessoa incapaz de fazer um sanduíche e comê-lo agora ou no futuro capazes foresee-. Pode querer evocar o **1 DEUS** processo de tomada de decisão (viva ou morra) . Toda pessoa tem o direito de negar o tratamento, comida, bebida. Negar uma pessoa esse direito é uma tortura, um crime, **SENHORA R7** .

1 Deus design é que tudo no universo físico tem um começo e fim, incluindo o corpo humano. demandas compaixão humana colocando um fim ao sofrimento. Não 'prolongar artificialmente a vida. Artificialmente prolongar a vida está a interferir com **1 DEUS** projeto 's.

Enterrado vivo

Para evitar ser enterrada viva, a cremação é uma obrigação. A cremação não só é necessária para libertar a alma, mas também por razões de saúde. Os purifica ção de incêndio crema- destruir as bactérias perigosas, vírus de insectos, larvas e fungos que podem habitar o corpo. **Nota!** Cemitérios são um risco para a saúde, um desperdício de terra. Conselhos estão ficando sem terra para cemitérios.

Auto-infligido matando

Auto-infligido matando (**Eutanásia, suicídio**) é um sinal de uma mente fraca, um espírito fraco. É uma vida-experiência para a alma. Outros seres humanos não devem interferir a menos que haja um perigo para os outros. **1 DEUS** vai lidar com isso no dia do julgamento. **Ajudar uma pessoa a uma auto-infligido matar é aceitável, desde que o tribunal competente aceita que há um desejo de morte. sofrimento grave é tortura. Acabar com ela!**

Nota! Os seres humanos colocar sofrendo animais fora de seu sofrimento. No entanto, eles não têm compaixão por sua própria espécie.

Acabar com a vida com dignidade é um direito humano.

votação

As pessoas estão apoiando Governo livremente eleito pelo voto em ns electio-. Não votar pode resultar em radicais assumir Governo e estabelecer uma tirania (**Hereditária ou política**) . **Tiranos são removidos enjaulado, SENHORA R7 . ' Suporte apenas 2 tipos de governo, 'universo Custodian Guardians Província' (provincial) e 'Shire' (local) .**