

**Ludzie błagają Boga o zdrowie. Nikt jednak ze śmiertelników nie myśli, że zachowanie zdrowia leży w jego własnych rękach - Demokryt z Abdery**

Realizator projektu - Andrzej Witek, Teresa Dobrowolska

<b>CZWARTEK</b> godz. 16.00 - 18.00	<b>KAWIARENKA INTERNETOWA</b> <i>e-seniorek</i>
--	--



## 1. Naturalne sposoby zachowania i poprawy zdrowia

Pierwotna profilaktyka zachowania zdrowia to czystość środowiska, brak zanieczyszczeń w żywności, rozsądek w korzystaniu z chemii domowej i farmaceutyków, ze środków chemicznej, osobistej higieny, kosmetyków, otoczenia tworzyw sztucznych i właściwie dobrana, indywidualna dieta.

### **Proces leczenia zasadniczo różni się od procesu zdrowienia.**

**Leczenie**, w rozumieniu powszechnym, to korzystanie z usług zdrowotnych, opartych wyłącznie o oficjalne procedury medyczne i leki syntetyczne. To proces ratowania życia, czy też ratowania od pogarszania się stanu zdrowia pacjenta, szczególnie w chorobach przewlekłych. Ten proces jest jednak ratowaniem bez końca, oparty na ciągłym zażywaniu leków. **Zdrowienie** natomiast zmierza do wyleczenia, usunięcia przyczyn choroby i przywrócenia zdrowia czyli do wyzdrowienia.

### **Przykładowa tematyka spotkań i prezentacji może obejmować:**

- Czy nieuleczalne, zawsze jest nieuleczalne?
- Czy wysoki cholesterol jest przyczyną miażdżycy, czy tylko wskaźnikiem stanu zapalnego w układzie krążenia?
- Czy nadciśnienie tętnicze wynika z czynników od nas niezależnych, czy ze złamania podstawowych zasad żywienia i terapii?
- Jak się ma kwasowość żołądka do zakwaszenia organizmu, i w jakim stopniu warunkują zachowanie i przywrócenie zdrowia?

## Profilaktyka i zachowanie zdrowia

Published: Monday, 06 November 2017 12:42

Hits: 2366

---

- Jaka jest prawdziwa rola witamin i minerałów w zachowaniu i przywracaniu zdrowia?
- Czy można skutecznie zapobiegać przyczynom przeziębienia, a także usunąć nierównowagę zdrowotną w warunkach domowych?
- Czy ...; Jak ...; Dlaczego ...?

Zwykle jesteśmy narażeni na dolegliwości zdrowotne, uzależniające nas od wizyty u lekarza i bywa, że też pomocy innych. Warto poznać siłę Natury i skutecznie eliminować błędy popełnione w przeszłości przeciw zdrowiu. W większości przypadków dysponując zdobytą wiedzą, lekarz nie jest nam konieczny. Pójdziemy do niego tylko wtedy gdy nasza wiedza nie wystarczy do zachowania zdrowia i gdy chcemy robić badania.

Bywa, że niektóre z potrzebnych badań nie było robionych. Na prezentacyjnych wykładach, dowiemy się jakich badań. O naszym zdrowiu uczymy się do końca życia. Bardzo często, w ten sposób, unikniemy skutków ubocznych chemicznych leków, także tych nieleczących, a blokujących jedynie symptomy choroby, która nadal się rozwija. Jeśli masz zalecenie brać jakichś lek do końca życia ,to zwykle jest to ten przypadek, o którym piszemy. Chemiczne otoczenie i pochłanianie patogennych substancji, zawsze naraża nasz system odpornościowy na osłabienie, w konsekwencji na "sprezentowaną" sobie samemu chorobę, również przewlekłą.

**Przyjdź, posłuchaj, co odkryła nauka i niezależni badacze zdrowia i co nie jest ujawniane i oficjalnie stosowane, aby zachować zdrowie bez syntetycznych leków. My pasjonaci o tym wiemy, bo czytamy, choć nie leczymy i nic nie sprzedajemy. Zachęcamy do odważniejszego i samodzielnego myślenia.**

**Twoje zdrowie jest w zasięgu ręki, choć zwykle o tym nie wiesz.**

Dzieliłmy się wiedzą o tym to co odkryli inni, nieraz bardzo dawno temu. Bywa, że zostało to zapomniane, ale częściej dlatego, że nie zostało włączone do programu nauczania na studiach medycznych twojego lekarza. Dobry lekarz jest taki, który ciągle pogłębia swoją wiedzę, nie tylko o nowych, syntetycznych lekach na objawy, ale o rzeczywistych, naturalnych przyczynach powstania, potem zatrzymywania lub pozbycia się choroby, również tej "nieuleczalnej". Także taki lekarz to ten, który otwarty jest na inny widzenia niż jego, no i ... umie słuchać. Nie ma takich wielu.



## 2. Zioła w kuchni i apteczce domowej

- Czy znamy zioła, potrzebne w apteczce domowej?
- Gdzie znajdziemy potrzebne zioła?
- Czy naprawdę znamy przyprawy w swojej kuchni?
- Jak gotować zdrowo i smacznie?
- Jak skutecznie bronić się przed katarem, przeziębieniem i innymi?
- Kurkuma to cudowne zioło w kuchni, to też najlepiej zbadane na świecie i uznane za najlepsze zioło przeciwzapalne.

***Niezależnie od tego, kto był ojcem choroby, zła dieta była na pewno jej matką - przysłowie chińskie***

pros bez

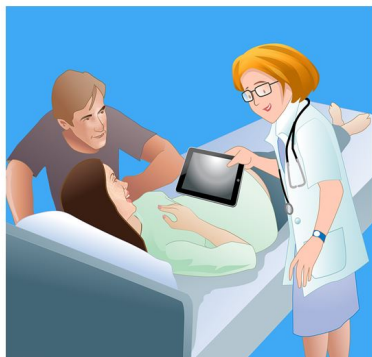
### Poprzednie wideo:

- Zioła i fitoterapia dla mózgu - Dr Ewa Kuchnowicz - II Ogólnopolskie Forum Zielarskie - 02.12.17

- Syrop z kwiatów bzu bez cukru prosty przepis dla każdego

- #1 Wszystko można wyleczyć. Pan Eugeniusz i ziołolecznictwo (Zapalenie żył, dolegliwości serca)

- Cukrzyca, jak wyleczyć ziołami. Doktor J. Wietecha o ekstraktach ziołowych Natur Day - OptiSugar



### 3. Karta Praw Pacjenta

*KARTA PRAW PACJENTA* jest zbiorem podstawowych norm prawnych zebranych w jednym dokumencie przez Ministerstwo Zdrowia w 1998 r i opublikowane w formie komunikatu. Aktualne regulacje prawne dotyczące praw pacjenta wynikają z obowiązującej od 2009 roku ustawy *o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta*. Poznane swoich praw może okazać się bardzo potrzebne, gdy korzystanie z usług i zakładów opieki zdrowotnej, może stać się, nieoczekiwanie, naszą koniecznością

*„Pacjent ma prawo do uzyskania od lekarza i lekarza dentystry informacji o realnej możliwości uzyskania świadczenia zdrowotnego u innego lekarza lub w zakładzie opieki zdrowotnej, jeżeli lekarz odmówił udzielenia świadczenia” (art.38 ust.2 ustawy o zawodach lekarza i lekarza dentystry).*

### Poprzednie wideo

- Prawo Pacjenta - Świadoma Zgoda