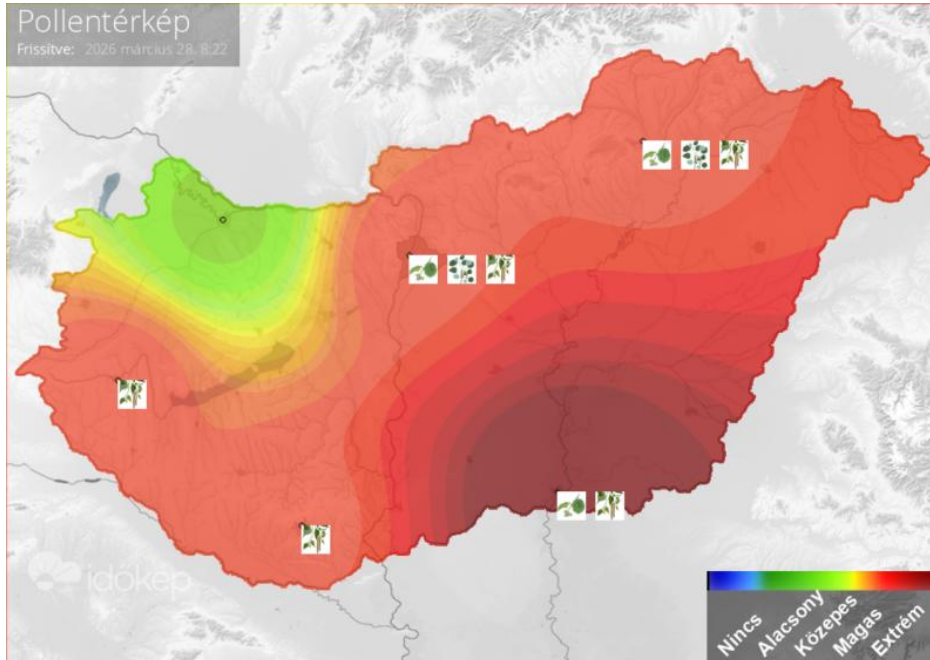


## Kedves hírlevélOlvasó!

Elsőként az allergiásoknak: <https://www.idokep.hu/pollen>



A **nyír- és a nyárfák pollenje** van most nagy koncentrációban a levegőben.

Fel kell készülni a **fűfélékre** allergiásoknak is, mert a mostani csapadék után, ha visszatér a melegebb időszak, kiszámíthatatlanul korán is elkezdődhet a pollenek szórása. Igyekszem figyelni, de kérem, mindenki is tegye ezt saját érdekében.

.....

Azért van jó hír is!!! Február 1-óta a házi orvosok kompetenciája bővült. Már rendelhetik a **D3-szint és PSA laborvizsgálatát** ők is. Éljenek minél többen ezzel a lehetőséggel. Fontos, hogy a D3 vérszint vizsgálata előtti 2-3 napban ne vegyenek be D vitamint, mert akkor az eredmény a frissen felszívódott vitamin miatt tévesen jobb eredményt mutathat a valóságnál.

.....

**Április 13-tól vidéken leszek**, május elejéig biztosan. Csak online tudok rendelni. Telefonon a szokott időben (**hétfőtől csütörtökig 7:30-8:00**) leszek elérhető, de az erre a célra tartott mobilszámon: **+36 30 9930084**

.....

A **Világ állapota** nagyon aggasztó, az itthoni helyzet finoman szólva nem mentes a „nyomasztástól”, DE biztosan nem véletlen, hogy most és ide pottyantott le minket a gólya..., mindenki csak akkora feladatot kap, amekkorát képes megoldani. Higgyük el magunkról, hogy képesek vagyunk őrizni az emberi értékeket, és ezért vagyunk/lehetünk itt!

Javaslom napi meghallgatásra:

**TINA TURNER - SARVESHAM SVASTIR BHAVATU (PEACE MANTRA)**

<https://www.youtube.com/watch?v=6XP-f7wPMOA>

Tina Turnernek a homeopátiával is szoros viszonya volt 😊

[https://danaullman.substack.com/p/tina-turner-and-her-love-of-homeopathic?utm\\_source=substack&utm\\_medium=email&fbclid=IwY2xjawQ1EB9leHRuA2F1bQIxMABicmlkETA4VkJIMmhZSWpvdFo5SII3c3JOYwZhcHBfaWQQMjIyMDM5MTc4ODIwMDg5MgABHnxPWQoQ1w2Wy9Was0JIWLXCGznIREDFe\\_nGKA1qw94uhGJUZH8aOENIYLJv\\_aem\\_G7buSRBi7-dQqKARJWBdZQ](https://danaullman.substack.com/p/tina-turner-and-her-love-of-homeopathic?utm_source=substack&utm_medium=email&fbclid=IwY2xjawQ1EB9leHRuA2F1bQIxMABicmlkETA4VkJIMmhZSWpvdFo5SII3c3JOYwZhcHBfaWQQMjIyMDM5MTc4ODIwMDg5MgABHnxPWQoQ1w2Wy9Was0JIWLXCGznIREDFe_nGKA1qw94uhGJUZH8aOENIYLJv_aem_G7buSRBi7-dQqKARJWBdZQ)

**Ehhez kívánok sok erőt és tartós  
testi/lelki/mentális/energetikai/spirituális egészséget:**

**Molnár Mariann**