



Survival-Chain

Welcome to the Wonderful World of Human Survival

Izdzīvošanas jums, jūsu ģimenēm, jūsu kopiena, Planet, ir jūsu prioritāte.

Izdzīvošanas kārtība:

1 suga, 2 Habitat 3. Kopiena, 4 ģimenes, 5. Individuālā, 6. Dzīvnieki, 7 Personīgās mantas.



Izdzīvošanas pēc vecuma:

1 nedzimis, 2 jaundzimušo, 3 Baby, 4 bērniem, 5 Juvenile, 6 Adult, 7 vecākā.

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 Dievs gaida dzirdēt no jums!

izdzīvošanas lūgšana

Izdzīvošanas diena 11.1.7 N-Atm

dārgs 1 GOD , Radītājs skaistākajām Universe Jūsu visvairāk pazemīgs
uzticīgs aizbildnis aizbildnis (1st nosaukums)
Paldies "jums par izdzīvošanu cilvēces l cenšas palīdzēt mana
ķermeņa, suga, kopienu, izdzīvot es dara izdzīvošanas mans Nr.1
prioritāte Lūdzu atbalstīt manu centienus izdzīvot godam 1 GOD un
labu Cilvēces



Šī lūgšana ir skaitīta uz Survival Diena vai kad tas ir vajadzīgs!



SurvivalChain ir 7 saites viss būtiski cilvēka izdzīvošanu.

elpojamā gaisa bez tā jums ir minūtes, lai dzīvotu.

dzeramā ūdens neko dzert, jums nebūs pēdējā nedēļā!

ēdams FOOD enerģijai un labklājību. Nē pārtikas jūs nomirt badā!

GULĒT atkārtotai dzīvošs. No Sleep tu mirsti!

KLIMATA AIZSARDZĪBA par izdzīvošanu.

HYGIENE saglabāt mūsu ķermeņa veselīgi.



DROŠĪBA lai pasargātu no vardarbības. Nē drošība nav nākotnes!



Ritiniets: 2, Pienākumi: 2 saka mums: aizsargāt cilvēka organismu no kon- ception līdz tās beigām. Izdzīvošanas-Chain ir pamats, lai saglabātu šo pienākumu. **Liedzot jebkurš cilvēks šie būtiskākie ir dzīve threaten- ing noziegumu pret cilvēci, Anti 1 GOD obligāts: JAUNKUNDZE R 7**

Threat Burning



Pēc tam, kad cilvēce atklāja, kā izmantot uguni. Tā redzēja to kā svētību.

Wood degšana tika papildināts ar fosilā kurināmā dedzināšana. Angļu kristieši

Iepazīstinām ar industriālo laikmetu sāka piesārņojumu, kas ved uz klimata pārmaiņām. Uguns un degšanas tagad ir drauds, lāsts.

STOP BURNING NOW !!!

Pārtraukt dedzināšana: **cigarettes, ogles, mēslu, atkritumu, gāzes, naftas, urāna, koka ...**



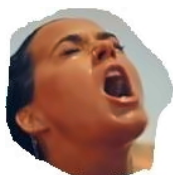
Visvairāk bīstama daļa apdedzināšanās ir, smēķēt. Ar ugunsgrēkiem Lielākais

drauds veselībai un mirstības dūmu ieelpošanas. Uz lielāku mēroga dūmi cēlās uz atmos- phere apstājas siltuma izplūst kosmosā. Virszemes ūdens sasilda, virsmas zemes sasilda, ledus kūst: Klimata pārmaiņas!



Lai izdzīvotu cilvēka ķermeņa vajadzībām **Elpojošs Air**.

Gaiss mēs elpa ir izgatavots no gāzu (**Oglekļa dioksīds, slāpekļis, skābeklis, metāns**) , Ūdens un piemaisījumi (**Putekļi, mikrobi, sporas**) . Gaisa mēs elpa vajag augstu slāpekļa un skābekļa saturu. Tas ir zems oglekļa dioksīda un metāna saturu. Ūdens sastāvs (**Mitrums**) ir nepieciešams, augsta mitruma kļūst neērti un veselības jautājums. Piemaisījumi nav nepieciešamas tās iekāst plaušas.



Cik ilgi jūs varat turēt savu elpu? 4 minūtes, tad rīt par gaisu. Nav elpojošs gaisa izdzert, jūs die! Cilvēki mirst ātri ugunsgrēku nav elpojošs gaisu.

Ieturēšana elpojošs gaisa tiek izmantots kā spīdzināšana un nogalināšana cilvēkiem un dzīvniekiem. Ieturēšana brea- thable gaisu par spīdzināšanu (**Ūdens iekāpšanas**) ASV administrācija, ASV valdības darbiniekiem, valdības darbuņēmējiem tiek izmantota ārstu tirānijām prote- ted ar ASV. Spīdzināšana ir noziegums: **JAUNKUNDZE R7**



(cilvēki) , **JAUNKUNDZE R4** (dzīvnieki) .

Ieturēšana elpojošs gaisa nogalināt ir nejauša (**toksiskus izgarojumus ugunsgrēka**) vai ar sevi (**Pašnāvība: mērķtiecīgi Inhalators koncentrētu oglekļa dioksīdu vai gatavošanas gāzi**) , valdība (**Gāzes kamera, karājas, spīdzināšana**) , citi

(**Noziedznieki: garroting, žņaugt, suffocating, karājas**) . Valdības noziedzīgas slepkavības nokļūt, **JAUNKUNDZE R7** . **nejaušs** (**veselība un drošība**) , **JAUNKUNDZE R4** **pats** (**Saukti pie atbildības par 1 GOD**) .

Cilvēki dedzināšanas lietas ir galvenais drauds "elpojošs gaisā.



Tas sākas ar personu, kas izmanto savu balsene kā skurstenis viņu plaušas kā sietu toksisku izgarojumu un gaisa piemaisījumu. **Izmantojot cilvēka ķermeni kā skurstenis ir smaga veselības risks, apvainojums 1 Dieva dizainu.**

Smēķēšana atkarības! Cilvēka tragēdija! Kopa slogs!

Atkarība ir atkārtotās piespiedu uzvedības gandarījums uztveramo vajadzību. Narkomānu mānīt sevi, nevis pieņemot kaitējumu viņu uzvedība dara. Kaitējumu sev, ģimenei, draugiem, darba biedriem un sabiedrībai.

Narkomānu nedomāju, ka viņi ir atkarīgi tik ilgi, kamēr tie ir bauda sevi un kopā turot savu dzīvi. Narkomānu kļūst par draudu sev un sabiedrībai. Viņi kļūst murgi, pret sociālo, negodīgs, amorāla, viltīgi, egoistiski un uncaring. Tas liek Shire (Kopiena) kontrolēt savu dzīvesveidu. savas tiesības un brīvības ierobežošana.



Smēķētāji smirdēt no mutes. Viņu apģērbs smirdēt. Viņi smirdēt augšu telpā. Viņu pelni ir visur. Viņu butts ir visur. Tie ir prefīgi, netīrs, smirdošs indivīdiem. Izvairīties viņiem Kauns viņiem

Smēķētāji ir veselības risks sevi. Viņi sadedzināt viņu lūpas, zobi, smaganas, mutes, rīkles, balsene un plaušas, kļūstot slim, par apgrūtinājumu sabiedrībai.

Smēķētāji ir slinks kārtošanas daudz dūmu pauzes un pašu izraisīts sickies. Likt tām uzņemties atbildību!



Smēķētāji ir veselības apdraudējumu citiem. Grūtnieces smēķētāji ir hurting viņu nedzimis. Pēc piedzimšanas tie jaundzimušo tiek notiesāts uz dzīvi, kam veselības problēmas. Tie var būt deformācijas, invaliditātes, .. Grūtnieces smēķētāji tiek sodīti, hurting nedzimis: **JAUNKUNDZE R3**



pasīvā dūmu (Uzbrukums) sāp cilvēkiem. Smēķētāji, kas rada pasīvā smoke iegūt, **JAUNKUNDZE R3**. Vienības (Atpūtas, izklaides, darbs ..) kas ļauj smēķēšana get, **JAUNKUNDZE R3** maksāt kompensāciju. Valdība, kas ļauj smēķēšanu aizstāj + **JAUNKUNDZE R7**

Smēķētāji ir nolaidīgi. Viņi sāk ugunsgrēki: mājas, zāli, mežu. Tie ir saukti pie atbildības, **JAUNKUNDZE R4**

un maksāt kompensāciju. Viņi ievainot cilvēkus, dzīvniekus

, **JAUNKUNDZE R5** Tās nogalināt cilvēkus, dzīvniekus, **JAUNKUNDZE R6**.



1951. gadā (Pagānu kalendārs) tika konstatēts, ka smēķēšana ir neveselīgs

rada nopietnu apdraudējumu. Valdības un valsts aģentūrām, departamentiem, kas nav "Ban" smēķēšana neizdevās (Pienākumu nepildīšanas gadījumā) kalpot, aizsargātu sabiedrību. Retrospektīvā likumdošana ir pagājis. Šie vainīgs get,

JAUNKUNDZE R7 .

Jebkura persona vai personu grupa, uzņēmums vai cita struktūra, kas veicina (Savrupu BIES, reklāma, mārketing) ļauj (Vecāki, skolotāji, darbs, klubi, ēstuve, izklaides vieta, ...) , peļņa (Piegādātāji, ražotāji, vedēji, vairumtirgotāji, mazumtirgotāji) Padara pieejamu "smēķē" un vai smēķētāju piederumi **JAUNKUNDZE R7** Tas nav svarīgi, ko "smēķē" satur. No smēķēšanas akts ir risks veselībai.

ZERO TOLERANCE ar smēķēšanu!

Personām samazināt pieejamību elpojamā gaisa, sadedzinot gāzi, mēsliem, koks, ogles, naftu ēdiena gatavošanai

(Ietver bārbekjū) , Apkure, vara. Tā Beidzas tagad!

Izmantot elektroenerģija, kas tiek ražots bez dedzināšana. Pārkāpšanu, rezultātus konfiskāciju, iznīcināšanu iekārtu un **JAUNKUNDZE R2**



powerstations ka apdegums (Ogļu, gāzes, urāna, eļļa,

..) radīt enerģiju, ir ciet, demontēt. Piesārņojošo īpašniekiem, operatoriem tiek sodīti, **JAUNKUNDZE R7** . Akmeņogļu un urāna raktuves ir slēgtas un apzīmogo. Kalnrūpniecības īpašnieki un operatori iegūst, **JAUNKUNDZE R7** . Enerģija tiek ražots ar nav dedzināšanas metodēm.

Burning pārvietot iekšzemes, non iekšzemes transporta galamērķa! Gāze, eļļa ir bez dedzināšanas lietošanu. Iekšzemes ārpus iekšzemes transportu uz Freeways tiek aizstāti ar 'automaģistrāles tramvajiem"! Tālsatiksmes sauszemes transports ir tikai dzelzceļa. Par dīzeļdegvielas, benzīna, LPG, galos lietošana!



piesārņojošo Izklaide Beidzas!

Gaisā: Gaisa Šovi, privātpašums gaisa transports (Drone, plakne, jet, helikopters, atspolkuģis, ...) .

Jo, zem ūdens: motora laiva sacīkšu, privātpašums jūras transportu (Salona cruiser, kruīza kuģi, gaisa spilvena, ūdens motocikli, kuteru ,

laivas, jahtas, ..).



Uz zemes: visi 2, 3, 4, .. ritenis motora: **cikli, velosipēdi, bagiji, apvidus, sporta automašīnas, limuzīni, luksusa automašīnām. Auto sacīkšu, auto triki. Tūrisma vilcieni. Veicinātājiem** piesārņojošo Izklaide un sniedzēji transportlīdzekļu piesārņojošās Izklaide tiek sodīti, **JAUNKUNDZE R7**

Nagu salons radīt toksiskus dūmus. Darbinieki ir elpošanas aizsardzību. mēms klienti (**upuri**) nav. Nagu kopšana tirdzniecības centros ir plaši atvērtas. Viņu toksiski izgarojumi apskāviens garāmgājējus. Pakļaujot tos veselības riskiem. Jo īpaši grūtniecēm, jaundzimušajiem, astmas, vecāka gadagājuma. Ja Jums ir pakļauti toksisku izgarojumu iesūdzēt salonu un iepirkšanās centru kompensāciju.

Nagu salons ir veselības risks gaisa piesārņotājs. Tos apmeklēja cilvēki, kas ir pārāk slinks, lai to savus nagus un ir pārāk daudz naudas. **Izslēgt tos, tos aizliegt. Ierosināt lietu īpašnieki, vadītāji, JAUNKUNDZE R7**



Skaistumkopšanas salons ir veselības risks gaisa piesārņotājs. Tos apmeklēja cilvēki, kas ir pārāk slinks, lai to viņu veido, ir pārāk daudz naudas. **Izslēgt tos, tos aizliegt. Īpašnieki, vadītāji, iegūt, JAUNKUNDZE R7**

Frizieris, kurš rada toksiskus dūmus, ir slēgtas, kriminālvajāšana, **JAUNKUNDZE R7** Frizieris, kurš nerada gaisa piesārņojumu normāli darboties.

kapitālists (**Mantkārīgs plēsonīgu parazīts**) Valdības veicina mājas ar iedomība dārziem. Mājas īpašnieks izmantošana benzīna motors dārza instrumenti (**Blowers, smalcinātāji, krūmgrieži, motorzāģi, pļaujmašīnas, ..**) kas piesārņo



(Gaiss, troksnis, augsne) . Homeowners, ražotāji, mazumtirgotāji, get **JAUNKUNDZE R7** .

Valdība, kas ļauj šo piesārņojumu, ir aizstāts, get **JAUNKUNDZE R7** .



Ārpus Insekticīdi tiek izmantoti kultūrām, augļu dārziem, ..
Pārtikas cr ops, augļu dārzi, kas ir piesārņota nav derīgi cilvēku
vai dzīvnieku patēriņam. Pollu- ted kultūru, pārtika tiek dedzināti
ar sabiedrību (**Shire**) .

Tirdzniecības ražotāju **GNG JAUNKUNDZE R7** . Valdība, kas ļauj šo
piesārņojumu, ir aizstāts, get **JAUNKUNDZE R7** .

Inside Insekticīdi lietotu, uzbrūk nervu sistēmu. Tās
padara vēl nedzimušajam un jaundzimušo hiperaktīvs.
Insekticīdi kairināt cilvēku un mājdzīvnieku elpošanas
sistēmas. Neizmantojiet insekticīdus iekšpusi.



Militārās piesārņo gaisu ar transporta, sprāgstvielu,
A, N (Atomic, kodolenerģija) B (Bioloģisko) C (Ķīmiskā)
ieroči. Tie ir draudi cilvēku, dzīvnieku un nebeidzama augu
dažādība. Zinātnieki, kas rada šos ieročus tiek sodīti, **JAUNKUNDZE**
R7 . Ražotnes šo ieroču ir nojaukta, un nodedzināja Shire.

Īpašnieki, direktori, vadītāji, vadītājs no šīm iespējām saņemt, **JAUNKUNDZE**
R7 . Militāro, kas ir izmantojuši vai izmanto šos ieroču veidu tiek
sodīti, no ranga NCO augšu, **JAUNKUNDZE R7** . Valdība, kas ļauj
ražošanu un vai uzglabāšanu šo ieroču aizstāj un
kriminālvajāšana, **JAUNKUNDZE R7** .

Uguņošana ir galvenais piesārņotājs. Viņi kļūst biežāk lielāka
vairāk piesārņojošo. Depend- ing par laika apstākļu gaisa
piesārņojumu var lin- Ger diena s. Daļiņu piesārņojums nosēžas
uz ūdens piesārņo to. Padarot to par nepiemērotu dzert.

Uguņošanas beigas! Lāzera gaismas aizstāt tos.



Non-elpojošs Air Jums ir 4 minūtes, lai dzīvot!

Jebkura persona, organizācija vai valdība, kas noliedz elpojamā gaisa vai cēlonis un
sekas piesārņots gaiss. Ir jāsauc pie atbildības, get būrī,

JAUNKUNDZE R7 . Pieprasiet elpojamā gaisa tas ir 1 GOD dota labi!

ZERO TOLERANCE TO AIR PIESĀRŅOTĀJS !!!!!!!

Lai izdzīvotu cilvēka ķermeņa vajadzībām **dzeramā ūdens**



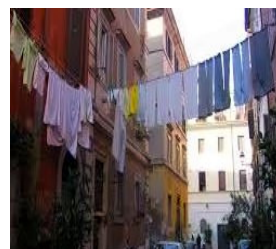
60 +% no mūsu ķermeņa sastāv no ūdens. Katrs elements mūsu organismā tas ir nepieciešams.

Ūdens ieeļļo mūsu locītavas, regulē mūsu ķermeņa temperatūru, un viļņi mūsu atkritumus ...



Condensed atmosfēras ūdens tvaiku veidā pilienu Zemes gravitācijas atvelk pilienu uz leju (**Krīt lietus**) uz virsmas. Lietus ir galvenais avots, svaigu ūdeni. Šo lietus ūdens tiek izmantots dzeršanai, gatavojot ēdienu, ēdiena gatavošanas, mazgāšanu, personīgo higiēnu, ...

Persona izmanto, lai varētu dzert lietus, izmantot to pārtikas sagatavošanai. Nav vairs, lietus ir piesārņots, neveselīgu, skāba, toksiskas slikti degustācija, slikti smaržo. **Veļas nedrīkst atstāt ārā lietū kļūt piesārņoti. Ne tikai tas izskatās netīrs, ir slikti smaržo, bet tas var kairināt ādu.**



Aukstā lietus iekrīt kā krusa, sniegs. Sniega uzkrājas uz augstu kalnos, Arktikas un Antarkīdas izveidošanas saldūdens rezervēm. **Sniegs ir balts,**



piesārņots sniega ir pelēka pat melnā krāsā. Black sniega ir atrodams Himalaju ledāji worldwide, Grenlande, Arktiku, Antarktika.

Kopienai izveidot saldūdens rezervuārus. Šie baloni paļauties uz lietus ūdens un kūstošā sniega, lai aizpildītu tos. **Sakarā ar piesārņojuma šie ūdeņi ir nepieciešama ārstēšana pirms cilvēku vai dzīvnieku patēriņam.**



Ūdenskrātuve būtu dziļi, nevis sekls. Deep ūdens ir dzesētāju, samazinot iztvaikošanu, aļģu augšanu īpaši indīgs tipa un kukaiņu invāziju. Ūdens sporta veidi ir aizliegts apstāties urinēšana, menstruācijas un pūing ūdenī. Ūdens transports (jet ski, motorlaivas, ...) piesārņot (Eļļa, benzīns, akumulatora skābe, ..) tās ir aizliegtas! Izņēmums: Park Ranger transportu.

Persona nevar paļauties uz sabiedrību darīt to labi. Nē ārstēšana, daļēju ārstēšana, nepareiza ārstēšana, izmaksu samazināšana, korupcija, kriminālo uzvedību, .. Home ārstēšana ūdens kļūst obligāta.

Home ārstēšana ūdens vides dēļ filtrāciju. Tā mērķis ir samazināt: arsēna, azbestu, hlors, hloroforms, karbonāts cietība, varš, neitroni, herbicīdi, smagie metāli, svina, pesticīdi, rūsas, ... Arī siltākā klimatā filtrēts ūdens ir vārīta, lai aizsargātu pret nāvējošu slimību (Micro organisms) .



Draudi svaigu ūdeni

Drīz pieprasījums saldūdeņos pārsniegs pieejamību svaigu ūdeni.



Piesārņots lietus var izraisīt krāsas mizu, korozijas tērauda konstrukciju (tilti) , Erozija akmens, vīte lapu un citu augu, ādas kairinājums, ..

Pārbaudiet 'elpojamā gaisa "un" Zaļā koncepcija "par padomu, kā saturēt piesārņojumu.

Apūdeņošana! Gruntsūdeņu izmantošana irigācijai noplicina pazemes rezervuārs ūdens ātrāk, nekā to var papildināt. Rezultātā žāvēšanas veselu ekosistēmu un radot deficītu saldūdens. Zemes ūdens apūdeņošanas gali. Nelegāla izmantojot gruntsūdeņi apūdeņošanas, ir noziegums, **JAUNKUNDZE R7** . Valdība ļauj Gruntsūdeņu apūdeņošanas, ir

aizstāt, kriminālvajāšana, **JAUNKUNDZE R7** .

Apūdeņošana, izmantojot saldūdens no strauta, upes, ezera, .. palēnina ūdens plūsmu. Tas veicina evaporat- jonu. Rezultātā sausumu! Šis apūdeņošanas veids izraisīja beidzas civilizācijām. Beigt apūdeņošanu.



Piesārņotajām ūdensceļiem (Creek, upe, ezers, ..) radīt deficītu saldūdens. Vētra ūdens piepildīta ar toksīniem, farmācijas, indes .. nelegāla izgāšana rūpniecisko atkritumu, toksīniem, indēm .. Piesārņojošo ūdensceļu galiem, piesārņotāji tiek sodīti, personām **JAUNKUNDZE R3** visi pārējie, **JAUNKUNDZE R7** .

Piemaksa saldūdens

Atsāļošanas izmanto daudz enerģijas, dārgu. Ieplūdes ūdens ir negatīva ietekme uz vidi, velkot lielu skaitu zivju, vēžveidīgo, to olām, .. sistēmā. Lielāki jūras radības ir noķerti pret ekrānu priekšā ieplūdes struktūru. Ķīmiskā apstrāde, korozija, radot siltu sālsūdeni, kas nonāk atpakaļ okeānā.



Atsāļošanas ir augsta bora saturs padarot zemākas ūdens kvalitāti. Šis ūdens, ko izmanto lauksaimniecībā, rančo un pārtikas ražošanas rezultātus ar augsta bora līmeņa diētu. Ilgstoša patērē augstu bora līmeni ir neveselīgs.

Pārstrādāto notekūdeņu, kanalizācijas iziet cauri primāro ārstēšanas izņemt cietvielas, barības vielas tiek noņemtas, filtri noņem lielāko baktērijas un vīrusus.

Ūdens tiek spiests caur membrānu, lai noņemtu molekulas. Tualetes uz krāna ir iespēja par pēdējo. Testi neatklāj visus veselības riskus.



minerālūdens (**Dārgs**) ir piemērots travel. Plastmasas ūdens pudeles

atbrīvojot ķīmiskas vielas, kas kļūst bīstami, ja uzsilst (**Saule, sildītājs**) . **Neizmantojiet plastmasas** konteineri pārtiku vai dzērienu. Nelietojiet IEGĀDE ēdienu vai dzērienu plastmasas traukos. **Stikls (Svinu)** pudeles, ieteicams konteineri. **Neizmantojiet plastmasas salmiņi vai galda** piederumiem. **Neizmantojiet plastmasas konteineri, lai pagatavotu vai kalpot ēdienu.**

Aromatizēts dzeramais ūdens

Par šķirni dzeramo ūdeni var piegaršu. Daži aromatizētājs ir un- veselīgi tas ir jāizvairās. **Aromatizēts** ūdens var pasniegt aukstu vai karstu.

piemērots aromatizēti dzērieni: Liellopu ekstrakts, vistas ekstrakts, kakao, tēja, kafija, augļi, garšaugi, garšvielas, dārzeņu.



neveselīgs aromatizēti dzērieni un pievienot ons: **Alkohols, Mākslīgais krāsu, mākslīgu** aromatizētāju, dabīgie un mākslīgie saldinātāju Gāzēts, Cola, sirsnīga, enerģijas dzēriens, limonāde, bezkofeīna kafija, augļu sulas, konservantus, nātrija ..



Dzeramais ūdens ir labākais



Ikdienas rutīna: Piecelties, ir 0.2l glāzi viegli atdzesētu, filtrētu ūdeni. Pirms katras ēdienreizes (**Brokastis, Early Day** uzkodas, **Pusdienas, vēlu diena** uzkodas, **vakariņas**) ir 0.2l glāzi viegli atdzesētu, filtrētu ūdeni. Dzeramo stikls (**Ne plastmasas**) piepilda ar 0.2l filtrētu ūdeni katrā naktsгалdiņa. Drink naktī katru reizi pēc tam, kad apmeklēja tualeti un kad kam sausā kakls, dzēriens atpūtas ceļoties no rīta.

No-šķidrums ieplūdes. Jums ir 4 dienas, lai dzīvot!

Jebkura persona, organizācija, valdība, kas liedz dzeramo ūdeni vai cēlonis un sekas piesārņots ūdens. **Atskaitās, JAUNKUNDZE R7**

Pieprasījums dzeramo ūdeni tā ir 1 GOD dota labi!

piemērots aromatizēti dzērieni:

kafija debesu stimulējot dzēriens



Kafijas brūvēts dzēriens gatavots no grauzdētām sēklām coffeeplants.

Kafija ir izgatavots no žāvētas, grauzdētas, sēklas kafijas koka, audzē karstā, mitrā klimatā pa ekvatoru. Ir 2 šķirnes: **Robusta pupiņas ir spēcīga garša un pilna ķermeņa.** Arabica pupiņas aug augstākā augstumā, ir gludāka garšu un vairāk aromātiskās īpašības.

Kad paņēma, žāvēti, kafijas pupiņas tiek grauzdētas aptuveni 200 ° C. Tas ļauj cukuri pupu lai caramelize un aromāts kafijas attīstīties. **Jo ilgāk pupiņas tiek grauzdētas, vai augstāks temp- erature, jo tumšāka cepetis būs un pilnīgāku garšu, kopumā gaismas cepeši ir asāka, daudz skābu garšu, bet tumšākas cepeši ir dziļāka, bagātāku garšu.** Tumša cepetis ne vienmēr ir "spēcīgāka." Par tasi kafijas stiprums ir atkarīgs no tā, cik daudz ūdens ir pievienots, bet kafija tiek pagatavota.



Kā padarīt tasi kafijas?

Kā iegūt vislabāko no jūsu mīļākie tasi kafijas.

1) Garšīgu kafiju sākas ar garšīgu ūdeni. Ja filtrēts ūdens nav pieejams, izmantojiet aukstu ūdeni no krāna. **Ļaujiet tai darboties dažas sekundes, lai vēdinātu pirms pievienojot to tējkannu.**

2) Ļaujiet ūdens atrauties vārīties (**80 ° C**) Pirms lejoj to uz kafiju (**Instant vai pilēšanas filtru**) granulas. **Verdošu ūdeni scorches granulas un ietekme ir uz garšu.**

3) Lietojot pienu (**nav ieteicams**) , pievienojiet to tasi pēc ūdens. Ja piens tiek pievienots 1st, kafija nevar saplūst kā labi. **Karstā ūdens var applaucēt pienu, mainot garšu.**

Piezīme! saldinātāji (Cukurs vai mākslīgais) pazudina kafiju!

Bez kofeīna nav kafija, bet veselības risks.

Izmanto tikai non Piena baltināšanas.

preparāti:

Alus,

Instant,

Drip-Filter Coffee; espresso (Mašīna)



Decaffeinated Coffee Veselības riska!

Kofeīna atdalīšana izmanto šķīdinātājus.

Šķīdinātāja atliekas bieži izjaukt kuņģa.

Logic! Kafija bez kofeīna uzvar nolūkos dzeru kafiju.

Nelietojiet kafijas Pods Vides risku!

Kafijas Pods visi 1 miljards ir vides katastrofa. Tie nav bioloģiski noārdās. Tie netiek pārstrādāti. **STOP! Ražošanas! sauktu pie atbildības,**

JAUNKUNDZE R7 . STOP! Izmantojot tos! Shun un kauns!



Piezīme! Visi 1 off vienreizlietojamiem izstrādājumiem ir cēlonis pārāk daudz atkritumu. Viņu produkcija 'Beidzas! pārkāpumi, **JAUNKUNDZE R7 .**

Shun, kauns cilvēki, kas izmanto 1 pie vienreizlietojamiem izstrādājumiem!

Kā dzert kafiju?

Lai iegūtu vislabāko garšu, garša ļaujiet tai atdzist nedaudz, nekā uzņemties pārmērīgu slurps nevis dzer. Big slurps kafijas izlaišanas vairāk aromātu. Smarža un garša to, debesu. **Ir vērtīgi kafija ar pienu:**

espresso ir koncentrēts dzēriens brūvēts liekot karsto ūdeni zem spiediena, izmantojot smalki samaltu kafiju. Salīdzinot ar citām kafija ražošanas metodes, espresso ir biezāku konsistenci, augstākā koncentrācijā izšķīdušo cietvielu un putas. Espresso ir pamats citiem dzērieniem: Cappuccino, Latte, Macchiato, Mocha, Americano, Gringo, Duo-shot, Lava un Mote. **Pasniedz ar smaidu.**

Cappuccino: Sagatavojot tekstūru, temperatūra pienam ir svarīgākais solis. Piens tvaicēti Add- ing ļoti Nelieli gaisa burbuļi piešķirot tai samtainu tekstūru (Putas) . Shot espresso tiek likts tasē, karstais uzputots piens tiek pievienots, papildināta ar 2cm biezu putu, pabeigts ar apkaisa ar zemes kanēli.



Latte: uzsildīt pienu nē pagatavojat. Shot espresso tiek likts tasē. Karstam pienam pievieno, papildināta ar apkaisa ar neapstrādātu kakao.



Shot Macchiato: uzsildīt pienu nē pagatavojat. Piepildiet tasi 2/3 ar pienu. Pievienot shot espresso. Tops ar piparmētru lapu.



Mocha: padarīt neapstrādātu karstu kakao. Fill kauss 1/2 ar karstu kakao. Pievienot shot espresso. Pielejiet pienu un piena putas. Pievienot apkaisīt neapstrādāta kakao.



lava: 1. shot espre- SSO. Pievienot NIP ir galvenā uzmanība trated mandarīnu sulas. Pievienot shot karstā neapstrādāta kakao
Tops ar karstu uzputots pienu.
Pievienot apkaisīt zemes kanēli.



Mote: Piepildiet tasi 1/2 ar karstu piparmētru tēju.
Pievienot shot espresso.
Tops ar karstu uzputots pienu. Finish ar apkaisa ar zemes kanēli.



Gringo: Piepildiet tasi 1/2 ar karstu ūdeni. Pievieno 2 šāvienu espresso. Uz augšu apkaisīt muskatniekstu.

Americano: Shot espresso tiek likts tasē.

Karstais ūdens tiek pievienots.



Duo-shot: Pievieno 2 šāvienu espresso. Tad karstā ūdens.

kakao debesu stimulējot dzēriens



Kakao koki aug karstā, lietus tropu apgabalos. Tas ir augļi ir Pods. Iekšpusē pod ir sēklas (pupiņas) . Kakao pupiņas tiek pārvērsta kakao sviestu un pulveri.



Gatavošanās karstu kakao:

1 ēdamkarote kakao pulveris,

1 tase: soy šķidrums, kazas piena vai citu bez piena piens. 1 tējkarote vaniļas ekstrakts, Dash kanēļa, Dash muskatnieksta.

Apvienot sastāvdaļas tādā vidējā katlā un siltu uz vidējas zemu siltumu, jaukšanai līdz putojošs un karsts.

tēja debesu stimulējot dzēriens



Camellia mūžzaļš augs. Tas ir lapas palielinājies un apstrādāti sniežat mums tēja. Pamata Tējas ir melnā vai zaļā krāsā. Tie var būt arī aromatizēti vai sented.



Turētājbanka Guardian tēja sagatavošana: vieta brīvs apstrādātos tējas lapas uz tējas infuser. Put infuser uz stikla tasīti. Vāra ūdeni, apturēt vārīties, kad burbuļošana pieturas (80 ° C) ieļej stikla tasīti. Izbaudi !

(A) Tāpat kā mutuļoja apstājas pārlej melno tēju.

Pēc 1 minūtes maisīt infuser 3 reizes. Pēc vēl minūti Noņem. Dzert, vai pievienot jebkuru citrusaugļu sulas garšu, vai ļaut tam atdzist, chill un dzēriens. Brīdinājuma nepiesārņo ar saldinātāji, baltināšanas (Mākslīga un vai dabas) .



(B) 10 sekundes pēc burbuļošana pieturām pārlej zaļo tēju. Samaisa infuser 3 reizes. Pēc 1 minūtes Noņem. Dzert, vai pievienot jebkuru stonefruit sulas garšu, vai ļaut tam atdzist, chill un dzēriens.

Brīdinājuma nepiesārņo ar saldinātāji, baltināšanas (Mākslīga un vai dabas) .



Zāļu sēklu tēja sagatavošana, vieta brīvs nospiepts sēklas uz infuser. Put infuser uz stikla tasīti. Vāra ūdeni, pārtraukt vārīties. Tāpat kā



mutuļoja pieturu pārlej pāri sēklas. Pēc 1 minūtes maisīt infuser 3 reizes. Pēc vēl 7 minūtes noņemt.

Dzert, vai ļaut tam atdzist, vēsums un dzērienus. Brīdinājuma nepiesārņo ar saldinātāji, baltināšanas (Mākslīga un vai dabas) .

Augu lapas tēju sagatavošana. Tāds pats kā zaļā tēja.



Zāļu saknes tēja sagatavošana, chop saknes. Sagatavot tāpat kā melnā tēja.

Izmantojot mikroviļņu krāsns, kad alus tējas maisiņš izceļ garšas.

Noņemt atzīmi no teabag Pārliecinieties, metāla skavām tiek noņemts. Lielākā daļa papīra birkas izmantot lētus tinte, nokrāsotās ūdeni, traucēt garšu.

Put karstu ūdeni tējas tase > pievieno savu izvēli tējas maisiņš > kurināt mikroviļņu krāsnī uz 30 sekundēm pusi jaudas (400-500 vati) > Ļaujiet tai brūvēt mikroviļņu minūti > ņemt to ārā > Izbaudi!

Dzeramais ūdens ir labākais (var piegaršu)



Filtrēts ūdens labas veselības !!!

Lai izdzīvotu ar cilvēka ķermeņa vajadzībām ēdams pārtikas

Daļa no ikdienas rutīnas ēd. Cik veselīgi mēs esam un cik ilgi mēs dzīvojam. Ir daudz ko darīt ar mūsu ēšanas ieradumu. Nē pārtikas jūs nomirt badā!

Feed 5 reizes dienā:

"Brokastis, ietver Water, garšaugus, garšvielas, medus, kafija, ..

Early Day-uzkodas, ietver ūdens, augļi, garšaugi, tējas, ..

Pusdienas, ietver Water, salāti, olas, kafija, ..

Vēlu Dienas uzkodas, ietver Water, rieksti, ogas, garšvielas, kakao, ..

Vakariņas ". ietver Water, vakariņas tēmu, tēja vai kafija .. dārzeņi.

7 Foods, kas būtu ēst katru dienu: Sēnes (Sēņu) , graudi (Auzas, mieži, lēcas, kukurūza, prosa, quinoa, rīsi, rudzi, sorgo, kvieši) , Hot

Čilli, sīpoli (Brūns, zaļš, sarkans, pavasaris, maurloki, ķiploki, puravi) , Pars- Ley, Sweet Capsicum, dārzeņi (Spargēļi, pupas, brokoļi, ziedkāposti, burkāni, zirņi, kāposti, ..)



Katru nedēļu dienu ir nepieciešams, lai būtu vakariņas tēmu: piemēram, **Diena 1: dārzeņi**

2. diena: mājputni **3. diena: zīdītājs** **Nedēļas vidus: reptilis** **Diena 5: jūras veltes**

Weekend: Rieksti un sēklas **Jautra diena: Kukaiņi**

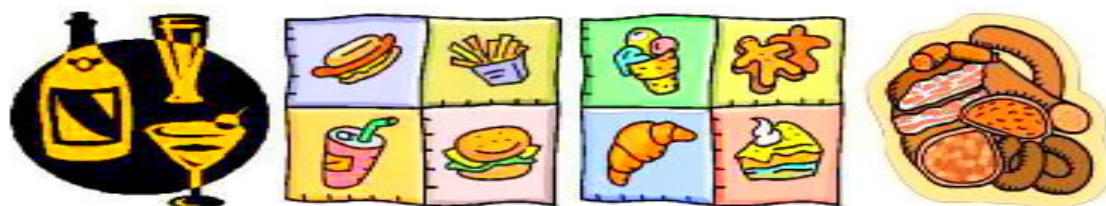
DietNo Nē " s: Mākslīgie sweetners, Rūpniecības, pārtikas, Genetic modificēta pārtika, pievienotās fruktozes.



fruktoze galvenais cēlonis diabēta, aptaukošanās (**Trāns cilvēki**) . Tas ir slikti, vai tas nāk ar cukuru vai augļu. Pievienojot Fruktoze pro-, apstrādi ar dzērienu vai pārtikas laikā ir veselības apdraudējums. Apstrādi, izplatīšanu, pārdošanu šāda veida dzērienu vai ēdienu, ir kriminālās uzvedības tas izpaužas: **JAUNKUNDZE**

R6 . Izņēmums: Neapstrādāti, ogas, augļi, medus, dārzeņi.

Say Nē, lai: **Jebkas, kas satur: Fruktoze, glikoze, Cukurs; Cepumi, kūkas, Brokastis-Graudaugu, šokolādes, augļu sulas, saldējums, sulu, ievārījumu, Kečups, limonādes (Cola, enerģētika, ..) Marmelāde, Musli-bāri, mērces, vīna ...**



Izgatavots ēdināšanas ir pārāk sāļš ir pārāk daudz konservantus, bieži vien ir pārāk taukaina un tai pievienotā cukura padarot to nederīgu patēriņam cilvēkiem, mājdzīvniekiem un lopiem. **Ražota** ir **causeof** augsts asinsspiediens, **clogging** artērijas un **aptaukošanās** (**Trāns cilvēki**) . **Apstrādi**, izplatīšanu, pārdošanu un ražoto pārtiku, ir kriminālās uzvedības nepieciešams saukt pie atbildības. **JAUNKUNDZE R6**

Say **Nē** uz: Piena piens, piena siers, Ātrā ēdināšana, šķiņķis, hamburgeri, salami, ...

ražoti: Maize, gaļa; Pica, Desas,

Apstrādāta: Augļu, Zupas, dārzeņi ...



GM Food ir tas, ko cilvēki patiesībā patērē. Tas viss sākas kā ģenētisko modificētus (**Inženierijas**) sēkla (**GM Crop**) . **GM Crop** jo plūsmas

- par efektu maina visā pārtikas ķēdē. C reating mutācijas, kas rada jaunas slimības, dzīvību apdraudošas Global mocībām visās Pārtikas ķēdes dalībniekiem! **Skaitā cilvēkiem!** Cilvēki kļūs slimi, mirst jaunāki, vairāk deformēties, vairāk slimo bērnu piedzimšana, vairāk spontāno abortu ... Mainīsies cilvēka DNS.

GM Food izdzīvošanas draudi: Lucernas, bērnu pārtika, speķis, maize, kukurūza, brokastis graudaugu, rapšu, olas, šķiņķis, margarīns, gaļas, kartupeļu, papaija, zirņi, mājputnu gaļa, rīsi, desas, sojas, tomāti, kvieši, cukini, ...

pieprasījums No sabiedrības īstiem pārtiku. **NĒ** : **Alkohols**, ģenētiskā modifikācija, **Herbicīdi**, **Insectisides**, **Ražota**, pievienots sāls, pievieno saldinātāji (mākslīga vai dabiska), ...

Jebkura persona, organizācija, valdība, kas liedz ēdamais ēdienu vai cēlonis un sekas piesārņotas pārtikas (**GM**) . **Atskaitās, JAUNKUNDZE R7**

Pieprasījums ēdamais ēdienu tā ir **1 GOD** dota labi!



10.2.7. Blubber diena
C-GKalendar Fun Day Tēmas

12.1.7. Laba veselība diena
C-GKalendar Fun Day Tēmas

Nav pietiekami daudz pārtikas jūs saņemsiet slims!

Nē pārtikas jūs nomirt badā!

Lai izdzīvotu ar cilvēka ķermeņa vajadzībām **Gulēt**

1/3 no ikdienā tiek pavadīts guļus, daļu tas ietver guļ.



Miegs ir nepieciešams izdzīvošanai cilvēka-ķermenī. 7 stundas vajadzētu darīt. Miega trūkums noved līdz nāvei, bet tikai pēc tam, kad ir ļoti sāpīgu tranzītā caur depresijas un uzliesmojumi ārpriekš.

Lai iegūtu mierīgu atdzīvināšanas miegu gulta telpai jābūt pēc iespējas tumšākai. Ja netiks veiktas iekšējās un ārējās troksni ir obligāta. Shire ieviest nakts komandanta stundu.

Piezīme! Tas ir normāli, ja 2 pārģuļot ar pārtraukumu, starp. 1. miegs ir apmēram 3,5 stundas ar līdz pat 1,5 stundu pārtraukumu, kam seko 3,5 stundu miegu.



1,5 stundas miega pārtraukuma laikā. Cilvēki piecelties, iet tualeti, ... Pirms atrodas atpakaļ uz leju darīt nakts vingrinājumus un glāzi ūdens.

Tie, kas nav piecelties, lūdzieties, lasīt, rakstīt, pāri tērēšanu, mate (Miega pārtraukuma laikā cilvēki vairāk atviegloji labāk ieņemt bērnu) ...

NAKTS - TIME vingrinājumi

Tas ir normāli, ja 2 pārģuļot ar pārtraukumu, starp. Ja jūs piecelties (Piemēram, lai dotos uz tualeti) , Atgriežoties sēdēt uz gultas malas, dzert ūdeni. Vai šādus vingrinājumus (Visi vingrinājumi tiek veikta sēžot uz gultas malas ceļgaliem plecu tālu viena no otras) . Katru reizi, kad jūs piecelties darīt citu uzdevumu.

1. Uzdevums: Vieta plaukstas * no rokām pret ārpus ceļiem. Preses rokas ievadošo un ceļgaliem uz āru, turiet 7 sekundes (Jūtat spriedzi rokām, kājām, plecu) . Relax, veikt elpu, ne atkārtot, iemalkot ūdeni, apgulties, gulēt labi. * variācija izmantot dūres .

2. Izmantot: Veiciet dūres * novietot tos pret iekšpusē jūsu ceļgaliem. Preses dūrēm uz āru un ceļgaliem iekšu turēt 7 sekundes (Jūs jūtaties spriedzi rokas, kājas un vēderu) . Relax, veikt elpu, ne atkārtot, iemalkot ūdeni, apgulties, gulēt labi. * variācija izmantošanas dzīvoklis Palms .

3. Uzdevums: saliekt rokas (90%) krūšu līmenī, savukārt kreisās puses Up nodaļās liekšanas pirkstiem, pagrieziet labo roku uz leju locīšana pirkstiem.

Interlock pirksti saspringts. Tagad velciet rokas pretējā virzienā, turiet 7 sekundes (Jūs jūtaties spriedzi pirkstiem, rokas, krūtis) . Relax, veikt elpu, ne atkārt, iemalkot ūdeni, apgulties, gulēt labi.

3. Uzdevums: saliekt rokas (90%) krūšu līmenī, savukārt kreisās puses Up nodaļās liekšanas pirkstiem, pagrieziet labo roku uz leju locīšana pirkstiem. Interlock pirksti saspringts. Tagad velciet rokas pretējā virzienā, turiet 7 sekundes (Jūs jūtaties spriedzi pirkstiem, rokas, krūtis) . Relax, veikt elpu, ne atkārt, iemalkot ūdeni, apgulties, gulēt labi.

4. Izmantot: saliekt rokas (90%) krūšu līmenī pagrieziena pa kreisi roku paaugstinājuma nodaļās, nogriezieties pa labi roku dūrē. Vieta dūri uz rokām un nospiediet uz leju, tajā pašā laikā preses atvērtas rokas uz augšu, turiet 7 sekundes. Reverse, turiet 7 sekundes (Jūs jūtaties spriedzi rokās, rokas, kakls, krūtis) . Relax, elpu un malkot ūdens, apgulties, gulēt labi. Nav atkārtojas.

Cilvēki ar saspringta muguras pievienot šo vingrinājumu ar katru uzdevumu: Novietojiet rokas klēpī. Atlieciet atpakaļ galvu līkums toreiz rock priekšu, nezaudējot kontaktu ar ceļgaliem (Jūs jūtaties spriedzi rokām, muguras, vēdera) . Relax, elpu, 7repeats, iemalkot ūdeni, apgulties, gulēt labi.

Piezīme! Cilvēki, kuri sēž daudz laikā dienu laikā. Vai darīt 1 no visīpašākā laika mācībās, rotācijas kārtībā ik pēc 2 stundām.

Tā ir jūsu ķermenis! Paturiet to Fit!

Ir priekšnoteikumi pirms gulēt gulēt.

Tas būtu tumšs, tas būtu nakts. Lai iegūtu mierīgu atdzīvināšanas gulēt gulāmistabā jābūt pēc iespējas tumšākai. Ja netiks veiktas iekšējās un ārējās troksni, ir jābūt "Shire" jāievieš 'nakts komandanta stundu ".

1 stunda būtu pagājis kopš pēdējās plūsmā. Tirīt zobus un nomazgāt visu ķermeni pirms gulētiešanas. Pielūgsme "Miega Lūgšana".

1 Dievs gaida dzirdēt no jums!

Gulēt lūgšana

dārgs 1 GOD , Radītājs skaistākajām Universe aizsargāt mani, kad es esmu visvairāk neaizsargātas Protect mani no problemātiskās un jaunas domas

Ļaujiet man būt mierīgs, ārstnieciskās un atdzīvinot miega
neļaujiet jāuztraucas pārtraukt mani sapņi un miegs Ļaujiet man
tikai atcerēties saldus sapņus godam **1GOD** un labu Cilvēces



Šī lūgšana tiek izmantota pirms došanās gulēt!



Vai dzeramā stikls (**Ne plastmasas**) piepilda ar 0.2l filtrētu ūdeni
(**Nekas pievienots**) uz katra naktsгалdiņa. Katru vakaru pirms gulētiešanas likt stiklu
naktsгалdiņa. **Piezīme!** Drink nakti katru reizi pēc tam, kad apmeklēja tualeti un kad
kam sausā kakls, dzēriens atpūtas ceļoties no rīta.

Ir 1 Goldtone stikla trauks (**1 tikai dubultspēlēs**) satur augu izdomājums (**Aromāts
Therapie**) uz loga pusē naktsгалdiņa !

No rīta pēc 7 stundām miega:

Piecelties, glāzi filtrētu ūdeni, iet tualetē, do "Daily-Fit (**Exerci- ses**) "Dievkalpojumu" Daily
Lūgšana ", mazgāt seju, rokas, ir brokastis, get dressed. Pārbaudiet savu 'plānotāju ".
Tagad jūsu gatavs dzīves pieredzi.
Dodoties ārā valkāt, aizsargapģērbus un galvu, acs un kājām aizsardzība.

Ieturēšana miegs ir spīdzināšana! Spīdzināšana kā nopratināšanas instruments nav pieņemams. Spīdzinātāji
ir atbildīgi: **JAUNKUNDZE R7**

Pieprasījuma trūkums ārējo troksni nakti (**Nakts komandantstunda**) ! Tā ir kopiena taisnība! **Turētājbanka
Guardian** lietošana: **CGNAs BS-1 (Gultas standarts) !**

NAKTS - vakara zvans

Cilvēka ķermenis nav paredzēts nakts. Cilvēki ļaunprātīgi savu smadzeņu spēku radīt
nakts dzīvesveidu. Šis dzīvesveids nav izdevīga labu veselību. **Nakts komandantstunda** ir
nepieciešama labai veselībai.

A 7 stundas Nakts komandantstunda no 14-21 stundām (**22- 6 stundas, 24 stundu Pagan- clock**) ir
obligāta. Par labu veselību, samazinot enerģijas pakalpojumu apjoma, samazinot piesārņojumu,
aizsargātu savvaļas dzīvniekiem. Samazināšanās noziedzību, samazinot izmaksas valdībai, veicinot
pavairošanu.

neviens darbi (**Viss ir slēgts**) atskaitāmās minimālo avārijas personiski. Nav enerģija ir jāizmanto, izņemot ārkārtas vai apkurei! 1 sabiedriskā ziņu radiostacija ir atļauts viss, citas izklaides ir izslēgti! Nē ražošana, biroja vai mazumtirgotājs ir darboties vai izmantot enerģiju!

Mājas var izmantot apkure (**Kleita silts**) , dzesēšanas (**Kleita gaisma**) galējā laika.



Nakts komandantstunda jābūt obligāti. Lai arī ir cilvēka ķermeņa un vietējo Habitat. Shire īsteno nakts vakara zvans caur Shire rehabilitācijas **JAUNKUNDZE R1** Recidīvi tiek nodota Provinces rehabilitācijas **JAUNKUNDZE R3**

Nakts vakara zvans uz **SAVEPLANETEARTH !!**

KLIMATA AIZSARDZĪBA par izdzīvošanu.

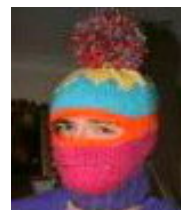
ir nepieciešama klimata aizsardzība, lai aizsargātu cilvēka ķermeni, dzīvnieki, mājdzīvnieki, pārtikas production. Klimata aizsardzība: aizsargājošu pieejamu apģērbu un higiēniski pieejamu drošs patvērums!

Aizsargājošs apģērbs ir nepieciešams, lai aizsargātu cilvēka ķermeni no klimata, slimību un piesārņojums. Aizsargapģērbs jābūt kom- fortable, noderīga (**Aizsargā pret ekstrēmiem laika apstākļiem**) un pieejamu.

Aizsargapģērbs sastāv no galvas vāka, apģērbs, zeķes, apavus!

vadītājs aizsardzība sastāv no Balaclava, beanie, K-šalli, acu aizsardzība, ķivere. Balaclava (**Beanie**) , K-šalle es s trikotāžas no vilnas vai kokvilnas, vilnas (**Ne sintētiska šķiedra**) sajauc. Var būt jebkura krāsa vai raksts.

Acu aizsardzības un ķivere dot UV aizsardzību. The



aizsargstikls ir liektās uz sāniem, un taisni uz augšu un uz leju, nepīstoša, hig- hly skrāpējumiem izturīgs, bloki UV starus, nevis miglošanas augšu, atspulgu regulēšanas

(Tumšāku / šķiltavas, šķiltavas / tumšāku) . Ķivere ir ādas atpakaļ kakla aizsargs.
Acu un galvas aizsardzība vienmēr nēsā ārpusē.

Aizsargājošs apģērbs ir nepieciešams, lai aizsargātu cilvēka ķermeni no klimata, slimību un piesārņojums. Galvenie ķermeņa daļas ir pārklāti ar aizsargājošu apģērbu ir ādas un kājas. Aizsargapģērbs vienmēr ir nolietoti ārā.

Aizsargājošs apģērbs : Tērps **(Ar kapuci)** vai 2-piece izgatavotas no linu, kokvilnas, vilnas, vai maisījums no kokvilnas / vilnas **(nav sintētiskās šķiedras)** jebkura krāsa / modelis. Nu jābūt t-kreklu kaklu, uzpūsti * rokas un kājas aizveras pie plaukstu un potītes **(Pierādījums projekts)** . * Uzpūsti rokas un kājas ļauj elkoņa / ceļa locītavas brīvi pārvietoties arī gaisa iekšpusē rada klimata kontrole ādu un ķermeni.

Apģērbs ir izgatavots no dabīgām šķiedrām: dzīvnieku ādām, augu šķiedras, zīda, kokvilnas vai vilnas. **Mākslīgās šķiedras netiek izmantotas apģērbu pieskaras cilvēka ādu. Ražošana no mākslīgām šķiedrām apģērbam galiem.**



Aizsargapģērbs ir ērti, ilgstošu, praktiski, pieejamu **moderns (Dizainers etiķete)** aizsargtērpu pārspīlēta, īss termiņš, nepieļaujami .. Nav pieņemams!

Pēdas ir nepieciešama aizsardzība no klimata un sitieniem. Ādas, pirksti un potītēm ir risks. Kāju aizsardzība sastāv no zeķes un zābaki. Vienmēr valkā pēdu aizsardzību, kad venturing ārpus.

Zeķes ir izgatavotas no kokvilnas, vilnas, sajaukums kokvilnas un vilnas **(Nav sintētika)** jebkura krāsa jebkurš modelis. **Zeķes jāietver kājas līdz 7cm virs potītēm.**

Zābaki ir augšējā aizsargājošu ādas, iekšējo mīksta āda **(Nav sintētika)** zolēm ādas vai gumijas. Zābaki aizsargāt kājām līdz 7cm virs potītēm. **Sintētiskā apavi sasilst kājas vārot tos. Jūs nevarat staigāt.**



Roku aizsardzība (**cimdi**) tiek lietoti, cik nepieciešams! Cimdi ir izgatavoti no ādas, kokvilnas, vilnas, sajaukums kokvilnas un vilnas (**Nav sintētika**) jebkura krāsa jebkurš modelis.



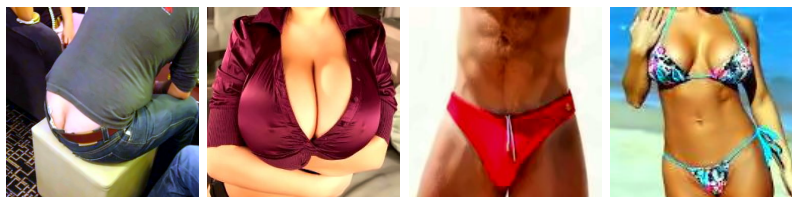
Shun:

Dizainers etiķeti ir elitāra daļa no pārpilnības aparteīda. Dizainers etiķeti, ir pārspīlēta. Sagatavojis vergu darbu. Radīts augstprātīga pārticīgi snub- Bing cīnās trūkumcietējiem un sliktā. Izvairīties cilvēkus, kas valkā tos.



Dizainers etiķeti! Cilvēki, kuri kur Dizainers etiķeti!
Mazumtirgotājs, kas pārdod Designer etiķeti! Overpriced protec
tīvu apģērbu! Nepieļaujami modes aizsargapģērbu!
Aizsargapģērbs izgatavotas no artificial- šķiedras! **Kauns, Shun** cilvēki
dzeltenais bezpajumtniekiem Viņiem maksāt, lai apģērbs izskatās
izskalo, ir mērķtiecīgi ripped un caurumi, kas tiem.

Nepieņemama
slikts dress code:



Ļaujiet slikts cilvēki zina, ka viņi ir slikti.

Izvairīties sintētisko apģērbu, apavus. End ražošanu sintētisko apģērbu, apavus. **Nelegālie sintētika producers Get, JAUNKUNDZE R6 .**



Aizsargājiēt savu ķermeņa izmantošanu aizsargājošu apģērbu ārpus!

Cilvēkiem ir **1 GOD** dota tiesības **hygienicaffordablesecure patversme (Hass) ! Valdība** ir pienākums sniegt savu iedzīvotāju ar higiēnisku pieejamu drošu patvērumu! **Shelter piegādā ' Shire "** (**Pašvaldība**) . Daļa no Shire-plānošanā. **MĀJAS !!**

Par Shire piegādāt higiēnas pieejamu drošu pajumti visiem Freehold Zeme un iekšzemes patversme (**Privātīpašums**) tiek pārnesti uz to. Em- Pty nodots īpašums ir piepildīts ar bezpajumtniekiem un ģimenēm par gaidīšanas sarakstu. Multi-guļamistabu mājas ar tikai 1 okupants nepieciešamību veikt citu okupantiem. Tas ir nepieņemami antisociāla uzvedība 1

persona, kurai ir vairāk nekā 1 guļamistaba.



Visi "Hass" ir noma izmitināšanu. Galu galā iedomība ornamen- tal dārzs, brīvi stāvoša mājas aizstāj kopienas cluster- mājokļiem. Klasteru noma izmitināšana tiek nodrošināta ar "Shire".

Viss klastera naktsmītnes ir 3 līmeņi īrnieki + 1 līmeņa siltumnīcā
Ground Level, līmenis 1, 2. līmenis, siltumnīca dārzs (Īrnieki var audzēt augus) . Cluster izmitināšanas sastāv no vienas vienības (1 numurs) , pāris vienības (2 istabas) , ģimenes vienības (3 istabas ..) . Obligātie vadlīnijām (Ģimenes statuss, vecums) jāpiemēro.

Visi "Hass" ir noma izmitināšanu. Weekly īre ir 14% no bruto nedēļas ienākumiem īrniekam. Vairāki īrniekiem īres maksa ir 14% no kopīgā nedēļas bruto ienākumiem īrniekiem. Piemēram, \$ 100 nedēļas bruto ienākumi, iznomāt \$ 14. \$ 1000 bruto nedēļas ienākumi, iznomāt \$ 140.

grāfiste piegādā elektroenerģiju, ūdeni ar ikdienas minimumu (Bezmaksas) / (Tad pay) maksimālais nogriežņa izmantošanu. Shire arī sniedz sabiedrības veļas mazgātava, apkopi, atpūta, atkritumus, kanalizācijas noņemšanu.

Viena īrniekam ir tiesības uz 1 istabas dzīvi sabiedrībā. Pēc vecuma 63 trans- Līdztiesība pienācis pensionēšanās naktsmītnes (obligāts) . Vienvietīgs 1 istaba TEN skudru izmanto uz pašu līmeņa sabiedrības tualetes / dušas objekta. Uz zemes līmenī veļas / pirts.

pāris (1 HE, 1 SHE) īrnieki ir 2 istabas: dzīvojamā / miega / virtuve, tualete / duša. Akciju veļas / pirts zemes līmenī.

Kustēties (obligāts) ar ģimeni, kad bērni ierodas. Pāris kļūst vienvietīgi, pārskaitījumus (obligāts) uz vienu vienību.

Ģimene īrnieki ir 2 istabas (Dzīvojamā / miega / virtuve, tualete / duša) . Akciju veļas / pirts pie apakšējā līmenī + 1 istaba katrā 2 bērniem. Pēc pēdējās bērns pārceļas (Pēc vecuma 18 obligāts) . Pāris pārskaitījums (obligāts) uz pāris dzīvo.

Klastera mājas ļaut mazs: akvārijs, terārijiem, maziem suņiem. Neļaujiet Kaķi, kukaiņi, mājdzīvniekus, jebko, kas ir lielāks nekā mazs suns, ne audzēšanā. Radības, kas apdraud ģimeņu un dzīvotnes.



Piezīme! Ģimeņi ar garīgo, fizisko, seksuālo invaliditāti, dzīvo īpašās patversmēs ar provinces valdība sniedz.

Shire komunālo klastera apvalks atbilst visām cilvēku vajadzībām! Vieta, kur sākt, un augt ģimeni.

Atbalsta Komunālais klastera mājokļiem. Tavas mājas!
YourCommunity!

LABA HYGIENE labas veselības.

Labas higiēnas sākas ar to tīru un kārtīgu. Tīra un kārtīga sākas ar personīgo izskatu, attiecas uz mājām, studiju un darba. Tīra un kārtīga attiecas arī uz domāšanu un argumentāciju.



A 'Ikdiens' ietver tīrību. pēc katras tualetes apmeklējuma un pirms katra barības nomazgājiet rokas. Mazgāt seju pirms katras barības. Tīrīt zobus un nomazgāt visu ķermeni pirms gulētiešanas. HE skuj vismaz divas reizes nedēļā. Mazgāt matus reizi nedēļā. Turētājbanka Guardian apmeklēt pulcēšanās tīru (Matēts zobi, neķemmētas matu, visa ķermeņa mazgā), Shaved sejas apmatojuma (HE), Valkā tīru, glīts gear (no galvas līdz kājām).

Pēc piecelšanās no rīta katru ģimenes fiziski spēj locekli padarīt savu gultu. Vecāki bērniem mācīt kā. rīta higiēnu pabeigšana. Ir pienācis laiks, lai saņemtu dressed, liekot par izklāstīti sagatavoti (Vakarā pirms) rīku plānoto valkāt personu. Katru breakfast glabāšanas konteineris ir jāiztīra pirms uzpildi un marķēts

(Satars, iepildīšanas datums). Pēc breakfast tīru ēšanas jomā. Atgriezties konteineru uzglabāšanu. Dirty konteineri, trauki tiek likti izlietnē. Persona ir gatava uzsākt savu DAILY darbus (Mājas, skola, darbs, brīvprātīgais darbs).

Visiem konteineri ir satura etiķeti. Pārtikas konteineri ir arī pildīšanas datumu. Glabāt konteinerus kārtīgi un droši. **bīstams (Inde, toksīns) konteineri tiek droši saglabāti (Bēnu un nekompetents pierādījums) .**



Neatstājiet neizmantotos objektus (**Piederumi, instrumenti, rotaļlietas**) piebīvēt mēbeles, grīdas, darba zonu.

Pēc izmantošanas paņemiet preces viņus veikls uzglabāšanai (**Marķēti**) . **Sadziedē Vienmēr ir vienā un tajā pašā vietā. Tad tie ir viegli atrast.**

Pirms gulētiešanas. Sagatavot un izkārtotumu pārnese plānojat valkāt nākamajā dienā. **Pack jebkuras somas ar priekšmetiem, kas tiek plānoti jāņem līdz, izbraucot no rīta.**

Turot savu apkārtni tīru un kārtīgu. Samazina: **D** **ust (Labs jūsu respiratory sistēma) , M ICRO organisms (Baktērijas, baktērijas, vīrusi)** mazāk infekcijām, nāves gadījumi, **es nsects (Kodumi, kāpuri, dzēlieni)** mazāk infekcijas, izsitumi, **V Ermin (Žurkas, peles, prusaku) , Mazāk mēsli, izplatība mikroorganismu, mazāk mēris uzliesmojumi.**

Izmantojot balinātāju vai spēcīgas dezinfekcijas palielina jūsu izredzes iegūt hroniska obstruktīva plaušu slimība. Izmantot dabisko virsmu tīrītājs: **Mix, 1 glāze dzeramās sodas, 1/2 tasi baltā etiķa, pievieno dažus pilienus ēteriskās eļļas. Vajadzīga to spēcīgāku pievieno ēdamkaroti sāls.**

Nepieciešams šķaudīt! Šķaudīt savā padusē. Neizplatītos disease.

Nelietojiet skūpst uz lūpām. Kissing pārraida infekcijām fastes. **Rub deguni vietā.**

Nelietojiet sarokoties! Ja jūs valkā cimds.

Higiēnas attiecas uz domāšanu. Amorāls, patmīlīgs, pretīgs, vardarbīgi, domas ir slikti domas jāizvairās. **leviešana sliktas domas noved pie atbildības!**

Klimata pārmaiņas ir samazināties gaisa kvalitāti. Vairāk, lielāki ugunsgrēki (**Krūms, mežs, mežu ugunsgrēki**) ! **Cilvēka iekšzemes (Ogles, kūtsmēsli, gāze, eļļa, koks) , komunālie (Ogles, atkritumu, gāzes, naftas, urāna) , transports (Ogles, dabasgāze, eļļa)** dedzināšana! **Kopa ir apsvērt, izmantojot elpošanas aizsardzību!**

Ārā elpošanas orgānu aizsargierīces (**RPE**) ieteicams!

RPE vērtē pēc tā, cik labi tie aizsargā pret daļiņām. P2 maskas tiek izmantotas. Lai aizsargātu, maskas uzstādīts cieši (**Bārdas ir shaved off**) !

Iekštelpās izmanto gaisa attīrītāji! Šis sīkrīks izmanto HEPA filtru. Glabāji visus durvis un logus aizvērtus.

Cilvēki rada pārāk daudz atkritumus, atkritumus! Tas rada nopietnu risku veselībai. Tas rada piesārņojumu, kas var iekļūt kopienas pārtikas ķēdē. Cilvēki ir samazināt iepirkšanās par nebūtiskiem preču, down lieluma mājām, samazināt laisuretime darbības (**Liels pūlis notikumi, sports, mu- sic, ..**) !

Imunizaton ir obligāta! Cilvēki, kuri nav imunizētā ir drauds sabiedrībai! Tie ir vakcinēti un būrī, **JAUNKUNDZE R4**

FEELING SECURE kopiena ir nepieciešams cilvēka tiesības.

Cilvēkiem ir tiesības justies saglabāt savās mājās. Viņiem ir tiesības justies saglabāt pie studiju un darbu. Tas ir iemesls, kāpēc par "Turētājbankas aizbildņa Shun vardarbību" koncepcija ir pieejama (**Skat CH7, 1Church**) lai īste- šanai katrā Shire .

grāfiste nodrošina Sentinel pakalpojumus. Sentinel apstrādāt zemas līdz vidējiem risku apsardze un patruļas pienākumus. Ieslēgts vai izslēgts nodevām Sentinel ziņo pretsabiedriskas uzvedību (**Noziegumi, piesārņojums, vandālisms**) un ziņot par jebkuru comm- vienotība veselības un drošības jautājumus. Sentinel būs arestu par apzinātiem sadalīti pārkāpumiem un noziegumiem. Tad zvaniet savu staciju patruļas uzņemt arestētajiem.

grāfiste nodrošināt obligātu 7 stundu nakts komandanta stundu no 14-21 stundām (**CG Klock**) . Par labu veselību, samazinot enerģijas patēriņu, mazāku piesārņojumu un savvaļas aizsardzību. Samazināšanās noziegumu izmaksas valdībai, veicinot pavairošanu.



Cilvēki palīdzēt saviem kaimiņiem, ja saskaņā ar uzbrukumu.
Strādnieki palīdzēt darba kolēģus. Pedagogi un zinātnieki palīdzēt viens otram.
Katra Shire mērķis ir būt vardarbīga bezmaksas.

Avārijas dienesta darbinieki ir palīdzēt tiesībaizsardzības. Ar to modriem, noteikumu pārkāpumiem vai no darba. Tās var

ir jāveic civiliedzīvotāju apcietināšanas s. CE rezervists var saukt par palīdzību.

Ņemot vardarbīgu bezmaksas kopiena ir tiesības un pienākums. Katrai personai ir tiesības justies ietaupīt. Katrai personai ir pienākums palīdzēt cilvēkiem, kas ir vardarbības inficēti uz tiem. **Ne darot, JAUNKUNDZE R2 !**

Cilvēki, kas ļauj vardarbības, skatīties vardarbību, **JAUNKUNDZE R2 !** Cilvēki, kas veicina (**Uzmundrināšana, palīdzību**) , Kūdīt, vardarbību, aizsargāt vardarbīgi cilvēki no aresta, **JAUNKUNDZE R3 !** Tas attiecas arī uz kaujas, kontaktu sportu!

1 Dievs gaida dzirdēt no jums!

Noziegumu lūgšana

Zīmīte riāls - 2 dienas. 4. 7.

dārgs **1 GOD** , Radītājs skaistākajām Universe Jūsu visvairāk pazemīgs uzticīgs aizbildnis aizbildnis (**1st nosaukums**)

Prasa, lai atvieglotu ciešanas un sāpes upuru nozieguma palīdzēs noziegumu upuriem get taisnīguma un kompensāciju man sola palīdzēt sodīt noziegumu nebeidzams Lūgt, Ļaunums sodāmi Life un afterlife godam **1 GOD** un labu Cilvēces



Šī lūgšana tiek izmantots nozieguma upuru diena (CG KALENDER)!



Vardarbība sākas ar nedzimušo. Vardarbīgi apkārtni instill pro- pensity vardarbību par pārējo dzīvi. Tieksmi uz vardarbību nepieciešama mēlīti, lai ieslēgtu vardarbīgi. **Trigeri:** Alkohols, dusmas, bailes, līdzgaitnieku spiediens kontakta sports, cīņa, sports, nezināšana, pazemošana, prāts pārtaisīšana viela, trūkst empātijas, provokācija, vardarbīgu video, vardarbīgas video spēles, ...



Nedzimušam pakļauti mammai un tētis mutiski ļaunprātīgi otru. Uzzināt, ka tas ir labi, lai mutiski ļaunprātīgi un darīs vēlāk dzīvē. Nedzimušam pakļauti mammu fiziski ievaino ar tēti. **SHE Jaundzimušo vēlāk dzīvē** izturēt fizisku ļaunprātīgu HE. HE Jaundzimušo būs domāju, tas ir alright ievainot SHE.

Agresīvi ļaunprātīgi, iebiedēt, dominē citi ir iebiedēšana.

Huligānisms sākas ar intimitation tas var pārvērsties uzbrukumā. **huligāna**

Parasti surround sevi ar nelaimīgs glēvi individuals.

vardarbība isthethreat

StopViolence startat mājas

Ārējā draudi (Izņemot Province, Space) strādājot ar militāro.

Militārās nepieder vai izmantot A, N (Atomu, nuclear) B (Bioloģisko) C

(Ķīmiskā) ieroči. Militārās lietojumi apdullināt weapons notiek ieslodzītos (Ne spīdzināšanu, nogalināšanu) !

Izmanto un piemēro CG Space likumu.

Kopiena nejūtas saglabāt (Atkarība, blakusparādības) izmantojot Pharma- ceuticals "I Ir seprimitive dārga ārstēšana. Pharmace- uticals "ir pēdējais līdzeklis ārstēšana. Shun veselības aprūpes praktiķi, kas tikai izraksta Pharmaceuticals ". Tie ir nekompetenti korumpēti "quacks". Pieprasījums tie tiks diskvalificēti.

Piezīme! Ievērojot turētājbankas aizbildnis diētas padomus un šādiem uzdevumiem, samazina slimībām, 80% +.

Daudzi cilvēki kopienas jūtas apdraudēti persona ar invaliditāti. Ir 3 veidi invaliditātes: Garīgā invaliditāte, fiziskās invaliditātes, seksuālās invaliditātes .

Garīgā invaliditāte

Zinātnieki, kas parāda pazīmes, "Garīgās invaliditāti". .. Izvērtē komiteja (Pedagogi, mediķi, vecāki) . Ja konstatēts nomocīts tiek nodotās, "MDQC" (Mental Disability Quarantine Compound) . Par savu aizsardzību un aizsargāt citus bērnus.

Fiziska invaliditāte

Zinātnieki, kas parāda pazīmes, "Fiziskās invaliditāti". .. Izvērtē komiteja (Pedagogi, mediķi, vecāki) . Ja konstatēts nomocīts tiek nodotās, "PDQC" (Physical invaliditātes Quarantine Compound) . Par savu aizsardzību un aizsargāt citus bērnus.

Seksuālā invaliditāte

Zinātnieki, kas parāda pazīmes, "Sexual invaliditāti" (Bērnu molesting, tas pats dzimums, sajaukt dzimums) . Izvērtē komiteja (Pedagogi, mediķi, vecāki) . Ja konstatēts nomocīts tiek nodoti, "SDQC" (seksuālā

Invaliditātes Quarantine Compound) . Par savu aizsardzību un aizsargāt citus bērnus.

Dzīves Atbalsts

Viena persona nevar veikt sviestmaizi un ēst to tagad vai foresee- spējīga nākotnē. Var vēlas envoke **1 GOD** lēmumu pieņemšanas process

(Live vai die) . Katrai personai ir tiesības atteikt ārstēšanu, ēdienu, dzērienu. Liedzot persona šīs tiesības ir spīdzināšana, noziegums, **JAUNKUNDZE R7** .

1 Dieva dizains ir tas, ka viss fizisko Visumā ir sākums un beigas, ieskaitot cilvēka-organismā. Līdzjūtību cilvēkiem prasa lai izbeigtu ciešanas. Ne "mākslīgi pildzina 'dzīvi. Mākslīgi pagarinot dzīvi traucē **1 GOD** 's projektēšana.

Apraksts dzīvs

Lai izvairītos apraksts dzīvs, kremēšana ir obligāta. Kremācija ir ne tikai nepieciešama, lai atbrīvotu dvēseli, bet arī veselības stāvokļa dēļ. Par crema- cijas ugunsgrēka attīra iznīcinot bīstamas baktērijas, vīrusus, kukaiņu kāpuriem un sēnītes, kas var apdzīvot ķermeni. **Piezīme!** Kapsētas ir veselības risks, izšķiešana zemes. Padomes darbojas no zemes uz kapsētām.

Self nodarīts nogalināšanu

Self nodarīts nogalināšanu (**Eitanāzija, pašnāvība**) ir pazīme vāja prāta, vāja gars. Tā ir dzīves pieredze Soul. Citi cilvēki nav iejaukties, ja pastāv briesmas citiem. **1 GOD** būs galā šo par Tiesas dienā. Palīdzēt persona, lai sev radītu nonāvēšanas ir pieņemams, ja vien attiecīgā tiesa piekrīt, ka ir nāve vēlēšanās. Smaga ciešanas ir spīdzināšana. Beigt to!

Piezīme! Cilvēki nodot ciešanas dzīvniekus no ciešanām. Tomēr viņiem trūkst līdzjūtību sava veida.

Beigu dzīvi ar cieņu ir cilvēka tiesības.

balsošana

Cilvēki ir atbalstīt brīvi ievēlētu valdību balsojot electio- ns. Ne balsošanas rezultātā var radikāliem pārņemt valdības un izveidojot tirānija (**iedzimta vai politisks**) . Tirāni tiek noņemtas būrī, **JAUNKUNDZE R7** . ' Universe Turētājbankas aizbildņiem "atbalsta tikai 2 veidu valdībā," Province " (**Provinces**) un "Shire" (**Vietējā**) .