



„Bestellhilfe“ - Möge Ihnen diese Aufstellung bei den Bestellungen von Supplements nach Anthony William helfen. - Ein Schritt nach dem anderen!

Nahrungsergänzungsmittel, Haushaltsgeräte & Strahlenschutz

Oberste Priorität bei den Nahrungsergänzungsmitteln hat der **Blaubeersmoothie** = wilde Blaubeeren + 1 - 2 Banane(n) + rote Pitaya + ggf. weiteres Obst - wichtig: keine Fette / Eiweiß dazugeben, zum Leberaufbau (=Leberrettungssmoothie):

wilde Blaubeeren (tiefgekühlt) z. B. von REWE „Bio Heidelbeeren (= Blaubeeren) aus nachhaltiger Wildsammlung“ oder aus dem Bioladen von SOTO. Nehmen Sie 1/2 Packung = 150 g täglich oder mehr

und **rote Pitaya** (z. B. von www.joju-fruits.de oder Tel 0208 - 62 80 98 50). Wenn Sie möchten, können Sie der Firma mitteilen, dass ich sie empfohlen habe, es besteht keine Affiliate-Vereinbarung. Wenn Sie genügend Platz im Tiefkühler haben, bestellen Sie 24 x 100 g oder 48 x 100 g Sachets tiefgekühltes Pitaya Püree + ggf. 2 x Pitaya-Pulver für den Anschluss oder für zwischendurch. Wenn tiefgekühltes Püree nicht in Frage kommt, können Sie einfach Pitaya-Pulver bestellen. Nehmen Sie täglich 1 gestr. EL oder mehr in Ihren Blaubeersmoothie zur Regeneration der Leberzellen.

Frische rote Drachenfrucht = rote Pitaya und weitere exotische baumgereifte Bio-Früchte, kaltgeschleuderten Honig von Bienen, denen für den Winter Ihr eigener Honig übrig gelassen wird, Trockenfrüchte und Nüsse in Rohkostqualität etc. aus fairem Handel können Sie je nach Saison bei Jurassic Fruit bestellen: <https://www.jurassicfruit.com/?agent=45> oder Tel (D) 0201 – 75 89 96 50 – bitte erwähnen Sie, dass ich Sie empfohlen habe, dann erhalte ich eine kleine Provision. Unter Verwendung des Links kann Jurassic Fruit das selbständig sehen.

Algamar-Produkte wie **Dulse** (= roter Lappentang) für den Smoothie können Sie hier bestellen: <https://algamar.de/?ref=545>

oder telefonisch (Deutschland) 030 - 91 55 13 64 - Mit Algamar habe ich eine Vereinbarung, dass ich eine Provision erhalte. Wenn Sie telefonisch bestellen und meine Arbeit weiter fördern möchten, können Sie mitteilen, dass ich Sie vermittelt habe. Über den Link weiß Algamar das automatisch.

Falls Dulse gerade ausverkauft sein sollte, können Sie so lange Nori-Algen oder jede andere Algenart, die Algamar anbietet, als Ersatz nehmen.

??? Die Vitamin-C-Frage: Wenn Sie das Micro C / Vitamin C von Vimergy nicht zu Ihnen passt, können Sie alternativ oder zusätzlich zu einer anderen Alternative z. B. von Joju-Fruits **Acerola-Pulver** kaufen. Reines **Acerola-Extrakt** in veganer Zellulosekapsel bietet z. B. „Feel Natural“ an. Weitere Alternative: **Hagebuttenpulver** von Govinda aus dem Bioladen oder z. B. online von www.violey.de zunächst 1 - 2 (später, wenn es besser geht 1) leicht gehäufte EL täglich z. B. in etwas Wasser oder einem Smoothie - das ist lecker! und günstig: 200 g = EUR 8,59, siehe folgender Link (kein Affiliate) https://www.violey.com/de/govinda-hagebutten-pulver_p_34319.html , das auch ein guter Vitamin C Spender ist.

Vimergy® Produkte - deutschsprachiger Shop in NL <https://www.supplementa.com/kat-aktion/vimergy/V301230> Original-Empfehlungen von Anthony William – alle Vimergy Produkte werden von Anthony William empfohlen.

oder telefonisch: 00800 - 17 17 67 17 (gebührenfrei aus EU und Schweiz)

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020



Wenn Sie meine Arbeit fördern möchten, erwähnen Sie bitte bei einer möglichen telefonischen Bestellung, dass ich Sie vermittelt habe. Wenn Sie den Link verwenden, weiß Supplementa das automatisch, da es sich um einen sog. Affiliate-Link handelt.

Eine ausführliche Übersicht zu den **Vimergy-Produkten mit Beschreibung und Dosierungen** aus Anthony William's Buch „Heile Deine Leber“ finden Sie in einem separaten kostenlosen Download auf meine Webseite: <https://www.virusstudie.com/start/bezugsquellen/>

Vimergy Vitamin B12 (flüssig) aus Methyl- und Adenosylcobalamin – nehmen Sie zusätzlich das **Vimergy 5-MTHF mit B12**, welches das B12 für die Leber besser verfügbar macht.

Preiswerte Alternative Vitamin B12 aus Methyl- und Adenosylcobalamin plus 5-MTHF plus weitere B-Vitamine, hergestellt in D: **Natural Elements Vitamin B Komplex** – Bezugsquelle Amazon – wenn Sie möchten, können Sie darauf hinweisen, dass ich Sie empfohlen habe. Eine Kooperation besteht nicht.

Umrechnung der Dosierung Vimergy zu Natural Elements:

1 Pipette Vimergy Vitamin B12 = ca. 24 - 26 Tropfen = 2,5 mg Methyl- und Adenosylcobalamin.

1 Tropfen natural elements Vitamin B12 = 200 µg = 0,2 mg Methyl- und Adenosylcobalamin, d. h. 12,5 Tropfen = 2,5 mg

Anthony William empfiehlt zur täglichen Leberpflege 1 Pipette Vimergy B12 und bei neurologischen Störungen 2 Pipetten und mehr.

??? ggf. (s.o.) **Vimergy Micro C** (früher Ester C) = **Vitamin C** (180 Kps) Anfangsdosis: 3 x 2 oder 2 x 3 Kapseln täglich, Diese können Sie auch öffnen und in etwas Wasser oder frisch gepressten Orangensaft einnehmen. Laut Anthony können bei starken Beschwerden zeitweise z. B. 2 – 3 Wochen lang bis zu 6000 mg täglich in 2 Dosen, also z. B. morgens und abends je 3000 mg täglich genommen werden.

Wenn Sie den **Schwermetallentgiftungssmoothie** zubereiten, können Sie bei Supplementa auch das Original von Anthony empfohlene Vimergy **Spirulina-** und **GerstengrasSAFT-Pulver** bestellen. Vimergy hat auch eine exzellente Qualität von **Katzenkralle, Zitronenmelisse, Brennesselblatt, Süßholzwurzel** – als alkoholfreie Tinktur. Weitere Empfehlungen, Beschreibungen, Dosierungen finden Sie in den Büchern von Anthony William und auf meiner Webseite als Download oder fragen Sie mich bitte für individuelle Lösungen.

Alternative Empfehlungen von AW für B12 und Zink: **Pure Encapsulations**: Bezug z. B. über die günstige Versandapotheke Alte Hofapotheke, Baden-Baden. Link für B complex:

<https://www.altehofapotheke.com/details/pure-encapsulations-b-complex-kapseln/12496762.html?filtermenu=x&filterwithTier=x&filterartikelrangweight=5&filterktext=vitamin+b+complex+pure+encapsulations&filtersmartsearch=x&filtersuchkat=&fromsearch=x>

(kein Affiliate) oder Tel (D) 07221 - 39 57 98

B 12 / 5-MTHF Alternative: Pure Encapsulations **B complex** enthält leider nur sehr geringe Mengen **Vitamin B12** als Adenosyl- und hauptsächlich Methylcobalamin sowie **5-MTHF** = bioaktive Folsäure, die B12 besser verfügbar macht Achtung, das von Anthony William für den US-Markt empfohlene B complex Plus enthält kein Adenosylcobalamin, welches laut seiner Aussage DAS B12 für das 21. Jahrhundert ist! – allerdings ist dieses Präparat insgesamt höher dosiert. – Als beste Alternative hier in Mitteleuropa zu Vimergy B12 und Thorne 5-MTHF halte ich im Moment das Natural Elements B Komplex (s.o.)

Pure Encapsulations **Magesiumglycinat** (Originalempfehlung von AW) reine Alternative aus Deutschland: Magnesiumglycinat von Natural Elements (über Amazon)

Wenn Sie **Vimergy Zink** nicht wollen ist eine Alternative **Pure Encapsulations Zink 15** (Zinkpikolinat) oder die **Natural Elements Zink Tropfen** (alle Natural Elements Prod. leider nur via Amazon erhältlich).

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020



Dosierung Zink: Natural Elements Zink Tropfen sind wesentlich höher dosiert als Vimergy: Vergleich: 5 Tropfen enthalten 7,5 mg Zink gegenüber ca. 40 – 50 Tropfen = 2 Pipetten Vimergy Zink, die ebenfalls 7,5 mg enthalten. Daher ist natural elements Zink pur nicht „genießbar“. Bitte verdünnen Sie es ggf. in einem Getränk. Auf der Packung vom Natural Elements Zink werden 10 Tr. als Tagesdosis angegeben. Zur normalen Leberpflege (ohne Symptome) empfiehlt Anthony 1 Vimergy Pipette am Tag, das wären nur ca. 4 Tropfen. Bei Autoimmunerkrankungen empfiehlt er 2 x 2 Pipetten Vimergy Zink, d. h. 10 Tropfen Natural Elements Zink.

Eine „saubere“ Alternative aus Deutschland: Warnke Zinkpikolinat 15 mg (100 St.). Es gibt noch ein Zink von Warnke mit 250 St. Dieses hat eine komplexere Zusammensetzung und besteht nicht aus Pikolinat.

Dosierung: laut Packungsaufschrift. Die alle Vimergy-Kapseln können geöffnet und in ein Getränk / Smoothie gegeben werden. Pure Encapsulations B Komplex und Zink 15 sind ganz kleine Kapseln, die auch geöffnet werden können.

Eine Komplette Liste der Vimergy-Produkte mit kurzer Erklärung finden Sie unter den Downloads oder bei den Bezugsquellen unter Vimergy. Hier habe ich nur die allerwichtigsten Vimergy-Produkte genannt.

GAIA HERBS – alkoholfreie Pflanzenmischungen auf Basis von CO2 Extraktion (= Original-Empfehlung von Anthony William) - Nutri **Direct – Dosierung gem. Packungsaufschrift.** Bezugsquelle: <https://www.nutri-direct.com/produktkategorie/hersteller/gaia-herbs-produkte/>

Telefon (NL) 0043 - 660 – 2603276 *** Sie können folgenden **Gutscheincode** nutzen bei Ihrer Bestellung: **5-EURO-8263** - Durch den Code weiß Nutri Direct, dass ich sie empfohlen habe und gewährt mir eine Provision auf Ihren Einkauf. Ihr Preis bleibt neben dem Rabatt von 5 EUR unverändert.

Adrenal Health zur Abfederung überschießender Nebennierenaktivität bei Stress

Dosierungsempfehlung wenn möglich ca. alle 6 h 1 Kapsel, letzte Kapsel ca. 1/2 h vor dem Schlafen gehen, erste bald nach dem Aufstehen, z. B. zusammen mit dem Zitronenwasser etwa 1/2 h vor dem Selleriesaft oder entsprechend nach dem Selleriesaft, wenn viel Stress ggf. auch häufiger. Wenn Sie Ihren Stress-Level als niedrig einstufen würden, empfehle ich dennoch, dieses Präparat. Dann können Sie es nach Packungsbeilage mit 2 x 2 Kapseln nehmen. Auch wenn Sie finden, Sie haben überhaupt keinen Stress, empfehle ich dennoch 2 x 1. Denn Stress haben Sie schon, wenn Sie sich Sorgen z. B. um Ihre Gesundheit machen oder ob Sie auch das Richtige essen. Jedes Mal, wenn Sie sorgenvolle Gedanken haben, schüttet Ihr System Adrenalin aus, welches die Schleimhäute und Nerven verätzt sowie gute Mikroorganismen der Schleimhäute zerstört. Die Leber versucht, dieses Hormon abzufiltern und zu deaktivieren, das beschäftigt sie und in dieser Zeit kann sie nicht „aufräumen“. Adrenalin bzw. Stress ist nach meiner Erfahrung das größte Heilhindernis und der potenteste Krankheitsauslöser. – Üben Sie, gute Gedanken zu pflegen. Konzentrieren Sie sich statt auf die Probleme lieber auf das Positive, das da ist, z. B. Ihre Liebe und Ihr Vertrauen, dass alles, was ist uns hilft, dass wir uns weiterentwickeln.

Gaia Oil of Oregano - dieses ist besonders effektiv gegenüber Bakterien wie Streptokokken, aber Oregano ist auch stark antiviral, ganz besonders in Verbindung mit Zitronenmelisse. Oregano überzieht den Darm mit einem feinen Film und unterstützt so die gute Darmflora. Wichtig bei Darmfloraproblemen. Weitere Symptome mit Streptokokken-Bezug sind Entzündungen der Nebenhöhlen, Mittelohr, Blase sowie bei Akne und Gerstenkorn. Wie bei den Viren kann man davon ausgehen, dass Streptokokken in der Darmflora oder als Herd in den Infektionsbereichen weiter ihr Unwesen treiben, ähnlich der Viren, wenn Sie nicht fachgerecht auskuriert wurden.

Anwendung im Wechsel mit **Gaia "Mushrooms & Herbs: Reishi & Turmeric"** oder **"Gas & Bloating"**, d. h. nach dem Verbrauch 1 Packung Oil of Oregano 1 Packung Mushrooms... oder Gas... verbrauchen, dann wieder 1 Packung Oil of Oregano etc.

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020



Ashwagandha Root – gesunde Antwort auf Stress (als Ergänzung bzw. Ersatz für Adrenal Health)

Wenn Sie noch Kapazität haben kann auch noch hilfreich sein:

Mental Alertness – zum Ausgleich der Gehirnfunktionen und bessere Konzentrationsfähigkeit und Leistungsfähigkeit. Das enthaltene Ginkgo Biloba hilft auch bei der Entgiftung des Gehirns.

Mental Clarity – Alternative zu Mental Alertness – Vitalpilze und Kräuter

Energy Vitality - Alternative zu Mental Alertness, enthält Ginkgo biloba und Kräuter

Liver Health – zur Unterstützung und Regeneration der Leber

Women's Health – zur Unterstützung eines harmonischen Hormonsystems

Sleep Thru – für einen besseren Schlaf

Astragalus – traditionelles (Immun-)Stärkungsmittel auf allen Ebenen (TCM), ähnlich Ginseng, auch als Alternative / Ergänzung zu Mental Alertness bzw. deren Alternativen

Energy Vitality - für mehr Energie ohne auszubrennen

Thyroid Support - für eine harmonische Funktion der Schilddrüse

Kasimir & Lieselotte Kräuterkultur, aus D-Potsdam. Sie stellen folgende alkoholfreie Kräuterextrakte - in der Regel aus frischen Kräutern in 70 zu 30 Bio-Glycerin aus Lein zu Wasser - her: Achten Sie bitte bei der Bestellung auf alkoholfreie Tinkturen, manche gibt es auch mit dem Auszugsmittel Alkohol. Alkohol kann eine Tinktur zunichtemachen, sagt Anthony. Außerdem ist er sehr hart zur Leber und tötet gute Bakterien auf unseren Schleimhäuten. Der **Gutscheincode boye369** gewährt Ihnen **10 % Rabatt bei jeder Bestellung** und ich erhalte eine Vermittlungsprovision.

<https://www.kasimirlieselotte.de/>

Telefon: +49 (0)33 27 54 49 107

E-Mail: support@kasimirlieselotte.de

Katzenkralle

Thymian

Brennnessel

Süßholz

Königskerze

Kalifornischer Mohn

Koriander

Ashwagandha

Astragalus

Zitronenmelisse

Kolloidales Silber

Feine Auswahl an Kräutern für Tee bzw. in Kapseln

Was gute Nahrungsergänzungsmittel NICHT enthalten sollten

Wenn Sie selbst auf die Suche nach guten, „sauberen“ Nahrungsergänzungsmitteln gehen wollen, ist hier eine kleine Richtlinie, was diese erfüllen sollten, um wirklich dienlich zu sein: Kaufen Sie nur Nahrungsmittel und entsprechend auch Nahrungsergänzungsmittel aus Zutaten erster Qualität! Folgende Stoffe sollten nach den Richtlinien von Anthony William NICHT in Nahrungsergänzungsmitteln enthalten sein: Ei, Milchprodukte, tierische Stoffe, Weizen, Soja, Raps(öl), Gluten, Mais, gentechnisch veränderte Stoffe, Zitronensäure, Glutamat, Aromen - auch keine sog. natürlichen Aromen, dahinter kann sich Glutamat verstecken -, Kaliumbenzolat, Kaliumsorbat, Gelatine, künstliche Süßstoffe, Konservierungsstoffe, Alkohol (= Ethanol, auch nicht als Auszugsmittel - es bleibt etwas davon im Produkt zurück, das die Leber stark belastet und die Wirkung der Pflanze vermindert oder völlig zunichtemachen kann) ... Magnesiumstearat ist ebenfalls ein kritischer Hilfsstoff, allein, da er häufig aus Mais-, Soja- oder Rapsöl hergestellt wird bzw. aus tierischer Quelle stammen kann. Daher habe ich die Produkte von NOW wieder aus dieser Liste genommen, denn sie enthalten Magnesiumstearat. Diese Auflistung ist sicherlich

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020



unvollständig. Um bedenkliche Stoffe in Nahrungsergänzungsmitteln zu vermeiden, empfehle ich soweit hier in Deutschland / Österreich / Schweiz bzw. Europa erhältlich die von Anthony William empfohlenen Produkte. Kaufen Sie lieber weniger und dafür die beste Qualität. So haben Sie mehr davon!

Weitere Bezugsquellen

Bezugsquelle für hochwertige Slowjuicer / Standmixer:

<https://www.grueneperlen.com/?id=943>

Link direkt zum Omega® 8227 (silber) / 8228 (chrom):

<https://www.grueneperlen.com/produkt/omega-8228-slow-juicer/?id=943>

Link direkt zu „meinem“ Kuvings Vakuum-Hochleistungs-Mixer SV-500:

<https://www.grueneperlen.com/produkt/kuvings-vakuum-hochleistungsmixer/?id=943>

Meine Empfehlung: Seit 2020 gibt es - laut Anthony William - einen noch besseren Slowjuicer zum Pressen von Selleriesaft, den **Omega® 8227 (silber) / 8228 (chrom)**, bei dem der Pressdruck reguliert werden kann, wodurch (AW) "der letzte Tropfen Saft aus dem Staudensellerie herausgeholt werden kann". In den USA wird eine andere Bezeichnung für diesen Slowjuicer verwendet: **MM900HDS®**. Heute verwende ich den Omega 8228 und kann bestätigen, dass er tatsächlich noch etwas besser arbeitet als der Vorgänger 707. Bei Staudensellerie stelle ich den höchsten Pressdruck ein. Preis: ca. 400 EUR

Der **Slowjuicer** Sana Omega 707, den ich zunächst verwende, ist eine gute Wahl. Er ist sehr gut für langfaserige Blattgemüse wie z. B. Stangensellerie geeignet. Mit weichem Gut, also Obst tut er sich etwas schwer. Am besten entsaftet man abwechselnd festes und weiches Gut, z. B. Apfel und Möhre direkt im Wechsel, damit die Welle gut arbeiten kann. Ich entsafte täglich Staudensellerie und nicht so häufig Obst, das kommt bei mir eher in den Smoothie. Preis: ca. 450 EUR.

Der wohl technisch beste Slowjuicer ist der **Angel Juicer**: Er hat zwei Metall-Wellen und kann langfaserige Blattgemüse wie z. B. Stangensellerie hervorragend entsaften und kommt auch mit weichem Gut, wie z. B. Obst gut zurecht. Ein echter Nachteil ist, dass er wesentlich aufwändiger zu reinigen ist als die Sana Omega Slowjuicer. Mir wurde berichtet, dass die Reinigung ca. 15 – 20 Minuten dauert. Der Preis beträgt um die 1200 - 1600 EURO je nach Modell.

Meine Empfehlung für einen **Standmixer**: Kuvings Vakuum-Standmixer SV-500, den ich auch benutze für meinen täglichen HMDS, für die Spinatsuppe und leckere (Salat-)Soßen, wie sie in meiner Rezeptsammlung für Soßen und Dips beschrieben sind. Durch die Vakuum-Funktion werden die Zutaten besser emulgiert, oxidiert das Püriergut kaum, ist schmackhafter und hält länger frisch, auch nach dem Umfüllen in ein Schraubglas. Es wird häufig unterschätzt, wie viel Sauerstoff tatsächlich beim Mixen in das Püree gelangt. Für einen Hochleistungsstandmixer mit 32.000 U/min. ist er relativ leise. Aber wirklich leise ist so ein Mixer natürlich nie. Er ist schnell gereinigt und angenehm in der Handhabung durch einen relativ großen Behälter und pfiffig angeordnete Messer. Super smoothes Mixergebnis! Preis: ca. EUR 650.

Anfangs kann man auch einen Pürierstab verwenden. Aber mein billiges Gerät, das ich zunächst besaß, hat nur wenige Tage durchgehalten. Anschließend habe ich zunächst mit dem Zauberstab gearbeitet, aber der ist vom Pürierergebnis wirklich kein Vergleich zu so einem Hochleistungsstandmixer.

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020



Saubere Hydration!

Suche Sie nach einem guten Wasserfilter, weil Sie wissen, dass Sie durch das Trinken sauberen Wassers Ihre Leber entlasten können? Gerne stelle ich Ihnen **Acala® Wasserfilter** vor. Diese Filter fassen mehrere Methoden in einer zusammen: Sie können eine Blume des Lebens in Ihren Glas-Wassertank gravieren lassen, haben das Wasser nicht nur energetisch gereinigt von den unnatürlichen Druckzuständen, stofflich gereinigt von Medikamentenrückständen, Giftstoffen und Bakterien, sondern auch noch mit effektiven Mikroorganismen (EM) und ggf. mit Kristallen / Zeolith angereichert, wenn Sie die entsprechenden Steine, die **Acala®** anbietet, in den Wassertank legen. Das ist bei einem Durchlaufilter nicht möglich, der zudem das Wasser auch nicht von dem Leitungsdruck regenerieren lassen kann. Die Standfilter (im Gegensatz zu den Kannenfiltern) sind zudem mit einem feinporigen Keramikfilter ausgestattet, der sogar Bakterien herausfiltert.

Acala® ist eine einfache und natürliche Methode, das Leitungswasser wieder wie Quellwasser werden zu lassen. Unser Trinkwasser, ob aus Flaschen oder der Leitung ist in der Regel so belastet und durch den Druck in der Wasserleitung so denaturiert, dass es der Gesundheit schaden kann bzw. Heilung behindern kann. Ich sage nicht, dass Sie allein durch dieses gefilterte Wasser gesund werden, aber es kann Ihre Leber entlasten. Das Konzept, Wasser durch Aktivkohle und mehrere Gesteinsschichten sickern zu lassen, ist von der Natur abgeschaut und - wie Labore gezeigt haben - sehr effektiv.

Ich freue mich, dass ich Ihnen eine Überraschung zukommen lassen kann, die sich für Sie lohnt, wenn Sie vor dem Kauf eines Acala® -Wasserfilters Rücksprache mit mir halten. Wenn Sie das nicht möchten, freue ich mich, wenn Sie bei Ihrer Bestellung Acala darauf hinweisen, dass ich sie empfohlen habe.

Zur Ausstattung des Wasserfilters: Ich habe mich für den kleinsten Standfilter Mini entschieden mit einem 5 l Wasserreservoir aus Glas mit Blume des Lebens und dem Standard-Kunststoffhahn, denn dieser enthält Magnete, die das Wasser noch einmal positiv umpolen. Im Metalauslaufhahn ist das nicht möglich. Ich empfehle auch die Verwendung des optionalen Kalkfilters. Es gibt hierzu unterschiedliche Meinungen, aber ich habe von verschiedenen Experten gehört und teile die Ansicht, dass die Mineralstoffe im Leitungswasser so nicht für den Körper verwertbar sind, sondern dass möglichst weiches Wasser am besten zellgängig ist; Mineralstoffe können wir nur im lebendigen Zusammenhang aus Pflanzen verwerten. Tiere trinken am liebsten Regenwasser, das natürlicherweise sehr weich ist. Ich verwende die speziellen Mineral- und die Edelsteine, die Acala anbietet, mit diesen Steinen im Vorratstank entsteht der optimale 6-Stern in den gefrorenen Wasserkristallen, der nach M. Emoto die optimale Qualität des Wassers anzeigen kann. Bestellen Sie auch gleich einen Vorrat an Filterkartuschen mit. - Unter dem Link des Shops <https://www.acalawasserfilter.de/de/Wasserfiltersysteme-ohne-Strom-ohne-Druck/> finden Sie ein informatives Video.

Checkliste für Ihren Einkauf bei Acala (Erläuterung im obigen Absatz)

- Welcher Filter ist optimal für mich - B-Ware? - Holzausstattung?
- Kann ich einen Standfilter unterbringen? - dann würde ich einen solchen nehmen, weil diese über einen zusätzlichen Keramikfilter verfügen (im Gegensatz zum kleineren Kannenfilter)
- Einsteigerset mit Wechsel-Filterkartuschen und ggf. Kalkfiltern für 1 oder 2 Jahre- Glas-Wasserreservoir mit Blume des Lebens
- Kalkfilter (1 Satz = für 1 Jahr)
- Wassersteine 3er Set (Bergkristall, Amethyst, Rosenquarz)
- Mineralsteine für Acala-Quell
- Kolloidales Silber zur gelegentlichen Reinigung der Tanks

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020



Strahlenschutz!

Sie wollen sich vor Strahlung schützen! Gute Idee, denn auch diese Belastung muss die Leber verarbeiten und entgiften. Da unsere Leber chronisch durch Toxine, Pathogene (v. a. Viren), Strahlung, Stress, falsche Ernährung überlastet ist – Anthony William sieht in einer überlasteten Leber die Entstehungsgrundlage für fast alle Erkrankungen –, können wir durch einen effektiven Strahlenschutz die Leber einfach und möglicherweise neben der Ernährung und Gedankenhygiene entscheidend entlasten. Vor allem, wenn Sie unter Zellentartungen (alle Krebsarten), Fruchtbarkeitsstörungen, Störungen des Nervensystems, Schlafstörungen, Immunschwäche / chronische Infektionen leiden, sollten Sie einen Strahlenschutz installieren. Warum nehmen viele die Strahlenbelastung nicht ernst? Wie der Frosch im Wasser bemerken wir nicht, wie dieses langsam erhitzt wird (3G, 4G, 5G ...), bis wir kochen bzw. erheblichen Schaden nehmen.

TIPP: Schalten Sie bitte immer vor dem Zubettgehen Ihr eigenes WLAN aus oder deinstallieren Sie es vollständig, bis Sie einen Schutz eingerichtet haben. Wenn Sie auf Ihr Handy sehen, werden Sie bestimmt noch fremde WLAN-Netze empfangen, wenn Sie nicht gerade in Alleinlage wohnen. Daran können Sie so einfach direkt nichts ändern, aber wenn Sie Ihr WLAN nachts ausschalten, fällt immerhin schon einmal eine große Belastung wenigstens über Nacht weg. Mit dem unten beschriebenen Home & Office können Sie auch die Strahlung, die von Ihren Nachbarn ausgeht, in Ihren 4 Wänden harmonisieren.

Ich empfehle das **Harmony®-System**, denn dieses schützt nicht nur vor der Strahlung verschiedenen Ursprungs, also neben dem allgegenwärtigen WLAN und Handynetzstrahlen sogar auch vor geopathischer Strahlung. Der Clou ist, dass der Name „Harmony“ Programm ist: Also, die Systeme schützen nicht nur vor Strahlung, sondern fremde Strahlung wie auch die eigene Energieschwingung wird beständig harmonisiert. Das lässt sich mit speziellen Geräten nachweisen. Aus der Physik wissen wir, dass alles aus Energie besteht und Materie sozusagen geronnene Energie ist. Alles, was physisch bewegt wird wie ein Motor und sogar jedes Atom eines nicht bewegten Materials hat bewegte Anteile (Elektronen etc.), wird durch das **Harmony®-System** in seiner Bewegung bzw. in seiner Schwingung harmonisiert. Geräte haben dadurch weniger Abnutzung, laufen störungsfreier und können länger halten. Das hört sich wie ein Märchen an? Probieren Sie es aus. Wenn Sie nicht zufrieden sind, können Sie die Produkte innerhalb von 6 Monaten ohne Angaben von Gründen zurückgeben und erhalten den Kaufpreis zurück. Aktuelle Rückgabebedingungen finden Sie auf der Webseite des Anbieters. Meine Angaben beruhen auf dem derzeitigen Stand.

Kurzinformation ausgewählter Anwendungsbeispiele

Harmony® Evolution (Anhänger = Pendant oder Karte) – Schutz & Harmonie für einzelne Personen, während Sie sich außerhalb des Home & Office / Omega aufhalten

Harmony® Auric – Chip für moderne Smart-Phones, auch bei 5G
Kleben Sie einen Auric auf die dem Körper abgewandte Seite des Evolution = 5G „Ausstattung“

Harmony® Mini – allein angewendet oder als zusätzliche Option für die Harmonisierung spezieller konkreter Schmerzpunkte (z. B. Gelenke) oder Narben

Harmony® Home & Office - Einfache Installation für Häuser mit bis zu gut 300 m² Wohnfläche, in denen weniger als 15 Personen leben/arbeiten. Harmonisiert auch Wasseradern, disharmonische Proportionen, „kranke“ Häuser. Individuelle Lösungen sind möglich. Zusammen installiert mit dem Auric auch bei 5G effektiv

Harmony® Omega – siehe Home & Office aber für Größere Betriebe / Gebäudekomplexe

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020



Harmony® Super-Charger – für PKWs etc. sowie größere Maschinen wie Generatoren, die außerhalb der Reichweite des Home & Office bzw. Omega betrieben werden.

Mit dem Kauf der Harmony®-Produkte und der vieler in dieser Bestellhilfe genannten Produkte über die jeweils genannten Links unterstützen Sie meine Arbeit, da ich eine Provision erhalte. Ihr Preis wird dadurch nicht beeinflusst. Wenn Sie über die Suchmaschine auf die Seite gehen, erhalte ich keine Provision. Vielen Dank für Ihre Unterstützung und Wertschätzung meiner Arbeit.

Biologische Körperpflege, Haushaltsreiniger etc.

Die beste Naturkosmetik, die ich kenne, ist von **Martina Gebhardt**, aber das sind hauptsächlich Cremes, die ja nicht jeder braucht. Auch **Dr. Hauschka**-Produkte, die sogar dekorative Kosmetik anbieten, kann ich wärmstens empfehlen.

Duschgel nehme ich nicht mehr, sondern eine rückfettende Seife. Meine Lieblingsseifenfirma ist **Savon du Midi**, die es z. B. in vielen Drogerieläden und auch in vielen Bioläden gibt.

Bei **Zahnpasta** ist die Eigenmarke von Budnikowski sehr gut, aber wenn Sie nicht im Hamburger Raum wohnen, kennen Sie die Drogeriekette Budni wohl nicht, aber Alviana, so heißt die Marke, finden Sie sicherlich auch in anderen Drogerieläden:

Alviana Zahncreme Pfefferminze oder Kräuter oder Alviana Zahngel sensitiv.

Sie enthalten aktuell kein Fluor und auch kein Laurylsulfat oder andere bedenkliche Stoffe.

Sie können auch Kokosöl als Zahncreme verwenden oder ca. 1:3 verdünnte Himalaya-Salzlake (beides gut wieder ausspülen!!!). Es gibt auch sehr gute **Zahnpulver**, z. B. mit Xylit oder auch dieses aus Rügener Kreide und Natron von der Zahnärztin Frau Dr. Bender-Gonser entwickelt: <https://www.lebenskraftpur.de/zahnpulver-plus>

Zahncreme ist im wahrsten Sinne des Wortes Geschmackssache. Probieren Sie es gerne aus. Wenn Sie selbst etwas aussuchen, studieren Sie einfach immer die Zutatenliste.

Reinigungsmittel für den Haushalt, dafür ist meine absolute Lieblingsfirma **Sonette**, z. B. für flüssige Handseife für das GästeW/C (sonst nehme ich auch am Waschbecken Savon du Midi). Auch das **Sonette Handspülmittel** bzw. **Geschirrspülpulver** (Tabs sind nicht sinnvoll) verwende ich.

Für die **Waschmaschine** verwende ich Sonett Olivenwaschmittel + Enthärter von Sodasan oder Sonett (1 kg-Nachfüllpackung) + Kalweg für das Weichspülfach als Entkalker für die Wäsche und die Maschine. Zusätzlich kommt bei mir ins Weichspülfach und in das Fach für den Hauptwaschgang noch je ca. 10 ml EM Reiniger Zitrone hell (s.u.). Das bindet Gerüche, unterstützt die Reinigungskraft und trägt zu einer guten Hautverträglichkeit der Wäsche bei. Effektive Mikroorganismen (EM) können allerdings nur bis 40 °C wirksam sein. Daher mache ich das nur, wenn ich – wie meistens - bei niedrigen Temperaturen Wäsche wasche.

Ich benutze auch gerne den **EM Zitrus-Reiniger** (hell) (ca. 1:10 verdünnt in einer ½ l Sprühflasche: EM steht für Effektive Mikroorganismen. Diese finden Sie z. B. bei <https://em-chiemgau.de/>

Als **Deo** verwende ich seit einiger Zeit mit großer Zufriedenheit die Deocreme von Phylak Sachsen, die Sie hier bestellen können: <https://www.phylak.de/produkte/cremes>. Dieses Deo ist etwas gewöhnungsbedürftig von der Anwendung her, weil man etwa ein etwa erbsgroßes Stück der festen Creme mit dem Finger aus der Dose nimmt, dieses mit ca. 1 EL Wasser verdünnt und mit den Händen

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020



unter die Achseln gibt oder auch an andere Stellen, die leicht schwitzen (z. B. ggf. Nacken). Mit einer Dose komme ich ca. 6 Wochen lang aus. Es riecht angenehm nach Orange (aus reinen ätherischen Ölen, keine künstlichen Duftstoffe).

Ich habe einen Bekannten, der benutzt **Apelessig pur als Deo und Aftershave** und ist damit sehr zufrieden. Ich habe auch schon den Rest einer halben ausgepressten **Zitrone** von der Spitze her mittig durchgeschnitten und die Innenseite der Frucht unter die frisch gewaschene Achsel gerieben, aber das hat den Härte-test bei mir (noch) nicht bestanden. Dazu muss man unbedingt wissen, dass – solange man stark entgiftet – einfach stärkere Gerüche hervorbringt. Die Phylak Deocreme hat allerdings bei mir und bei anderen, die ich kenne, noch nie versagt! Wenn Sie soweit entgiftet sind, dass nur noch die kleine täglich aufgenommene Dosis Gift wieder ausgeschieden werden muss, braucht man womöglich gar kein Deo mehr, sondern nur die morgendliche Wäsche. Phylak Sachsen ist eigentlich eine Firma, die spagyrische Pflanzenessenzen anbietet, mit denen ich auch arbeite, aber sie entwickeln gerade eine Kosmetikserie mit sehr hohen biologischen, ethischen und sozialen Ansprüchen. Die **Cremes** und das Naturparfüm von Phylak Sachsen sind auch exzellent! Ganz neu ist das Orangen **Duschshampoo** das ich noch nicht ausprobieren konnte.

Seit Jahren verwende ich das **Haarshampoo** und den Conditioner Purple Lavender von Urtekram.

Naturbekleidung / biologische Textilien z. B. aus kba-Baumwolle bekommen Sie z. B. bei <https://finkhof.de/> , <https://www.waschbaer.de/shop/> , <https://www.biotextilien-allgaeu.de/> , <https://www.hessnatur.com/de/> . Dort finden Sie auch weitere Naturkosmetik und biologische Haushaltsreiniger.

Wenn Sie noch ein bestimmtes Produkt suchen oder gefunden haben zur Weiterempfehlung, sprechen Sie mich gerne an. Bei allen unter biologische Körper- und Haushaltsmittel genannten Links handelt es sich NICHT um Affiliate-Links. Wenn Sie möchten, können Sie gerne sagen, dass ich die Produkte empfohlen habe. Alle genannten Links veröffentlichen Ihre Informationen in eigener Regie. Ich habe auf die Inhalte der genannten Seiten keinen Einfluss und kann auch keine Verantwortung dafür übernehmen. Wie immer gilt: Prüfen Sie selbst und vertrauen Sie auf sich selbst.

Alles Liebe und herzliche lichtvolle Grüße
Ihre Heidi Boye
Heilpraktikerin aus Schleswig-Holstein / Norddeutschland

„Bestellhilfe“

Die hier vorgestellten Informationen sind nach bestem Wissen geprüft. Nur Sie selbst können für Ihre Handlungen Verantwortung übernehmen, die direkt oder indirekt aus dem Gebrauch dieser Informationen, Tipps, Rezepte, Ratschläge oder Übungen resultieren. Jeder ist für sich selbst der Experte und darf lernen, aus freier Entscheidung für sich zu wirken. Stand: 20.11.2020