



Soek die Here, vind rus in Hom en vertrou slegs op sy belofte van vrede in hierdie tyd van onrus, want “kyk, die hand van die Here is nie te kort om te help nie.” Jesaja 59:1 (1953)



## MOENIE BANG WEES NIE

Johannes 14:27 (Die Boodskap)

“Julle hoef nie bekommerd te wees nie. Ek los ook vir julle 'n geskenk wanneer Ek weggaan: vrede! Moet dit egter nie verwar met die oppervlakkige vrede van hierdie wêreld nie. Dit is vrede wat iemand net by My kan kry. Daarom hoef julle nie gespanne of selfs bang te voel oor die toekoms nie.”

Psalm 23:4 (Bybel vir almal)

“Ook wanneer ek deur 'n diep en donker vallei moet loop, dan sal ek nie bang wees nie, want U, Here, is by my. U beskerm my soos 'n herder sy skape beskerm met sy stok en met sy kiere.”

Dawid herinner ons in Psalm 34:5 – “Ek het tot die Here gebid en Hy het my geantwoord, Hy het my bevry van alles waarvoor ek bang is.” (Nuwe Lewende Vertaling)

Roep uit na God en jy sal vrede vind!



# WAT IS 'N VIRUS?



Virusse is baie eenvoudig en bestaan amper net uit 'n buitenste proteïen-dop wat die virus se DNA (of RNA) bevat – die genetiese kode met al die instruksies oor hoe om nuwe kopieë van die virus te vervaardig. Virusse kan slegs reproduseer deur die selle van biologiese organismes te besmet en beheer, aangesien hulle op sigself nie die vermoë besit om onafhanklik voort te plant nie. Hulle herprogrammeer basies ander selle om 'n virusfabriek te word. Virusse word nie as lewend beskou nie omdat hulle nie sonder 'n gasheer kan reproduseer nie.

Baie diere- en plantspesies het hul eie, spesifieke virusse. Vlermuise en ietermago's is draers van verskeie soorte koronavirusse, waarvan een klaarblyklik die bron is van die nuwe koronavirus wat COVID-19 veroorsaak.

## IS BAKTERIEË ANDERS AS VIRUSSE?

Op 'n biologiese vlak is bakterieë en virusse totaal verskillend, maar beide kan ons siek maak. Bakterieë is eensellig en baie klein, maar is lewende organismes wat nie van 'n ander biologiese sel afhanklik is om te reproduseer nie. Bakteriële en virusinfeksies word dus ook heeltemal verskillend behandel. Antibiotika help bv. slegs teen bakterieë, nie virusse nie.

## IMMUNITEITSTELSEL TOT DIE REDDING

Virusse soek inkomplek – 'n stukkende plekkie êrens op die vel, 'n oog wat gevryf word nadat daar aan die deurhandvat sel gevat is wat vol verkoue-virusse is, of die happie kos wat nie reg gaargemaak of skoongemaak is nie. Gelukkig behoort die liggaam se immuniteitstelsel te weet dat daar fout is, want elke liggaamsel het 'n unieke proteïen-“vingerafdruk” wat voortdurend nagegaan word om indringerselle te identifiseer. Die immuniteitstelsel stel dan witbloedselle en ander chemikalieë vry wat indringers vernietig. Teenliggaampies is een van die immuniteitstelsel se belangrikste wapens teen virusse. Teenliggaampies is molekules wat deur die witbloedselle vervaardig word om indringers te beveg en ons gesond te hou. Elke mens het ±10 biljoen verskillende teenliggaampies – meer as die hele mensdom tesame! Teenliggaampies identifiseer/merk virusse deur aan hul vas te sit sodat die witbloedselle die virusse kan oorrumpel en vernietig.



## VERSTERK JOU IMMUNITEITSTELSEL



### Immuunversterkers

Vitamine: A, B6, B12, C, D en E.

Minerale: Sink, selenium en magnesium.

Kruie: Knoffel, astragalus, melk-distel, ginseng, groen tee, swart komyn en licorice.

Kosse ryk aan anti-oksidante.

Gereelde oefening (verkieslik buite).

Genoeg rus – veral slaap.

Troeteldier-eienaars het laer bloeddruk en cholesterolvlakke.

Positiewe houding/uitkyk.

Lekker lag.

### Immuunonderdrukkers

Vermynigiets wat jou immuniteitstelsel onderdruk.

Rook en nikotienprodukte is baie sleg vir die immuniteitstelsel.

Alkohol onderdruk die immuniteitstelsel. Dit is beter om matig of glad nie te drink nie.

Chroniese spanning onderdruk die immuniteitstelsel en verhoog die risiko om verskeie siektes op te doen.

Studies toon dat eensaamheid en sosiale isolasie baie nadelig vir die gesondheid is.

# ALOE FEROX-IMMUUNVERSTERKERS

Aloe Ferox-produkte wat die immuunstelsel in tiptop kondisie kan hou:



## WINTER FIGHTER met Echinacea

Navorsing toon dat die hoogs aktiewe polisakkarieses in Echinacea, spesifieke selle aktiveer wat help om infeksie teë te werk. Echinacea kan ook die lewensduur van witbloedselle verleng en sodoende die immuunstelsel onderhou en versterk.

## VITAMIN C+ (Askorbiensuur) – Tans uitverkoop, wag vir voorraad.

Vitamiën C is 'n noodsaaklike mikrovoedingstof. Dit is 'n kragtige antioksidant teen vrye radikale in die liggaam en is 'n bydraende faktor tot 'n menigte ensieme – biosinteties en geen-regulerend. Vitamiën C verbeter immuunverdediging deur verskillende sellulêre funksies van beide die ingebore en aanpasbare immuunstelsel te ondersteun. 'n Tekort aan vitamiën C kan tot 'n verswakte immuuniteit en hoër vatbaarheid vir infeksies lei. Aanvulling van vitamiën C-vlakke verbeter en voorkom respiratoriese en sistemiese infeksies. Studies toon ook dat voldoende vitamiën C-vlakke die erns en duur van virusinfeksies kan verbeter en verkort.



## WHOLE-LEAF ALOE JUICE

Die gekombineerde werking van die 130 medisinale agente wat in die *Aloe ferox*-plant voorkom, verbeter die immuunstelsel sowel as algemene liggaamlike welstand. Kliniese toetse op gesonde volwassenes het getoon dat aktiewe polisakkarieses van plante soos die *Aloe ferox*-plant, die immuunstelsel in die bloed verbeter en allergiese reaksie op respiratoriese inflammatoriese agente demp.



## BODYBASICS



- Vitamiën B6 (piridoksien) is noodsaaklik vir die ondersteuning van biochemiese reaksies in die immuunstelsel. Die simptome van vitamiën B6-tekorte sluit o.a. depressie en verswakte immuunstelsel in.
- Daar is 'n sterk verband tussen magnesium en die ingebore en aanpasbare immuunstelsel. Magnesium verminder ook inflammasie en help om virusinfeksies onder beheer te hou.
- Sink is 'n belangrike mineraal vir die liggaam. Sink hou die immuunstelsel sterk, dra by tot wondgenesing en ondersteun normale groei. Sink het ook 'n gewilde behandeling van verkouesimptome geword. Navorsingstudies het bevind dat sink-suiglekkers die tydsduur van verkoue met 'n dag of wat kan verkort, en dat dit selfs die getal lugweginfeksies onder kinders kan verminder. Ontleding van 2015-kliniese proewe het bevind dat orale sink-aanvullings verkouesimptome verminder indien dit binne 24 uur nadat die eerste simptome voorkom, geneem word. Daar is ook toenemende bewyse dat sink as 'n boodskapper optree by verskeie sellulêre aktiwiteite. Die immuunstelsel kan sinkkonsentrasies in selle manipuleer om kommunikasie t.o.v. immuunhomeostase en -werking te verbeter.
- Vitamiën B12 is kragtig en help om DNA-, senuwee- en bloedselle te vervaardig. Dit is van kardinale belang vir 'n gesonde brein en immuunstelsel. Jou metabolisme sou nie daarsonder kon funksioneer nie.

SI-NOSE SPRAY en SI-NOSE DROPS bevat die bitter sap van die *Aloe ferox*-plant, wat bekend is vir sy antivirale eienskappe. Beperk virusinfeksies deur hierdie produk daaglik te gebruik.



**JULIE 2020  
PRYSVERHOGING**

**UITGESTEL TOT  
VERDERE KENNISGEWING**



**SPECIALS**

**BEST  
OFFER**

Die twee-maandelikse spesiale aanbieding is nog al die jare saam met die nuusbriewe geskeduleer. Hierdie reëling verander vanaf 1 Mei, waarna die spesiale aanbieding slegs vir 1 maand geldig sal wees. Elke maand het dus 'n unieke spesiale aanbieding.

**“Tem die aarde en heers daaroor.”** [Genesis 1:28](#) (Die Boodskap)

“Heers daaroor” beteken nie net dat die mensdom moet heers nie, maar dit plaas ook 'n enorme verantwoordelikheid op elke mens om aktief deel te wees van oplossings wat die aarde 'n aangename en veilige woning maak vir alles wat leef – mens en dier.

Plastiek is nie net een van die veelsydigste stowwe van ons eeu nie, maar ook die #1 rommel-materiaal. Ons versuiming om te bewaar, te verminder, te hergebruik en te herwin is opmerklik oral om ons. Dit is maklik om die blaam op plastiekvervaardigers te plaas, maar daardeur ontduik ons slegs ons eie verantwoordelikheid. “Heers daaroor” is 'n proses van aktiewe betrokkenheid by sake soos bewaring, verminderde gebruik, hergebruik en herwinning – tuis sowel as by die werk.

Aloe Ferox het oor die afgelope dekade verskeie veranderinge aangebring t.o.v. bewaring, verminderde gebruik, hergebruik en herwinning. 'n Goeie voorbeeld hiervan is die materiaal van die verpakking-plastiekkussinkies. Dit word gemaak van nuwe HDPE-plastiek wat male sonder tal hergebruik en herwin kan word. Dit weeg amper niks en plaas dus amper geen las op die dalende fossielbrandstowwe tydens verskeping nie.

**“Die verantwoordelikheid of plastiek by 'n stortingsterrein beland en of dit aan 'n herwinnaar gelewer word, lê uiteindelik in die hand van elke verbruiker.”**

Vervul jou geskape doel: Neem die leiding en begin 'n hergebruik-inisiatief of raak betrokke by 'n hergebruik-/herwinningsprojek in jou plaaslike gemeenskap. Jou bydrae is belangrik!