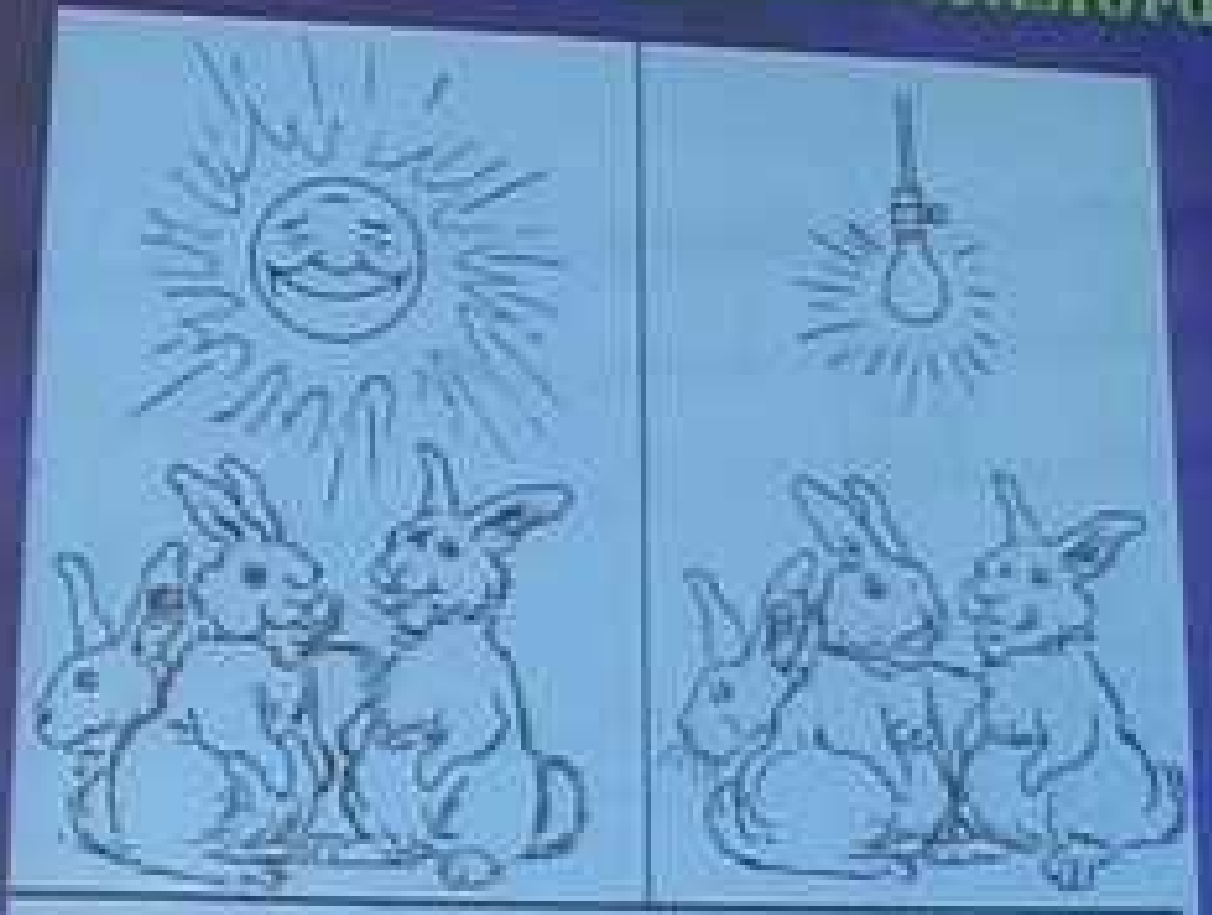
Linde

Wildpflanzen-
Salate

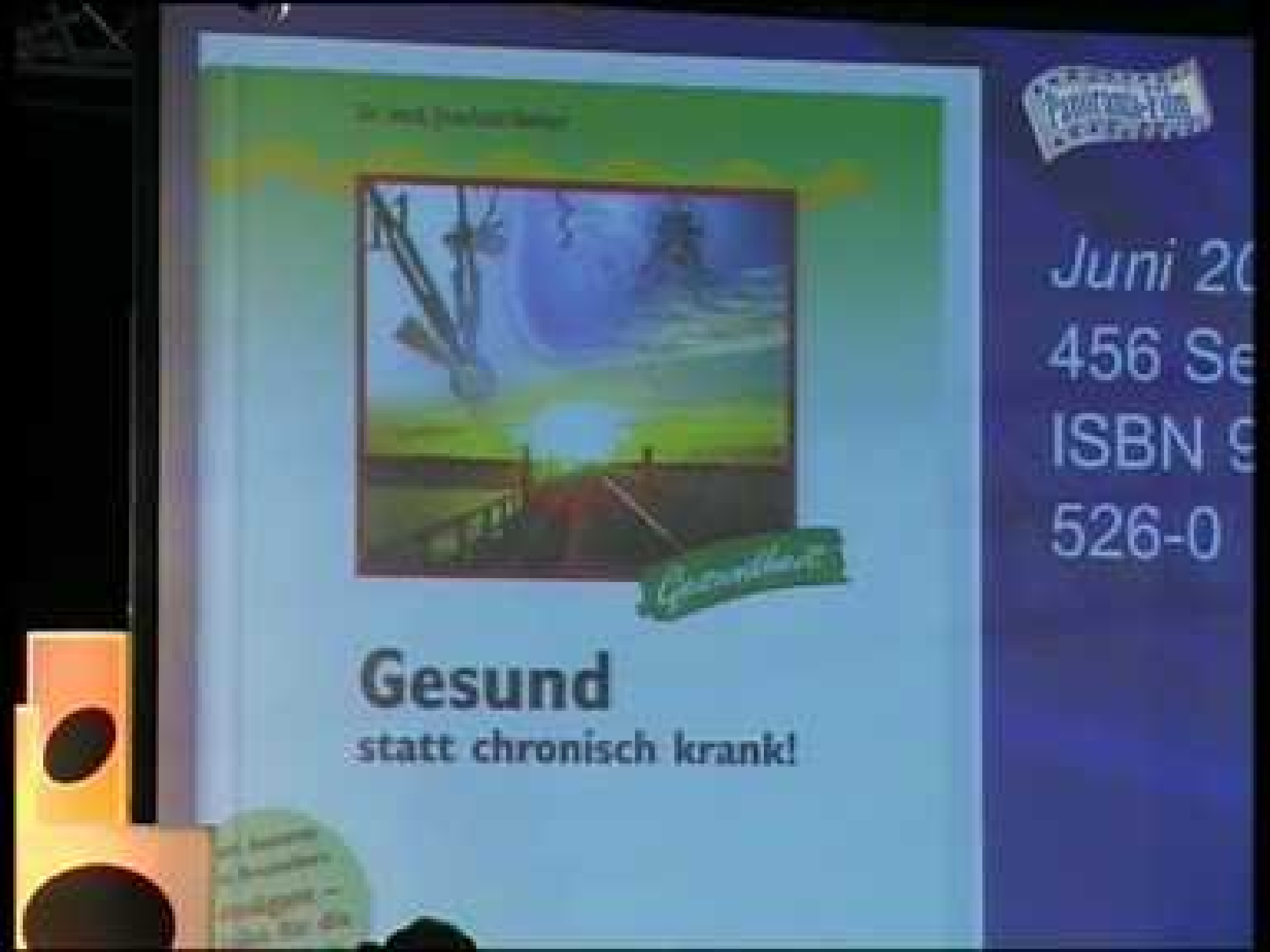
Natürliches Licht ist gesundheitsfördernd



Sonnenlicht beschleunigt die Ausscheidung von toxischen Chemikalien um das vieltache im Vergleich zu künstlichem Licht

irliches Licht ist gesundl
Sonnenlicht beschleunigt die Ausscheidung von toxischen Chemikalien um das vielfache im Vergleich zu künstlichem Licht

Weiter hohe
Feinstaubbelastung :
ünchen schon nahe am
Grenzwert
Feinstau
geht v
20,000
500 nm


Gesund
statt chronisch krank!
Juni 20
456 Se
ISBN 9
526-0

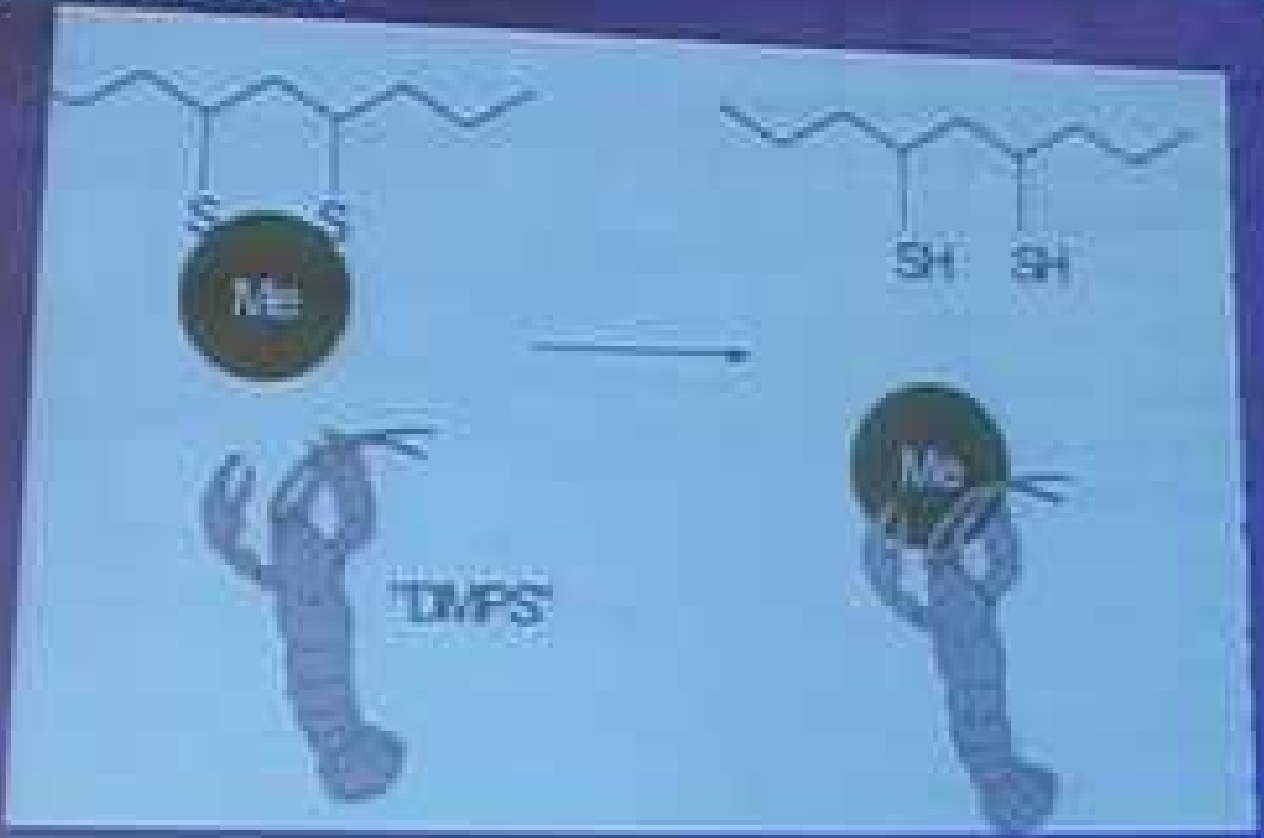
AZTK

- Vitamine: z.B. Vitamin D: Immunstimulation, Herz- und Gefäßschützende, gegen Autoimmunerkrankungen, Antikrebswirkung, bei Hauterkrankungen, bei Depressionen, Epilepsie, Schizophrenie... etc.

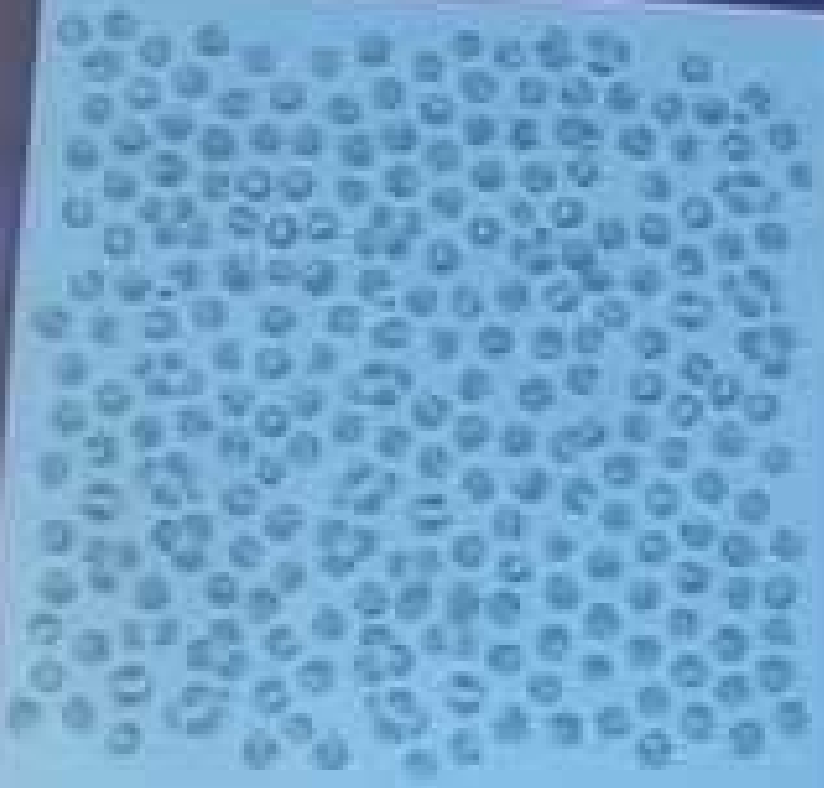
80-100% der Bevölkerung hat Mangel!

Chelatbildner

- Chelatbildner (z.B. DMPS): bindet Schwermetalle. Die Komplexe werden hauptsächlich über die Niere ausgeschieden



Ausleitung: Natürliche Produkte, Chlorella



Schematische Darstellung der einzelligen, kultivierbaren Grünalge *Chlorella pyrenoidosa* (ca. 1000 fach vergrößert)

Die Alge besteht aus

50% Eiweiß (mit allen lebensnotwendigen Aminosäuren)

20% Kohlenhydraten

11% Fett (hauptsächlich mehrfach ungesättigte Fettsäuren mit Omega-3-Fettsäuren)

7% sonstige Vitalstoffe (Vitamine, Mineralien, Chlorophyll, Ballaststoffe, Nucleinsäuren)

Die Einnahme von 2,5 g deckt den Bedarf an Vitamin B_{12} zu 300% und eine Vitamin A über dem hohen Beta-Carotin-Gehalt zu 147%. Eine Überdosierung mit Vitamin A ist aber nicht zu erwarten, da Beta-Carotin nur bei Bedarf in Vitamin A umgewandelt wird.

Natürliche Ausleitmittel: Bärlauch (Thiole)

Natürliche Ausleitmittel: Knoblauch (Thiole)