

Celem istnienia tej strony jest informowanie, na temat mocy, kryjącej się w wegańskiej diecie, w oparciu o ożywione i surowe pożywienie roślinne ( Witarianizm, frutarianizm ) . Ta stronka jest po to aby dostarczyć osobom zainteresowanym, solidnych informacji. Można tutaj znaleźć liczne przepisy witariańskie, artykuły, wywiady, linki i inne informacje oraz wsparcie.

Uważamy, że większość problemów zdrowotnych jest spowodowana przez niepoprawne odżywianie się, bardziej specyficznie, przez dodawane do żywności, rozmaitych chemikaliów, sztucznych dodatków, pestycydów a zwłaszcza przez niszczenie pożywienia poprzez termiczną obróbkę! Były Lekarz Główny Stanów Zjednoczonych, wyraził się następująco: "Ponad 1 milion Amerykanów, umiera każdego roku, i to tylko z powodu nieodpowiedniego odżywiania się". Niniejsza strona internetowa, ma na celu edukować o tym, jak w prosty sposób, zadbać o własne zdrowie - spożywając surowe pożywienie.

zastanów się: jaki inny gatunek na naszej Ziemi, niszczy termicznie pożywienie, w procesie zwanym gotowaniem ?

Jaki inny gatunek na naszej Ziemi, cierpi z powodu problemów zdrowotnych z jakimi borykają się ludzie?

Co nasi przodkowie jadali, zanim zaczęli używać ognia?

Jedli właśnie, surowe pożywienie!

Najgłębsze prawdy są proste. Ale są one ukryte i to bezpośrednio przed naszym obliczem. Zatem, podczas przeglądania treści niniejszej strony internetowej, prosimy otworzyć swoje umysły.

Co to jest ożywione pożywienie?

## ZAPRASZAMY NA STRONKĘ SUROWEJ I OŻYWIONEJ ŻYWNOŚCI!

Wpisał surawka

---

Ożywione pożywienie, to pożywienie zawierające nienaruszone enzymy. Enzymy, zwłaszcza niektóre z nich, zaczynają ulegać niszczeniu począwszy od 41 st. C (107 st. F) a pełnemu zniszczeniu, ulega większość enzymów w żywności, począwszy od 52 st. C (126 st. F).

Po więcej informacji na temat ożywionego pożywienia, proszę zajrzeć do [opisu ogólnego strony \(FAQ\)](#).

Zachęcam także do zapoznania się z [sekcją artykułów](#). Tutaj każdy znajdzie coś ciekawego !!!

UWAGA

Ta strona używa plików cookies

