



СПИСОК ТРАВ И ПРЕПАРАТОВ ДЛЯ КОРМЯЩИХ МАМ

«Очищение на цельно-растительном питании за 30 дней»

Для каждого этапа программы вам потребуются следующие препараты:

(Вы можете не покупать всё сразу, а планировать покупки по этапно)

Для КОРМЯЩИХ мам — это список трав и препаратов для прохождения в программе кормящим мамам.

Dr. Mercola, Life Extention, Doctor's best, Dr. Murrey, Nature's way, Now foods

Мы рекомендуем покупать БАДы этих фирм, так как они чаще всего рекомендуются Натуропатами и не находятся по покровительством больших фармацевтических компаний (бигфарма)

Этап 1 — "Нормализация работы кишечника и желудка" (5 дней)

Nº	Наименование	К-ство	Где купить	Комментарий	Те препараты, что входят в набор "Для кормящих мам" и набор
1	Сода отечественная. Подойдет только для внешнего применения: принятия содовых ванн, отпаривания ног в тазике.	4 уп.	Купить можно в любом магазине.	Возможно понадобятся дополнительные содовые ванны при интоксикации из расчета 1 пачка на ванну.	
	1. Настоящая Сода Полученная методом водного выпаривания. Только она подходит для	150 гр.	На рынке	Для приготовления содовой водички и для клизм. Вместо содовой воды можно пить лимонную или раствор хлорофилла (если приобрели)	



	внутреннего применения или 2. Сода с аптеки или 3. Лимонная водичка	50 гр.			
	или Сибирская клетчатка или овсяные отруби	(что-т о одно)			
•	Вода Donat Mg или Трифал а	1 бут. (из расчета по 200 мл. в день)	Продается в аптеках и супермаркетах. Если стул от 1 раза в день и происходит полное опорожнение кишечника, тогда покупать не нужно.	Покупать если есть: склонность к запорам, вздутие живота, газообразовани, вялое пищеварение, стул реже 1 раза в день.	
	или Дюфалак	1 уп.			
•	Пищевая глина* или Бентонит* или Каолин* *смотрите, чтобы бентонит, глина, каолин - подходили для ВНУТРЕННЕГО применения и были хорошего качества	100гр.		Купить что-то одно из предложенных вариантов	
5	Расторопша (цельное семя) либо шрот расторопши.	200 гр.		Рекомендуем покупать цельное семя	
0.	Кислых зеленых яблок	2-3 кг.	На рынке Для 4,5 дня этапа,для со	ока	
7.	Органайзер для БАДов	1шт.		По желанию, не обязательно!	

Этапы 2, 6 - "Антипаразитарная программа" (5+2+7 дней)



Для кормящих мам

Nº	Наименование	Количест во	Где купить	Комментарий	
1.	Кора муравьиного дерева либо в МАГАЗИНАХ ЧАЯ спросите ЧАЙ ЛАПАЧО. Это та же Кора муравьиного дерева, но в виде чая	1 баночка в капсулах (60шт.) или в виде чая 50 гр.		Чай ЛАПАЧО, если у вас в виде капсул желатиновых (сами капсулы перед приемом снимаем, употребляем только их содержимое) Кора Лапачо больше подходит для заваривания ЧАЯ и меньше для приема во внутрь. Удобно для приема во внутрь	
2.	Трава Стевия (сухой лист, не порошок)	1 пачка (25-30гр)	В аптеках/ экомагазинах		
3.	Эфирное масло чайного дерева	1 флакон (5 мл.)	употребления во в качества НЕ прод Лучший вариант – doTerra, также мож масла: «young livin Продаются в Укра	о класса, т.е. пригодные для внутрь! Масла хорошего даются в аптеках!! — эфирные масла фирмы жно использовать эфирные д», «Вивасан». ине, России. а doTerra со скидкой 10%	
4.	Масло черного тмина, 100 мл.	1 бут.			



	Z CONTROL OF THE PARTY OF THE P				
5.	Семена Укропа	50 гр.	Продается на рын семян	іках, в аптеках, в магазинах	
6.	Дюфалак или вода Donat Mg (если нет мелких камней в желчном, почках) Сенна	1 шт. (маленьки й) 1 бут. 1 уп.	Продается в аптеках Продается в аптеках и супермаркетах Продается в аптеках	Используется как разовое мягкое слабительное для регуляции стула (при необходимости)	
7.	Кружка Эсмарха (2-3 литра)	1 шт.	Продается в аптен	Kax	

Этап 3 — "Очищение печени" (2 дня)

Nº	Наименование	Количество	Где купить	Комментарий
1.	Резиновая грелка (для прогревания печени)	1 шт.	Продается в аптеках	
2.	Желчегонный сбор	1 уп.	Продается в аптеках (для мягкой чистки)	
3.	Минеральная вода с большим содержанием магния на выор (ЕСЕНТУКИ 17, ЕСЕНТУКИ 4, Донат магния лучше всего)	1л.	В супермаркетах	

Этап 4 - "Разгрузочные дни " (7 дней)



Внимание! Пока покупайте препараты только "для всех видов разгрузки".

На 1-ом вебинаре Святослав расскажет, как определиться с видом разгрузки. Если вы уже сейчас знаете как будете разгружаться, тогда можете покупать по списку, что для этого нужно.

Наименование	Количество	Где купить	Комментарий
, , , , ,	по Оганян, раз	грузка на овощных/ф	руктовых соках,
Кружка Эсмарха (2-3 литра) (если не купили ранее)	1 шт.	Продается в аптеках	
Слабительное Магния сульфат (из расчета 1 гр. на 1 кг. веса)	Слабительное для очистки жкт перед разгрузкой, по инструкции	Продаются в аптеках.	Кормящим можно заменить на воду Donat Mg. Либо использовать Сульфат Магнезии (Марва Оганян для кормящих советует именно этот вариант)
Соль для клизм	1 пачке	Продается в магазинах	Κ.
Скребок для очистки языка	1 шт.	Купить, в первую очередь, для тех, кто голодает на воде или насухо, для остальных - по желанию. Продается в аптеках, магазинах здорового питания, эко-магазинах, магазинов товаров личной гигиены. (Из подручных средств можно будет воспользоваться ложкой или марлей, но скребком удобнее)	
Дополні	ительно для	разгрузки по Ога	нян (4 дней)
Травы для отвара: 1. Мята 2. Душица 3. Мелисса 4. Подорожник 5. Мать-и-мачеха 6. Чабрец 7. Тысячелистник	Купить по 5 грамм каждого вида травы	Если 1-2 трав не найде Есть уже готовые сбор http://marislavna.ru При расчёте необходи на курс воспользуйтес	·
	(Разгрузка на нап Кружка Эсмарха (2-3 литра) (если не купили ранее) Слабительное Магния сульфат (из расчета 1 гр. на 1 кг. веса) Соль для клизм Скребок для очистки языка Травы для отвара: 1. Мята 2. Душица 3. Мелисса 4. Подорожник 5. Мать-и-мачеха 6. Чабрец	ДЛЯ ВСЕХ (Разгрузка по Оганян, раз разгрузка на напитке Master Cle Кружка Эсмарха (2-3 литра) (если не купили ранее) Слабительное Магния сульфат (из расчета 1 гр. на 1 кг. веса) Скребок для очистки языка Скребок для очистки языка Дополнительно для Травы для отвара: 1. Мята 2. Душица 3. Мелисса 4. Подорожник 5. Мать-и-мачеха 6. Чабрец	ДЛЯ ВСЕХ ВИДОВ РАЗГРУЗКИ (Разгрузка по Оганян, разгрузка на овощных/ф разгрузка на напитке Master Cleanse, голодание на во Кружка Эсмарха (2-3 литра) (если не купили ранее) Слабительное Магния сульфат (из расчета 1 гр. на 1 кг. веса) Продаются в аптеках Продаются в аптеках. Продаются в аптеках. Продаются в аптеках. Продаются в аптеках. Купить, в первую очер воде или насухо, для о Продается в аптеках. Купить, в первую очер воде или насухо, для о Продается в аптеках, м эко-магазинах, магази подручных средств мо ложкой или марлей, но Дополнительно для разгрузки по Ога Травы для отвара: 1. Мята 2. Душица 3. Мелисса 4. Подорожник 5. Мать-и-мачеха 6. Чабрец



	 9. Репешок 10. Спорыш 11. Полевой хвощ 12. Шалфей 13. Крапива 14. Пустырник 15. Календула 16. Корень валерианы 17. Толокнянка или готовый сбор по 		Если у вас останется и в дальнейшем пить ка	пишний сбор трав, его можно ак чай))
	Марве Оганян	500		
2.	Мед	500 гр	Продается на рынке ил	ли в магазинах
3.	Лимоны	2-3 кг	Продаются на рынке и	ли в магазинах
	Дополнительно дл	ія разгрузки	на напитке Maste	er Cleanse (4 дней)
1.	Лимоны	2-3 кг.	Продаются на рынке и	ли в магазинах
2.	Мед или кленовый сироп	0,5 кг.	Продается на рынке или в магазинах	
3.	Кайенский перец	1 уп.	Продается на рынке или в магазинах	
	Дополнительно	для разгруз	ки на овощных/ф	руктовых соках
1.	Купить овощей/фруктов для соков из расчета потреблен сока в день. Для этого понад заготовить 3-5 кг овощей/ф день разгрузки (в зависимо продукта). Всего будет 5 дне того нужно будет от 15 до 2 овощей/фруктов. В таком ко покупать на овощебазе или Так вы сможете выиграть 20 розничной стоимости.	ия 2-3 литра добится руктов на один от сочности ей разгрузки и 5 кг л-ве удобно оптовом рынке.	Примеры овощей, из которых можно делать соки: огурец, кабачок, сельдерей, морковь, свекла, тыква, болгарский перец, брокколи, спаржа Зелень: шпинат, салат, дикоросы (сныть, крапива, одуванчик), мангольд, ботва свеклы, фенхель, витграсс, петрушка, кинза, укроп, мята	Примеры фруктов и ягод, из которых можно делать соки: яблоки, апельсины, мандарины, лимоны, грейпфруты, виноград, груши, арбуз, ананас, клубника, вишня, черешня.



6. Этап "Очищение лимфы+антипаразитарная программа" (7 дней)

+(антипаразитарные препараты были указаны в этапе 2)

Nº	Наименование	К-ство	Где купить
1.	Энтеросгель	300 гр.	Продаются в аптеках
	или Микотон	1 уп . (прием по инструкции)	
		1 уп. (прием по инструкции)	
	или Полифепан		
2.	Корень солодки (Деглицеринизи-рованный экстракт)	1 уп.	Для всего мира (промокод iHerb IHER: WET3219)
	или сбор трав №70 или №73 или	1 уп.	<u>Сбор трав №70</u> <u>Сбор трав №73</u>
	сбор трав: > корень > одуванчика > корень лопуха > тысячелистник > бессмертник > лист малины	по 1ст.л. каждой травы	травы приобрести в любой аптеке

7. Этап "Формирование микрофлоры" (14 дней)

для самостоятельного прохождения

N	⁹ Наименование	Количес тво	Где купить	Комментарий	
---	---------------------------	----------------	------------	-------------	--



	1 EDOCIACTIAI/IA*				
1	1. ПРОБИОТИКИ*:			Пробиотики необходимо	
•	На выбор одно из перечня:	E0		для заселения	
	ПЕКТОЛАКТ Бифидо	50 гр.		микрофлоры	
	или	450		дружественными	
	НАРИНЕ Ф-Баланс	450 мл.		бактериями. Особенно это	
	или			актуально после	
	Сахаромицеты Буларди	1 6.		прохождения этапа	
	или			голодания/разгрузки	
	Супер Флора	1 б.		когда мы "обнулили" их	
	или			количество в кишечнике.	
	Дневной пробиотик	1 6.			
	2. ФЕРМЕНТЫ:				
	покупать (на выбор одно из				
	перечня) если есть симптомы			*Ферменты необходимо	
	нарушения работы			покупать лишь в том	
	кишечника: неусвояемость			<u>случае</u> , если есть	
	пищи, вздутие, метеоризм,			симптомы нарушения	
	колики.			работы кишечника:	
				неусвояемость пищи,	
	➤ Enzymedica (Digest Gold c	1 6.		вздутие, метеоризм,	
	ATPro) (веганские)			колики.	
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	1 6.		ROJIVIRVI.	
	Now Foods, Ферменты				
	папайи				
2	Цветочная пыльца или	50 гр.		На рынке, у пасечников	
_	перга	•		та рынке, у пасечников	
•	·				
3	Витамин <mark>В12*</mark> , один на			Витамин В12 принимать	
	выбор:			только тем у кого	
	Solgar, Sublingual Vitamin	1 б.		понижен уровень.	
	B12, 1000 mcg, 250 Nuggets			Чтобы это проверить	
	Country Life, Superior B12, c	1 б.		нужно сдать анализ	
	ягодным вкусом, 3000 мкг,			крови на витамин В12	
	120 сублингвальных			(цианокобаламин) и	
	пастилок			гомоцестеин.	
	*Покупать только тем у кого				
	понижен уровень				
4	Витамин <mark>D3*</mark> , один на			Витамин D3 принимать	
	выбор:		(промокод iHerb	только тем у кого	
	Solgar, Vitamin D3	1 6.	IHER: WET3219)	понижен уровень.	
	(Cholecalciferol), 1000 IU, 250		,	Чтобы это проверить	
	таблеток			нужно сдать	
		1 б.			



	Country Life, Веганский D3, 5000 ME, 60 веганских мягких таб. *Покупать только тем у кого понижен уровень		анализ крови на витамин D3 (25OH-свободный витамин D3)	
5	Витграсс	30-50 гр.	Как дополнение к этапу	

Товары с сайта <u>www.iherb.com</u> (промокод iHerb IHER: WET3219) можно заказать также: Для Украины: https://iherb.org.ua/payment.html https://dobri.kiev.ua/ zdraviya.com.ua (скидка 5% по промокоду "ЗДОРОВЬЕ")

Для России: https://www.evitamins.com/ru/ <a href="https://www.evitamins.com/

Используя поиск в браузерах вы можете найти и другие магазины.

Для того, чтобы облегчить покупки и для тех, кто запрыгивает на курс перед самым стартом, мы создали НАБОР

Приобретая готовые наборы у нас — Вы экономите деньги и время, так как в наборах содержится ровно такое количество препаратов, которое потребуется для прохождения программы.

Делая закупки самостоятельно, вы скорее всего купите больше, чем нужно для прохождение курса. Препараты на IHerb продаются в больших упаковках. Например: псиллиум — в упаковке 450 гр, а для программы потребуется — 50 гр; кора муравьиного дерева — 450 гр, а для программы нужно — 70 гр; сода — 450 гр, а нужно — 200 гр; ферменты папайи — 180 таблеток, а необходимо — 42 шт; корень солодки деглицеринизированный — 90 жевательных таблеток, потребуется — 14 шт. и так далее.

Плюс наборов в том, что вы получаете ровно столько, сколько нужно для прохождения курса, не тратите время на сами покупки, не переплачиваете за ненужное количество, получаете качественный товар в короткий срок.

НАБОР "ДЛЯ КОРМЯЩИХ МАМ"



Это набор трав и препаратов, созданный специально для КОРМЯЩИХ МАМ. В нем собраны только те препараты, которые не противопоказаны при грудном вскармливании.

Однако, обращаем Ваше внимание, что все детки разные и всегда с осторожностью и вниманием вводите новый препарат, наблюдайте за реакцией малыша первые несколько дней.



В Набор "Для кормящих мам" входит:

- **1.** Масло черного тмина, полученное методом холодного прессования 100 мл.
- 2. Эфирное масло чайного дерева терапевтического класса, doTerra 5 мл.
- **3.** Сода (iherb) 150 гр.
- **4.** Псиллиум (iherb) 50 гр.
- **5.** Пищевая глина, каолин 100 гр.
- **6.** Расторопша (семена) 100 гр.
- 7. Кора муравьиного дерева лапачо (iherb) 50 гр.
- **8.** Трава стевия 30 гр.
- **9.** Розовая гималайская соль 100 гр.
- **10.** Семена укропа 50 гр.
- **11.** Пчелиная пыльца 50 гр.
- **12.** Пробиотик (iherb) 14 веганских капсул.

Вес набора — 1 кг

Цена набора "Для кормящих мам": 4950 руб / 80 \$ / 2350 грн

* На каждом препарате из наборов имеется подсказка — на каком этапе программы он принимается!



- ** Если Вы уже сейчас знаете, что будите проходить разгрузку по методу М.Оганян, дополнительно у нас можно приобрести травяной сбор «по Оганян», 100 гр,стоимостью 750 руб / 10 \$ / 350 грн
- ▶ В травяной сбор «по-Огонян» входят 16-ть трав, цветов и корней ручной сборки и щадящей сушки, собранные в экологически чистых местах.



РЕКВИЗИТЫ ДЛЯ ОПЛАТЫ НАБОРОВ:

- **1.** Оплата любой банковской картой: https://se.getcourse.ru/sposoboplaty_proizvolnaya_summa
- 2. Оплата на карту:
 - > Сбербанка 4274 3200 7436 3477 на имя Натальи Александровны А.
 - Приват банка 5167 9856 6089 8545 на имя Андрусенко Святослава

**После оплаты вышлите чек или скрин платежа — Наталье Айвазовой: https://vk.com/natalia_ayvazova или Телеграм @Natalia_Aivazova

ОТПРАВКА НАБОРОВ:

По России наборы отправляем транспортной компанией Боксберри.

Сроки доставки: в Москве посылка будет через 3-5 дней. Стоимость доставки оплачивается отдельно, будет стоить примерно 250- 500р. в зависимости от места и выбранного вами способа доставки: курьер до квартиры (примерно на 150р. дороже) или самовывоз с ближайшего от вас пункта компании Боксберри.

Если вы хотите рассчитать срок доставки Набора по России, а также его стоимость, воспользуйтесь калькулятором транспортной компании Боксберри по ссылке:

https://boxberry.ru/about_us/news/338570/

В нем нужно заполнить:

Очищение на цельно-растительном питании за 30 дней



- > выбираем вкладку: Для писем и посылок
- откуда: Ростов-на-Дону
- > куда: свой населенный пункт
- фирменная упаковка: Короб S
- оценочную стоимость ставим минимальную: 500 руб.

И нажимаем рассчитать.

**С января 2019 года мы отправляем наборы и в другие страны мира. Если вам нужно отправить Набор в ДРУГУЮ СТРАНУ (не Россию). ПЕРЕД оплатой Набора, свяжитесь с Натальей Айвазовой - она уточнит у почтовой службы стоимость доставки Набора в вашу страну. Кроме того, цена и комплектность наборов для отправку в другие страны будет немного отличаться!

Контакты для связи с Натальей Айвазовой: https://vk.com/natalia_ayvazova или Телеграм @Natalia_Aivazova

КОЛИЧЕСТВО НАБОРОВ ОГРАНИЧЕНО!!!!

В прошлом потоке приняло участие 25 человек. Всем желающим не хватило, поэтому покупайте, как только прочитали сообщение. Потом их может не быть. Это не маркетинговый приём, а реальная картина.

Примечание 1. Если вы не успеваете купить некоторые препараты к началу фаз и не можете следовать программе, не переживайте, можно сдвинуть сроки приема препаратов и сами фазы по согласованию с капитаном.

<u>Примечание 2.</u> В Коралловом клубе можно получить дистрибьюторскую скидку 20%. Для этого нужно зарегистрироваться на сайте, указав код 4698530.

Страничка регистрации

Вам присвоят личный код и вышлют на почту инструкции. Получить продукцию можно в офисе Кораллового клуба в вашем городе, назвав свой код.

<u>Примечание 3.</u> Если вам удобно заказать что-то на сайте <u>www.iherb.com</u> (промокод iHerb IHER: WET3219) — то на сайте коучинга есть <u>"Инструкция. Как заказать товары на сайте iherbs"</u> и <u>Ссылки на рекомендуемые и другие полезные для сыроедов препараты</u> Средний срок доставки в крупные города стран СНГ 7-14 дней с момента оплаты заказа.

Удачной подготовки!



С уважением, Святослав Андрусенко и команда коучинга

