Kedves hírlevél-Olvasó!

Furcsa ez az ősz…reggelente deres a háztető, nap közben meg nyugodtan rövidujjúban lehet sétálni. Ez nagy feladatot ró az immunrendszerünkre és sajnos a hangulatunkra sem kiegyensúlyozóan hat.

Kérem, mindenki fokozottan figyeljen a táplálkozására, alvására (hosszára és minőségére egyaránt), társas kapcsolataira és a rendszeres mozgásra is. Bioritmusunkat meg fogja zavarni a vasárnapi óraállítás is :-(

Akit a szükségesnél lengébb ruházatban ér a délutáni/esti lehűlés, megelőzésként nyugodtan vegyen be 1-2 adag Dulcamara C30-ast…

A pollenek mennyisége jelentősen csökkent, de nem tűnt el, javaslom, hogy a parlagfű allergiások a hónap végéig szedjék az Ambrosia-t, de elegendő már csak a C30-as potencia.

Ha nedvesebbre fordul az idő, a penészallergiások kezdjék el szedni az allergiájuknak megfelelő (Alternaria, Aspergillus, Cladosporium) nozódákat.

Aki háziporra (háziporatka kakaporra!) allergiás 1-2 héten belül indítsa az első 6 hetes „kúráját" a C30-as, vagy C30-200-1.000-es Hausstaubmilbe potenciasorral.

Az alkati támogatásokra csak egyénileg tudok javaslatot tenni.

Aki elhanyagolta a D3 vitamin szedését, kérem, sürgősen kezdje el szedni, a figyelmesek folytassák így tovább, és mellette a K2 vitamin szedése is szinte mindenkinek indokolt.

December 18-ig érdemi szabadságot nem tervezek, az előfordulhat, hogy 1-2 napig csak az erre célra rendszeresített dominó-kártyás telefonon (30 9930084) leszek elérhető és online tudok rendelni.

A Világ zűrjeitől függetlenedni tudó,
testi/lelki/mentális/energetikai/spirituális egészséget kívánok:

Molnár Mariann

… két kulturális ajánlás, hátha nem ismerik:

https://www.maesteszinhaz.hu/

https://uprendezvenyter.hu/esemenyek/