

Protocol zilnic – „Părintele Paisie” + completare

Dimineța (ora 8:00)

- Începeți cu sucul de legume (sfeclă roșie, țelină, morcov, măr, ½ lămâie, 1 cartof).
- Ceai: începeți să beți din litru de infuzie (brusture, pălămidă/armurariu, roiniță, pelin).

La fiecare 2 ore (până se termină sucul)

- Câte un pahar de suc proaspăt (doar pe timpul zilei).

După masa de prânz (ora 13:00–14:00)

- 1 capsulă Siliciu organic
- 1 capsulă Omega 3 vegetal
- Continuați și cu ceaiul până se termină litru de peste zi.

După-amiază (ora 16:00–17:00)

- Se iau în 100 ml apă:
 - 10 pic. tinctură propolis
 - 10 pic. tinctură armurariu
 - 5 pic. tinctură propolis (a doua oară)
- + 1 doză Colagen Agho Plus

Seara (ora 20:00)

- Ultimul pahar de suc, dacă mai rămâne.
- Restul de ceai (infuzie), pentru a încheia litru de peste zi.

Note

- Durată: 42 zile, apoi pauză 15 zile, după care se reia până la 93 zile total.
- Sucul se face proaspăt zilnic.
- Infuzia se prepară dintr-o lingură din fiecare plantă (brusture, pălămidă/armurariu, roiniță, pelin).
- „În infuzie 25 min.” → ceaiul se lasă la infuzat 25 minute.