

BIENVENIDOS LOS NIÑOS AL PROCESO DEPURATIVO

Celebramos su decisión de introducir a sus niños en la vivencia del proceso depurativo, tanto en las cuestiones higiénicas como alimentarias. Cuento con nosotros, estamos aquí para ayudar. Esa es nuestra tarea. Intentamos brindar toda la información durante el encuentro de bienvenida, pero sugerimos lea estas indicaciones. Si algo no le resulta claro, no dude en consultarnos. Y si desea ayudarnos a mejorar el servicio, puede volcar sus sugerencias en el formulario que recibirá mas adelante, al efecto. Ponga atención a los horarios indicados más abajo y al dorso, tanto de las ingestas que deben llevar adelante, como de las actividades específicas para ellos y sus comidas. Todo lo iremos consensuando y nos iremos adaptando flexiblemente al proceso de los niños ante estos nuevos hábitos que se introducen.

Herramientas depurativas: Es recomendable que los niños comiencen a utilizarlas durante su estadía en el Espacio, para que luego continúen usándolas con familiaridad en su hogar. También acompañamos las instrucciones de uso, junto a la rutina diaria sugerida, para que tenga en claro lo sencillo de su cotidiana administración. Usted tiene en su cuarto:

Plata coloidal (andarivel 2): Se suministra un gotero de plata coloidal, primera herramienta de la secuencia desparasitante propuesta para los pequeños. Se ingiere cada día una gota por kg de peso, disueltas en un poco de agua. Esta ingesta se mantiene durante 30 días. Luego se prosigue la secuencia con otras herramientas del andarivel, como propóleo, tinturas vegetales (altamisa + suico), arcilla, homeopáticos (cina 3X), etc.

Agua oxigenada (andarivel 4): Se suministra un gotero, del cual se colocan 10 gotas en un poco de agua, que conviene absorber bajo la lengua. Esta dosis puede ser incrementada en la medida que el niño vaya tolerando tal aumento (más cantidad de gotas, mayor reacción por mortandad de microorganismos parásitos, como los hongos cándida), hasta llegar a un máximo de gota por kg de peso. Luego el gotero se lleva a casa para continuar con el proceso cotidiano de ingesta.

Valeriana: Este preparado homeopático se suministra en un gotero para tener siempre a mano en caso de inconvenientes para conciliar el sueño, manifestaciones de crisis depurativas (dolores de cabeza, picores) o crisis de abstinencia ante la ausencia de opiáceos alimentarios (lácteos, cereales, proteína animal, cocidos). Se recomienda comenzar a usar 10/12 gotas sublinguales, cada 6/8 horas, al ingresar al Espacio o cuando lo crea necesario.

Además irán recibiendo diariamente:

Tónico herbario (andarivel 3): Se suministra cada noche la dosis diaria del preparado, que se ingiere antes de dormir (22hs). Luego conviene llevar a casa el sobre de hierbas con el cual se preparan dos litros de decocción, según las indicaciones entregadas.

Aceite de oliva (andarivel 1): Dado que los niños no tienen programada la limpieza hepática profunda, se realizará durante estos días un método blando pero eficiente, usado popularmente en la cuenca mediterránea y basado en aceite de oliva. Consiste en ingerir diariamente en ayunas, una cucharada de aceite extra virgen, aderezada con gotas de jugo

de limón. Esto se complementa durante la jornada con la ingesta de un par de manzanas, que como explica la monografía adjunta, ayudan a mantener blandos los desechos hepáticos, evitando molestias. Esto debería sostenerse durante dos semanas (15 días).

Jugo verde (andarivel 2): En el desayuno el niño recibirá un vaso de jugo de clorofila, herramienta desparasitante y oxigenante. Esto se complementará con un licuado.

Hierba renal (andarivel 1): Se suministra diariamente un termo con la infusión de la hierba del día (cola de caballo, barba de choclo, ortiga o diente de león). Se puede beber sola o como agua para cebar mate, según los hábitos de la persona. Es bueno que el niño tome al menos un vaso al día de la infusión que corresponde a la jornada. Dichas hierbas están también disponibles en paquetes para llevar a casa y continuar su administración hogareña.

Agua filtrada: Por seguridad beber siempre el agua suministrada en la jarra, que posee un exhaustivo filtrado por osmosis inversa. Es el agua que se utiliza en todas las preparaciones del Espacio Depurativo y puede recargarla en las cocinas (recepción, sum, espacio de luz) y el dispenser del quincho.

Mezcla purgante: Es esencial que el niño tenga movilidad intestinal cotidiana y que haya un movimiento natural a primera hora de la mañana. Si ello no ocurre para el mediodía, suministrar por la noche un vaso de mezcla purgante (infusión que se prepara y suministra en la cocina del sum), que debe hacer efecto en unas dos horas de tiempo. Si esto no sucede, reportar la situación al focalizador, para proceder a resolver la cuestión con el personal especializado. La regularidad intestinal es la base de una eficiencia fisiológica y de no haberlo, debe ser un hábito a inculcar en los niños durante estos días.

RUTINA DIARIA SUGERIDA PARA VERANO		
HORA	NUTRICION	DEPURACION
7,00	AGUA	
7,30		Agua oxigenada: 10 gotas, andarivel 4
8,00		Aceite de oliva: cucharada c/limón, andarivel 1
8,30	DESAYUNO	
10,00		Hierba renal: vaso diario, andarivel 1
11,00		Plata: gota/kg, andarivel 2
12,30	ALMUERZO	
16,30	MERIENDA	
20,30	CENA	
22,00		Tónico Herbario: dosis, andarivel 3

Actividades: Durante la mañana habrá actividades para los niños de 5 a 12 años, en el ámbito del Espacio Escuela (Cocina sin cocina, depuración, huerta, construcción de juguetes, cerámica, mosaico, yoga, campamento, etc). Por la tarde el cuidado queda a cargo de los padres, pero está la opción de contratar el *Cuidado vespertino* para liberar a

los padres que quieran participar a fondo de su propio PD. Fuera de los horarios de actividades programadas (ver al dorso), siempre los niños deberán estar bajo compañía de uno de sus padres.