

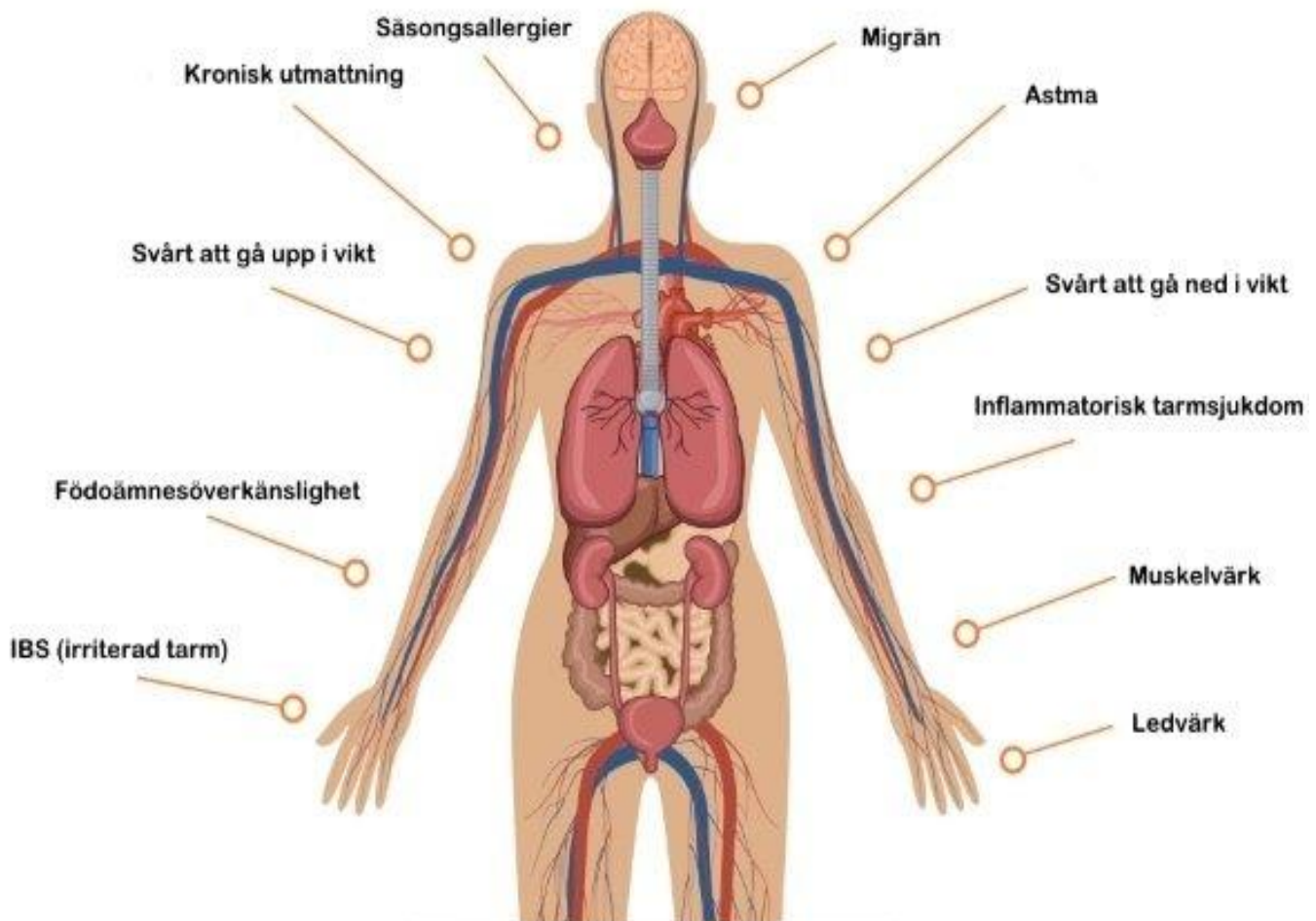
# BASPROTOKOLLET för tarmen.

Den hjälper dig att ändra din livsstil på 8 veckor.

Detta protokoll hjälper dig att skapa nya goda rutiner, ta till dig nyttiga, lättsmälta och näringsrika recept, minska stressnivåerna, sova gott och må bra.

Tarmens mående avgör hela vår hälsa.

Bilden visar de 10 vanligaste följderna som en läckande tarm leder till.



Basprotokollet för tarmen består av 2 delar:

## Del 1 - Via mejl får du detta:

1. Flera filer med information, instruktioner och goda praktiska råd. Allt som är viktigt att känna till om:

# tarmens funktion,

# stress,

# sömn,

# binjurarna och kortisol,

# blodsocker och sötsug,

# sköldkörteln och trötthet,

# många antiinflammatoriska recept till alla måltider,

# vikten av goda dagsrutiner.

# Lämpliga, lättsmälta, näringsrika och goda recept, för tarmens slemhinna och hela kroppen. En kostomläggning som du kommer att älska! Recepten underlättar även för dig som arbetar eller vill ha tid till annat.

## Del 2 - Med posten kommer ett paket med naturmat.

**A. Omogenolja** - en mycket speciell olivolja av omogna oliver från olivträd som är 300-400 år gamla, som kallas omogenolja. Kallpressad och med extra låg surhetsgrad, 0,05%. I vitsilverdunk på 3 liter, som inte oxiderar. Hållbar i 1 år.



Här kan du läsa mera om denna fantastiska olja och alla andra produkter i Basprotokollet: <https://lifedirection.se/naturmat/>

## B. Pulver till en grötblandning för tarmen.

Gröten ger tarmen flera fibrer som matar dina goda bakterier, näring samt enzymer. Mycket mättande men lättsmält och lättlagad. 1 kg

**Denna grötblandning innehåller allt vår tarm behöver för att bli glad!**

**Innehåller:** Psylliumfröskal, pulver   Grön banan, pulver   Nakenhavreflingor  
Nakenhavre hela korn   Jordmandel, mjöl   Pro-och prebiotika, pulver   Äkta  
grön stevia, pulver   Ceylonkanel, pulver   Himalayan salt   Carob, pulver  
Mastixkåda i pulver

**OBS! Blandningens smak som gröt eller smoothie är naturligt söt p.g.a stevian, bananpulvret och jordmandelmjölet och doftar mastix och carob (ungefär som mintchoklad).**



## C. Fyra vilda örter:

- \* Vild torkad oregano, 100 gram (krydda)
- \* Vild torkad diktamnus, 50 gram (te)
- \* Vilt grekiskt bergste, 100 gram (te)
- \* Vilda lagerblad, 50 gram (te och krydda)



## D. Den unika mastik-kådan. 80 kapslar.



## E. Vild oreganoolja. 100 kapslar.



\*\*\*\*\*

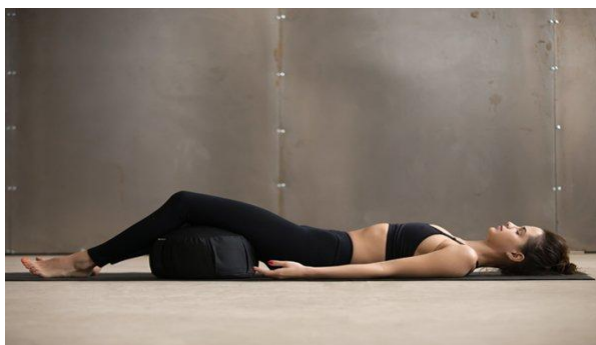
Du bör också ladda ner en avslappningsfil som kommer att lära dig att slappna av, men ingår inte i protokollets kostnad. Har du dock redan en avslappningsfil som fungerar för dig, går det bra att fortsätta att använda den.

Här kan du provlyssna:

<https://lifedirection.se/downloads/avslappningsovning/>

Ladda ner avslappningsfilen i din mobil eller dator.

Använd dig av guidad avslappning för att slappna av under dagen och vid sängdags på kvällen. Avslappning hjälper oss att somna in snabbare och sova bättre under natten.



\*\*\*\*\*

**Hela paketet kostar 3 360 kr inkl. frakt**

**Så här gör du:**

- 1. Skriv till [ifigenia@lifedirection.se](mailto:ifigenia@lifedirection.se) och gör din beställning.**
- 2. Avvakta svar om tillgänglighet.**
- 3. Bekräfta genom swish till 072 388 05 03 och skicka din postadress.**
- 4. Ditt paket skickas med DHL inom 2-3 arbetsdagar.**

**Naturligtvis kan detta protokoll anpassas lite bättre, till just dina behov, med en del tillägg. Skriv och berätta om din hälsa, i så fall först, så får du råd!**

**Varmt välkommen!**