



Jouw e-mail adres zit in ons bestand . Aangezien we je graag als lezer behouden, bieden we jou bij deze een gratis elektronisch tijdschrift aan.
LET OP: vanaf 1 oktober 2009 verbiedt de wet om zomaar mails te sturen. Als je geen e-mail wilt ontvangen van Asmi-ikben, klik dan op [verwijderen](#) en schrap jezelf van onze verzendlijst (of beantwoordt deze e-mail met in de onderwerpregel 'Verwijderen').

BAANBREKEND KANKERONDERZOEK - NOBELPRIJSWINNAAR IN 1912



Wist je dat onderzoekers al vanaf het begin van de vorige eeuw bezig waren om het verouderen en ontaarden van cellen te onderzoeken. Eén van deze wetenschappers Alexis Carrel kreeg daarvoor in 1912 zelfs de Nobelprijs voor de Geneeskunde.

In het laboratorium isoleerden hij en andere onderzoekers levende cellen en probeerden deze in leven te houden in een zogenaamde weefselkweek. Ze ontdekten dat cellen eigenlijk niet verouderen wanneer ze goed worden gevoed en tegelijkertijd de afvalstoffen in en rondom de cel worden verwijderd. Terwijl in andere experimenten het onthouden van vitale voedingsstoffen aan de cel of het vergiftigen van het milieu er omheen vrij snel tot ernstige functieverstoringen, en zelfs tot celwoekering leidde.

Na vele, vele jaren hebben deze wetenschappers hun experimenten gestaakt. Hun eindconclusie was:

'Een cel kan eeuwig leven wanneer ze optimale voeding krijgt en de gifstoffen uit het milieu worden verwijderd'.

Drie belangrijke maatregelen

Goede voeding en het ontgiften van het lichaam zijn dus twee belangrijke mogelijkheden om kanker te bestrijden. Hier wil ik je een paar tips geven over hoe je je lichaam kunt helpen ontgiften.

Op de allereerste plaats is het belangrijk om te beseffen dat er allerlei gifstoffen in onze voeding terecht zijn gekomen en dat deze stoffen het lichaam overbelasten en ziekmaken. Denk bijvoorbeeld aan bestrijdingsmiddelen op groente en fruit, E-nummers, geur-, kleur- en smaakstoffen in potjes, blikjes en pakjes, aspartaam als zoetstof en niet te vergeten de anti-biotica en groeihormonen in vis en vlees uit kweekvijvers en bio-industrie. Vooral die laatste - de groeihormonen - lijken een belangrijke rol te spelen in de toename aan hormoongevoelige kankers (bijvoorbeeld prostaat- en borstkanker). Je kunt in 1 klap al deze gifstoffen elimineren door over te schakelen op biologische voeding. Daarmee bewijs je je lichaam een grote dienst.

Maar ook wanneer je gezond eet ontstaan er toch nog afvalstoffen in het lichaam. Ook die moeten worden verwijderd. Dat gebeurt door de uitscheidingsorganen lever, longen, darmen, nieren en huid. Twee belangrijke maatregelen die hierbij kunnen helpen zijn voldoende drinken (daarmee spoel je afvalstoffen via de nieren uit je lichaam) en voldoende lichaamsbeweging (de verbeterde bloeddorstroming en diepere ademhaling die daardoor ontstaat versnelt de uitscheiding van afvalstoffen uit het lichaam).

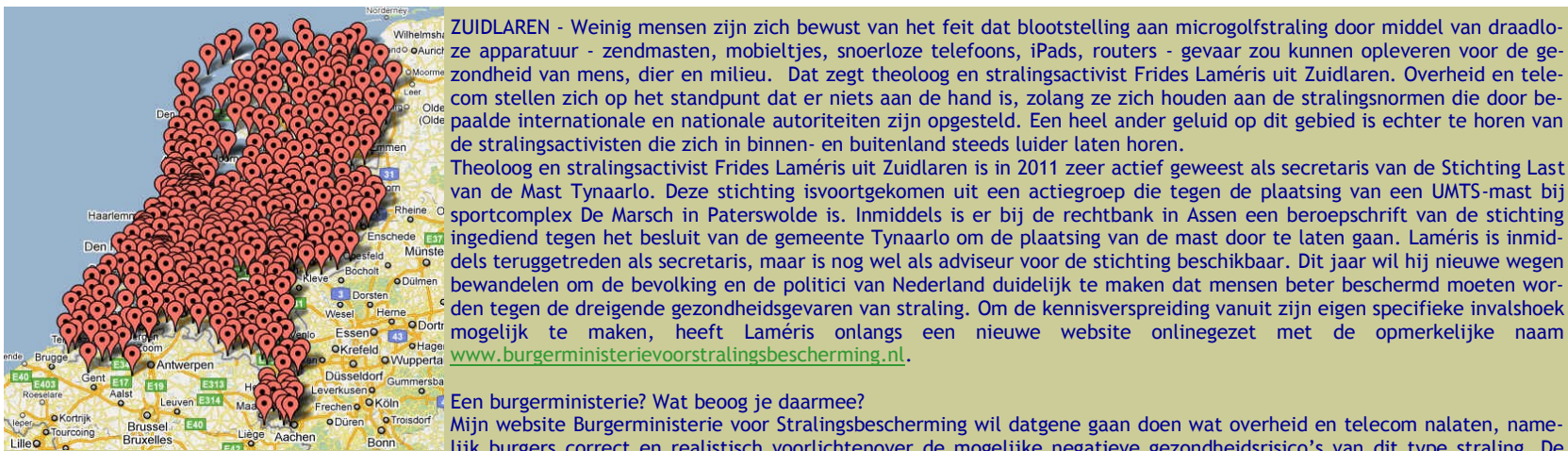
Samenvatting

Er zijn dus drie belangrijke maatregelen die je kunt nemen:

1. Schakel over op biologische voeding
2. Drink 1-2 liter water op een dag
3. Doe dagelijks aan lichaamsbeweging (of ademhalingsoefeningen)

Dit artikel is van Henk Fransen (<http://www.henkfransen.nl/>), Henk is arts en heeft o.a. gewerkt in het stervenshuis van Moeder Teresa.

STRALING - HET DIGITALE ASBEST VAN DE TOEKOMST?



ZUIDLAREN - Weinig mensen zijn zich bewust van het feit dat blootstelling aan microgolffstraling door middel van draadloze apparatuur - zendmasten, mobieltjes, snoerloze telefoons, iPads, routers - gevaar zou kunnen opleveren voor de gezondheid van mens, dier en milieu. Dat zegt theoloog en stralingsactivist Frides Laméris uit Zuidlaren. Overheid en telecom stellen zich op het standpunt dat er niets aan de hand is, zolang ze zich houden aan de stralingsnormen die door bepaalde internationale en nationale autoriteiten zijn opgesteld. Een heel ander geluid op dit gebied is echter te horen van de stralingsactivisten die zich in binnen- en buitenland steeds luider laten horen.

Theoloog en stralingsactivist Frides Laméris uit Zuidlaren is in 2011 zeer actief geweest als secretaris van de Stichting Last van de Mast Tynaarlo. Deze stichting is voortgekomen uit een actiegroep die tegen de plaatsing van een UMTS-mast bij sportcomplex De Marsch in Paterswolde is. Inmiddels is er bij de rechtbank in Assen een beroepschrift van de stichting ingediend tegen het besluit van de gemeente Tynaarlo om de plaatsing van de mast door te laten gaan. Laméris is inmiddels teruggetreden als secretaris, maar is nog wel als adviseur voor de stichting beschikbaar. Dit jaar wil hij nieuwe wegen bewandelen om de bevolking en de politici van Nederland duidelijk te maken dat mensen beter beschermd moeten worden tegen de dreigende gezondheidsgevaaren van straling. Om de kennisverspreiding vanuit zijn eigen specifieke invalshoek mogelijk te maken, heeft Laméris onlangs een nieuwe website onlinegezet met de opmerkelijke naam www.burgerministerievoorstralingsbescherming.nl.

Een burgerministerie? Wat beoog je daarmee?

Mijn website Burgerministerie voor Stralingsbescherming wil datgene gaan doen wat overheid en telecom nalaten, namelijk burgers correct en realistisch voorlichten over de mogelijke negatieve gezondheidsrisico's van dit type straling. De stralingsniveaus moeten volgens het burgerministerie sterk omlaag worden gebracht. In Nederland valt de toepassing van microgolfttechnologie onder de verantwoordelijkheid van het Ministerie van Economische Zaken. De voorlichting over straling die de overheid geeft loopt via het zogenaamde Antennebureau, dat in Groningen is gevestigd. Dit bureau spreekt gelijktijdig met één mond voor overheid en telecom. Doordat de industriële stralingslobby nepveiligheidsnormen heeft opgesteld en via het Antennebureau blijft rondpapegaaien dat er ondanks duizenden klachten van stralingsgevoelige burgers niets aan de hand zou zijn, leek het mij een goed idee om een website te beginnen die het één en ander zo duidelijk mogelijk aan de kaak stelt. Zolang overheid en telecom zich nog achter de al lang achterhaalde zogenaamde ICNIRP-normen verschuilen, zal er niets aan de dagelijks toenemende stralingsbelasting gedaan worden en dat is een slechte zaak."

ICNIRP? Waar staat dat voor?

ICNIRP is een internationale commissie voor de bescherming met betrekking tot niet-ioniserende straling. De ICNIRP is een in München gevestigde private organisatie, die voornamelijk uit ingenieurs bestaat. Er hebben geen artsen zitting in deze club. Bij nader onderzoek blijken we hier te maken te hebben met een verkapte lobbygroep, die in het belang van telecom en overheid absurd hoge en onrealistische stralingsnormen heeft opgesteld. Het Europese parlement heeft deze ICNIRP-normen echter al in 2008 achterhaald verklaard. Uit een recent door de Amerikanen vrijgegeven en tot voor kort geheim gehouden document van de Defense Intelligence Agency uit 1976 blijkt dat de internationale stralingsnormen omwille van onbelemmerde militaire en industriële output kunstmatig hoog zijn gesteld. Er wordt in dit rapport openlijk toegegeven dat de normen niet primair zijn opgesteld om de gezondheidsbelangen van de burgers te beschermen. Van een Engelse militaire klokkenluider heb ik bovendien gehoord dat de Amerikaanse inlichtingendienst ook alle westerse landen heeft geïnstrueerd om deze gezondheidsrisico's niet aan het publiek bekend te maken. Er is dus duidelijk bedrog in het spel."

Is het aanbod van al deze apparatuur - zendmasten, antennes, laptops en allerlei andere draadloze toepassingen - inmiddels niet zo groot geworden dat er geen weg meer terug is?

„Goede vraag. Ook al zitten we o dit moment in de ijzeren houdgreep van de internationale draadlooslobby, ik geloof toch dat er nog een weg terug is. We moeten zo snel mogelijk een andere richting inslaan omdat verdere uitbreiding van de stralingsbelasting op een ongekende gezondheidsramp zal kunnen uitlopen voor mens, dier en milieu. Ik zie het jaar 2012 vanuit mijn eigen achtergrond als het jaar van de fluwelen revolutie. De samenleving is de afgelopen jaren op vele wegen buiten controle geraakt van democratische krachten en de huidige eurocrisis is hier een goed voorbeeld van. Bewegingen als Occupy zijn begonnen om wereldwijd te protesteren tegen de dominante invloeden van multinationals en banken op regeringen. Alles staat te schudden op zijn grondvesten. We moeten nu ook de lobby in kaart gaan brengen achter de stralingstechnologie."

Dit is een uittreksel van een artikel met Frides Laméris, je kan hem bereiken via frideslameris@gmail.com en 050-4096142.

Tien tips voor mobiele bellers:

- Bel zo weinig mogelijk. Voer lange gesprekken alleen via vaste telefoon.
- SMS als bellen niet nodig is.
- Hou mobieltje op enige afstand van het hoofd of gebruik tussensnoertje of headset.
- Zet mobieltje 's nachts uit. Bel niet voor het slapen gaan.
- Draag mobieltje in aparte tas; niet op het lichaam of in broekzak.
- Schaf devies voor mobieltje aan die elektrostress kan beperken (googelen voor info).
- Schaf mobieltje aan met lage SAR-waarde (info op internet).
- Bel niet of zo weinig mogelijk in afgesloten ruimten als auto, trein, lift.
- Bel niet of zo weinig mogelijk vlak in de buurt van andere mensen (te vergelijken met passief roken).
- Onderzoek of je verslaafd bent aan je mobieltje.

DE MANNEN DIE ONS DIK MAAKTEN



Het aantal mensen met obesitas neemt wereldwijd toe. Er zijn nu meer mensen die lijden aan overgewicht dan aan ondervoeding. Twee derde van de Britse volwassenen is te zwaar en één op de vier is zwaarlijvig. Journalist Jacques Peretti ging op zoek naar de verantwoordelijken voor de radicale verandering van onze eetgewoonten. Hoe beïnvloeden beslissingen die 40 jaar geleden zijn gemaakt in de Verenigde Staten de manier waarop we eten?

Glucose-fructosestroop

Peretti reisde af naar Amerika om het verhaal van glucose-fructosestroop te onderzoeken. De zoetstof werd in de VS in de zeventiger jaren geprezen door de minister van Landbouw Earl Butz onder Richard Nixon omdat overvloedige maïsvoorraden als sneeuw voor de zon verdwenen.

Het is goedkoper en zoeter dan suiker en wordt inmiddels verwerkt in de meeste levensmiddelen en frisdranken. Glucose-fructosestroop is niet alleen zoeter dan suiker, het verstoort de werking van leptine, het hormoon dat onder meer onze eetlust controleert. Wanneer je het eet of drinkt weet je dus niet wanneer je moet stoppen.

Diskrediet

De Britse voedingsdeskundige John Yudkin waarschuwde als één van de eersten voor de gevaren van suiker, maar zijn bevindingen werden destijds in Amerika in diskrediet gebracht. Een rapport door het Amerikaanse Congres gaf vet in plaats van suiker de schuld voor het toenemende aantal hart- en vaatziekten. De voedselindustrie kwam met allerlei lightproducten met een laag vetgehalte die bovendien gezond zouden moeten zijn voor het hart. Er werd nog meer suiker toegevoegd aan de producten.

In de zeventiger jaren maakten Britse levensmiddelenfabrikanten gebruik van advertencampagnes om het eten van tussendoortjes te bevorderen. Fastfoodketens schoten als paddenstoelen uit de grond. Twintig jaar na de komst van McDonald's was het aantal fastfoodrestaurants in Groot-Brittannië verviervoudigd.

Lees ook onze pagina's : [suiker](#), [suiker en kanker](#), en het artikel van [Niburu](#)

Als u wilt dat we uw naam van onze verzendlijst verwijderen, [klikt u hier](#).

Vragen of opmerkingen? Stuur een e-mail naar info@asmi-ikben.nl