

Levend Water, Levend
Lichaam - de kracht van
Kangen Water in jouw
dagelijks leven



water

Een gids voor natuurlijke hydratatie
& herstel

WisewomanJuliette.nl



INHOUD

In deze gids neem ik je mee in de kracht van water. Niet zomaar water, maar levend, voedend, helend water. Op elke pagina ontdek je een laag dieper, een inzicht helderder, een keuze bewuster. Dit is jouw uitnodiging naar duurzame gezondheid.

1. Water: de stille kracht achter jouw gezondheid
2. Verzuring van je lichaam
3. Dehydratie: waterschaarste in je lichaam
4. De rol van Kangen Water
5. Wat zegt de natuurgeneeskunde?
6. Weet je al welk water het beste voor je is?
7. Is ons kraanwater wel zo schoon?
8. Het juiste water is het water dat deze eigenschappen bezit
9. Wat artsen hier over zeggen
10. De mogelijkheden
11. Zacht water, grote verandering
12. De installatie van het Kangen Water-apparaat



WATER: DE STILLE KRACHT ACHTER JOUW GEZONDHEID



Water is onmisbaar voor alles wat in je lichaam gebeurt. Niet alleen op warme zomerdagen, maar élke dag van het jaar. Je lichaam bestaat voor zo'n 70% uit water, en al die

- processen die jou gezond houden -
- van je spijsvertering tot je weerstand
- - hebben zuiver water nodig om te

kunnen functioneren. Zonder die stroom stopt iets. En dat voel je, soms ongemerkt, soms heel duidelijk.

Je verliest dagelijks water, via ademhaling, huid, ontlasting en slaap. Daarom is aanvullen zo belangrijk: ongeveer 30 ml per kilo lichaamsgewicht. Toch drinkt het merendeel van de mensen veel te weinig.

Kraanwater lijkt schoon, maar bevat steeds vaker resten van medicijnen, pesticiden en microplastics. Wat je zou moeten voeden, kan je lichaam zo juist belasten.



VERZURING VAN JE LICHAAM

Leven maakt zuur

Bij alles wat je doet, komen zure afvalstoffen vrij. Je lichaam voert die normaal af via je nieren, longen, lever en huid. Maar als dat proces hapert, stapelen de zuren zich op. Dat gebeurt geleidelijk, vaak zonder dat je het meteen merkt. Tot er klachten ontstaan: stijfheid, ontstekingen, pijnlijke plekken, vermoeidheid. En later misschien zelfs chronische ziektebeelden.

Verzuring ontstaat niet alleen door wat je eet of drinkt. Ook stress, emoties, slaapgebrek, medicijnen, roken, intensief sporten of juist te weinig bewegen dragen eraan bij. Zelfs het niet verwerken van emoties laat sporen na. Het lichaam raakt overbelast – en dat voel je.



DEHYDRATIE: WATERSCHAARSTE IN JE LICHAAM



Wanneer je lichaam begint te roepen



Je merkt het soms niet eens meteen. Maar al bij een tekort van 2% vocht begint je lichaam minder goed te functioneren. En dat voel je – niet per se als dorst, maar als vermoeidheid, een doffe concentratie, hoofdpijn of gewoon... net niet helemaal jezelf.

Water is de drager van alles in je systeem: het voert afvalstoffen af, transporteert voedingsstoffen en houdt je energie in beweging. Maar als er niet genoeg water is, raakt het hele systeem verstoord. En dan ontstaan er tekorten. Niet alleen in vocht, maar in helderheid, balans en vitaliteit.

Kleine tekorten hebben grote gevolgen. En die beginnen vaak sluipend.



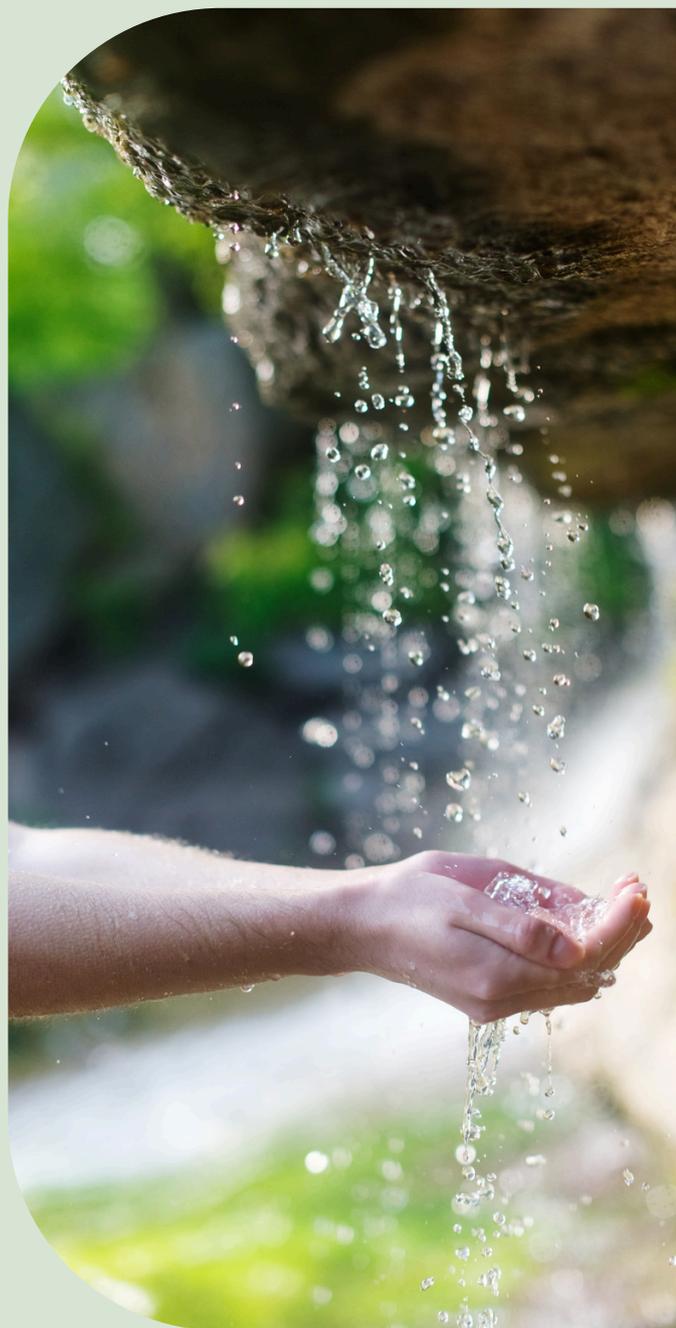
DE ROL VAN KANGEN WATER

Herinner je lichaam aan hoe goed het zich kan voelen

Kangen Water helpt je lichaam herstellen. Doordat het zachter is, microgeclusterd en boordevol antioxidanten, wordt het razendsnel opgenomen. Je cellen hoeven niet te wachten – ze ontvangen wat ze nodig hebben om te ontgiften, te herstellen, te hydrateren.

Veel mensen zeggen: “Ik had niet door hoeveel ik miste, tot ik dit water begon te drinken.”

Het verschil zit ‘m in de eenvoud. Zacht water, directe opname, en precies wat jouw lichaam zoekt om weer in balans te komen. Zonder klotsen, zonder druk op je maag. Alleen maar rust, opname, en herstel van binnenuit.



WAT ZEGT DE NATUURGENEESKUNDE?



Natuurartsen wijzen al jaren op het belang van een gezond zuur-base evenwicht. In de natuurgeneeskunde wordt verzuring vaak gezien als oorzaak van klachten die in de reguliere zorg 'normaal' lijken - of onderdrukt worden met medicatie.

Bij te veel verzuring raakt het immuunsysteem uit balans. Je zeven uitscheidingsorganen - zoals lever, huid en nieren - kunnen het niet meer bijbenen. En dan ontstaan er signalen, zoals:

- vermoeidheid en hoofdpijn
- huidklachten en eczeem
- allergieën, astma en spijsverteringsproblemen
- reumatische klachten, botontkalking of zelfs depressie

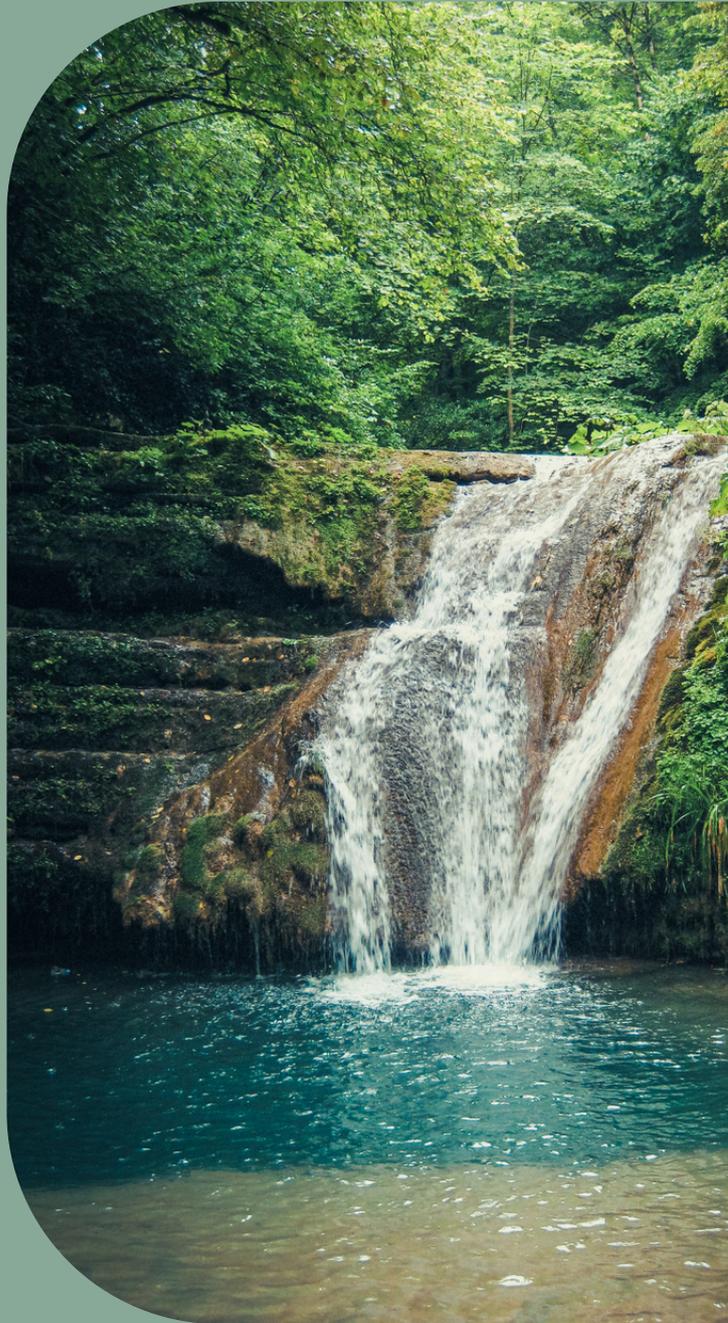
Verzuring zie je niet altijd. Maar je voelt het vaak wél - van binnenuit.

WEET JE AL WELK WATER HET BESTE VOOR JE IS?

In het noorden van Pakistan, hoog in het Himalayagebergte, leeft het Hunzavolk. Ze worden vaak meer dan honderd jaar oud – in goede gezondheid, zonder chronische ziekten. En dat is geen toeval. In de jaren dertig onderzocht Nobelprijswinnaar Dr. Henri Coanda waarom juist zij zo vitaal blijven. Zijn ontdekking: het water dat zij dagelijks drinken – smeltwater van de gletsjers – heeft drie bijzondere eigenschappen die je nergens in leidingwater vindt.

Het bevat:

- een hoge hoeveelheid antioxidanten
 - een natuurlijke, hoge pH-waarde (boven de 8,5)
 - én een fijne, zachte structuur die het lichaam beter opneemt
- Water dat het lichaam voedt...
precies zoals de natuur het bedoeld heeft.



IS ONS KRAANWATER WEL ZO SCHOON?



Het Nederlandse kraanwater behoort tot het schoonste van de wereld, maar het is steeds moeilijker dit ook zo schoon te houden. Afgelopen lente meldde de Volkskrant dat onze riolen farmacologische zwembaden zijn. Medicijnresten, zoals pijnstillers, hormoon- en anticonceptiepillen, antibiotica, bètablokkers, resten van drugs, etc. komen ook in het oppervlaktewater terecht, waar het met de huidige waterzuiverings technieken onmogelijk is om ze er helemaal uit te filteren. Niet alleen resten van medicijnen maar ook zware metalen, pesticiden, restjes schoonmaakmiddelen en microplastics worden tegenwoordig aangetroffen in ons drinkwater. Deze, voor ons lichaam zeer schadelijke stoffen, beschadigen en verstoren in het bijzonder ons immuunsysteem, stofwisselingsprocessen en het voortplantingssysteem.



HET JUISTE WATER IS HET WATER DAT DEZE EIGENSCHAPPEN BEZIT

Het bijzondere aan dit water is dat het niet zomaar dorst lest. Het ondersteunt je lichaam echt - tot in de kleinste cel. Het heeft vier unieke eigenschappen die samen zorgen voor zuivering, voeding en herstel.

1. Boordevol antioxidanten

Antioxidanten beschermen je cellen tegen veroudering. Luchtvervuiling, straling, alcohol en stress zorgen voor vrije radicalen in je lichaam. Antioxidanten neutraliseren deze, zodat ze je cellen niet kunnen beschadigen.

Dit water zit er vol mee - en helpt zo je lichaam fris, helder en krachtig te houden.

2. Alkalisch water - tegen verzuring

Alkalisch betekent: niet zuur. Ons lichaam is vaak te zuur door voeding, stress en gifstoffen.

Kangen Water heeft een natuurlijke pH-waarde van 8.5 tot 9.5. Hoe alkalischer, hoe meer zuurstof het bevat. Zo helpt het je zuur-base-evenwicht te herstellen - iets waar je met voeding alleen nauwelijks aan toekomt.



HET JUISTE WATER IS HET WATER DAT DEZE EIGENSCHAPPEN BEZIT 2



3. Micro-geclusterd - dus beter opneembaar

Normaal water bestaat uit grote groepen moleculen. Dit water is fijn van structuur - het vormt kleine clusters die makkelijk je cellen binnenkomen. Daardoor word je dieper gehydrateerd, en worden voeding en afvalstoffen makkelijker opgenomen en afgevoerd. Het werkt zuiverend tot op celniveau.

4. Rijk aan waterstof - tegen oxidatieve stress

Waterstof in dit water bindt zich aan vrije radicalen en helpt je lichaam om stress, ontstekingen en schade van binnenuit te kalmeren.

Het werkt als een zachte innerlijke beschermer - precies wat je lichaam nodig heeft om zich te herstellen en in balans te blijven.



WAT ARTSEN ZEGGEN



“Een lichaam met vervuilde darmen kan niet gezond zijn. Ik adviseer mijn cliënten een zuiver dieet, gecombineerd met Kangen Water – vanwege de krachtige hydratatie, zuivering en antioxidanten.”

– Dr. Horst Filtzer, Hart- en Vaatchirurg, Harvard Medical, New York



“Een lichaam met vervuilde darmen kan niet gezond zijn. Daarom adviseer ik een zuiver voedingspatroon met Kangen Water – vanwege de diepe hydratatie, zuivering en antioxidanten.”

– Dr. Hiromi Shinya, voormalig hoofd Endoscopie Beth Israel, New York



“Geïoniseerd alkalisch water ondersteunt dagelijks herstel en balans. In mijn protocollen speelt dit water een centrale rol – als natuurlijke hulpbron voor vitaliteit.”

– Peggy Parker, arts biologische geneeskunde en auteur



“Gezondheid vraagt om balans. Geïoniseerd water helpt je lichaam op een eenvoudige, natuurlijke manier die iedereen kan toepassen – effectief, zacht en voedend.”

– Dr. Tim McKnight, arts en auteur

DE MOGELIJKHEDEN



pH 8.5–9.5

Drinkwater dat direct in je cellen wordt opgenomen. Licht, zacht, rijk aan antioxidanten. Perfect om te drinken, koken, thee te zetten en je planten te voeden.



pH 7.0

Neutraal water voor babyvoeding en medicijnen. Zorgt voor veilige opname, zonder versterking van werking.

pH 6.0

Zacht verzorgingswater. Voor huid, haar en vacht. Gebruik als natuurlijke conditioner, gezichtsspray of om je dier een zachte vacht te geven.

pH 2.5

Natuurlijk ontsmettend water. Voor wondjes, het reinigen van speelgoed, handen of oppervlakken. Veilig en effectief.

pH 11.5

Ontvettend en reinigend. Verwijdert pesticiden van groenten en fruit. Werkt krachtig bij vuil in keuken en badkamer.



ZACHT WATER, GROTE VERANDERING

Misschien voel je het al... hoe anders dit water is. Hoe het niet alleen dorst lest, maar iets in beweging zet - in je lichaam, in je huid, in je energie.

Kangen Water komt uit een **apparaat** dat je thuis gewoon op je kraan kunt aansluiten. Het maakt **zeven soorten water** - elk met hun eigen kracht, afgestemd op wat jij of je dier nodig heeft. Van **drinkwater** dat je **cellen diep hydrateert**, tot **schoonmaakwater** dat zelfs **chemicaliën van je groenten haalt**.

De machine werkt op basis van **elektrolyse**: het water wordt **gefilterd, geïoniseerd en gestructureerd**. Daardoor wordt het rijk aan **antioxidanten, zachter van smaak en krachtiger in werking**. Je kiest zelf welke **pH** je nodig hebt - met één druk op de knop

Zonder **plastic flessen**, zonder gesjouw, gewoon uit je eigen kraan.

Elke dag opnieuw.

Een **zachte revolutie...** die gewoon begint met **water**.



DE INSTALLATIE VAN HET KANGEN WATER-APPARAAT



Eenvoudig aan te sluiten, direct te gebruiken

Voor het gebruik van het Kangen Water-apparaat zijn vier dingen nodig: het apparaat zelf, een kraanaansluiting (bij voorkeur een keuken- of wasmachinekraan met koud water), een spoelbak of wasbak voor de afvoerslang, en een geaard stopcontact.

Het apparaat wordt via een bijgeleverde adapter aangesloten op een bestaande kraan. Deze kraan moet koud leidingwater leveren - warm water is niet geschikt en kan het apparaat beschadigen. Zowel een standaard keukenmengkraan als een aparte koudwaterkraan (bijvoorbeeld een wasmachinekraan) is mogelijk.

Tijdens het maken van Kangen Water ontstaat er ook restwater. Dit restwater wordt afgevoerd via een slang, die eenvoudig in een spoelbak of wasbak gelegd kan worden. Een vaste afvoer is dus niet nodig.

Tot slot sluit je het apparaat aan op een geaard stopcontact. Daarna is het direct gebruiksklaar: met één druk op de knop kies je het gewenste water.

Je lichaam weet
wat goed voor haar is.
Gun haar water dat
ondersteunt, voedt en
heelt - elke dag opnieuw.



Heb je vragen of wil je het
zelf ervaren? Neem gerust
contact met me op. Ik help
je met liefde verder.



+31624392638



WISEWOMANJULIETTE@OUTLOOK.COM



HOPDREEF 18 3204GE SPIJKENISSE

[WisewomanJuliette.nl](https://www.wisewomanjuliette.nl)