

順食
HOMEODIET

DAPUR HOMEODIET

Dikilangkan dengan Halal



MENGIKUT WHO



- Dianggarkan **1.28 bilion** orang dewasa berumur 30-79 tahun di seluruh dunia menghidap hipertensi.
- Terdapat lebih daripada **460 juta** orang yang menghidap diabetes di seluruh dunia.
- Lebih daripada **1 bilion** orang di seluruh dunia mengalami obesiti, termasuk **650 juta** orang dewasa, **340 juta** remaja dan **39 juta** kanak-kanak.

INDUSTRI PERUBATAN DAN PENJAGAAN KESIHATAN SEMAKIN MAJU...

Dalam 20 tahun yang lalu, walaupun industri farmaseutikal dan penjagaan kesihatan semakin maju, penyakit masih menjadi lebih biasa dan umur pesakit menjadi lebih muda. Jelas sekali usaha manusia untuk mengurangkan penyakit ini tidak berkesan.



DAPUR=KILANG MAKANAN

Penyakit masuk melalui mulut, dan 90% penyakit seperti darah tinggi, kencing manis dan obesiti bermula dari pemakanan yang salah.

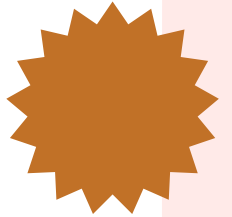
Untuk menyelesaikan masalah kesihatan manusia, kita mesti bermula dengan makanan, dan masalah makanan semuanya bermula di dapur.



GARAM, GULA, MINYAK PEMBUNUH DAPUR

Dalam masyarakat kini, pada asasnya semua makanan diproses di dapur. Menggunakan garam, gula dan minyak yang salah untuk menyediakan makanan boleh menyebabkan kerosakan makanan dan membahayakan kesihatan manusia.

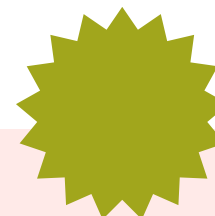
Masyarakat kini menyokong diet dengan kurang garam, kurang gula dan kurang minyak, tetapi ini tidak dapat menyelesaikan masalah sepenuhnya.



DAPUR HOMEODIET

TUKAR GARAM, GULA & MINYAK

Dapur Homeodiet menyokong bahawa setiap dapur di rumah harus diganti dengan garam, gula dan minyak yang lebih sihat, dan dapur rumah harus diubah menjadi kilang makanan yang sihat, supaya makanan menjadi lebih sihat selepas diproses di dapur.



PENYELAMAT DAPUR GANTI PEMBUNUH DAPUR

- ✓ Amethyst Bamboo Salt
- ✓ Orii Sweetener
- ✓ Extra Virgin Coconut Oil





MINYAK

LEMAK ADALAH NUTRIEN

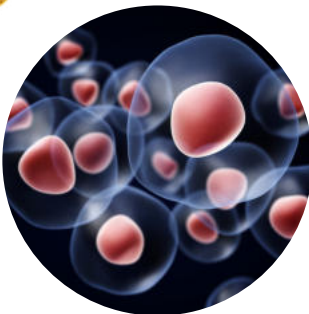
Ya, minyak adalah salah satu nutrisi penting dalam badan. Jika anda memberi perhatian kepada pemakanan dan penjagaan kesihatan, anda harus tahu bahawa makanan yang kita makan setiap hari terbahagi kepada enam kategori, dan minyak adalah salah satu daripadanya, antara nutrisi penting yang diperlukan oleh tubuh manusia, ada duanya adalah asid lemak penting.

4 FUNGSI UTAMA MINYAK



SEDIAKAN HABA TINGGI

Lemak adalah tenaga simpanan terbaik badan kita. Setiap gram karbohidrat dan protein hanya boleh memberikan 4 kalori, tetapi setiap gram lemak boleh menghasilkan 9 kalori.



MEMBENTUK SEL

Minyak adalah komponen penting dalam membran sel. Minyak pada membran sel menentukan kekerasan dan kecairan membran sel, yang seterusnya mempengaruhi pergerakan bahan masuk dan keluar dari sel.



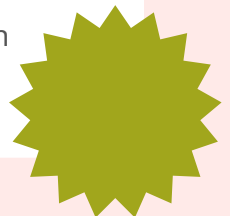
ASID LEMAK PENTING

Minyak dan lemak boleh menyediakan asid lemak penting yang diperlukan oleh badan: asid linoleik dan asid alfa-linolenik, dan boleh menggalakkan penyerapan vitamin larut lemak A, D, E, dan K.



LAIN-LAIN

Minyak boleh melincirkan usus dan membantu membuang air besar dan lemak yang sesuai juga boleh melindungi organ dalaman dan membolehkan kita mengurangkan kehilangan haba badan pada musim sejuk.



MASALAHNYA BUKAN MINYAK TETAPI SALAH GUNA MINYAK

MINYAK DITAPIS/ MINYAK KIMIA

Minyak sayuran ditapis ialah minyak yang dihasilkan pada skala perindustrian, termasuk minyak jagung, minyak kacang soya, minyak biji sesawi dan pelbagai minyak campuran, dan boleh dikelaskan sebagai "minyak kimia". Tidak ada yang salah dengan minyak dalam tumbuhan ini Cuma semasa proses pengeluaran dan pengekstrakan, mereka telah kehilangan sebahagian besar nutrien mereka melalui suhu dan tekanan tinggi, dan penambahan agen kimia seperti penyahasidan, penyahbauan, dan penyahwarnaan.



烹飪油



黃油/奶油



美乃滋



奶精



MASALAHNYA BUKAN MINYAK TETAPI SALAH GUNA MINYAK

LEMAK TRANS

Oleh kerana struktur minyak sayuran yang diproses adalah sangat tidak stabil, ia perlu "dihidrogenkan" untuk meningkatkan kestabilannya. "Minyak terhidrogenasi" adalah lemak trans, yang telah terbukti berbahaya kepada kesihatan manusia dan telah diharamkan oleh banyak kerajaan.



**MINYAK
MASAK**



**MAKANAN
TIN**



**MAKANAN
DIPROSES**



BAKERI

順食
HOMEODIET



FAT

順食
HOMEODIET

BAHAYA LEMAK TRANS



**PENYAKIT
KARDIOVASKULAR**



OBESITI



**MENJEJASKAN
KEHAMILAN**



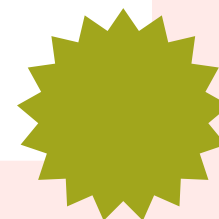
DIABETES



MEROSAKKAN OTAK



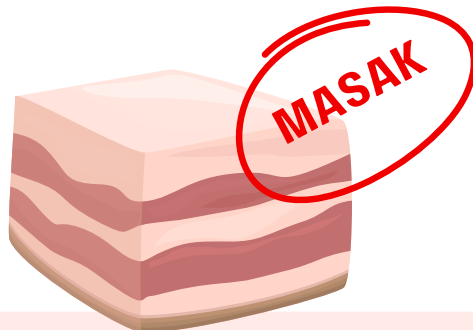
RISIKO KANSER



**SELAGI ANDA TIDAK MENGGUNAKAN KAEDAH YANG SALAH,
SEMUA MINYAK SEMULAJADI ADALAH
"MINYAK YANG SIHAT"**

LEMAK TEPU

- Biasanya lemak haiwan
- Struktur stabil, rintangan suhu tinggi



LEMAK TAK TEPU

- Biasanya minyak sayuran
- Struktur tidak stabil dan tidak tahan suhu tinggi





EXTRA VIRGIN COCONUT OIL

LEMAK TEPU BERASAKAN TUMBUHAN

- Sesuai untuk vegetarian.
- Rintangan suhu tinggi, sesuai untuk memasak.





EXTRA VIRGIN COCONUT OIL

ASID LEMAK RANTAI SEDERHANA MCT

- Ia lebih mudah untuk dipecahkan, diserap dan digunakan oleh badan.
- Tak mudah terkumpul dalam badan.
- Orang yang mempunyai hati dan pundi hempedu yang tidak sihat mesti menyerap lemak melalui asid lemak rantaian sederhana.





EXTRA VIRGIN COCONUT OIL

MENGGAJAKKAN PEMBUANGAN AIR BESAR

- Asid lemak rantai sederhana dalam minyak kelapa boleh menggalakkan metabolisme, merangsang peristalsis usus, dan membantu melegakan sembelit dan senak.





EXTRA VIRGIN COCONUT OIL

FUNGSI ANTIBAKTERIA

- Minyak kelapa mengandung asid laurik, yang mempunyai ciri antibakteria dan antivirus, mengurangkan risiko penyakit jantung, menghalang makanan daripada rosak, menggalakkan kesihatan kulit, dan mencegah jerawat. Sesuai untuk kanak-kanak, warga emas dan orang yang lemah, kurang imuniti dan mudah dijangkiti.





EXTRA VIRGIN COCONUT OIL

SECARA LUARAN DAN DALAMAN

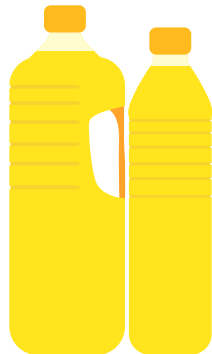
- Digunakan untuk membilas mulut dan menyerap bakteri dan kotoran mulut.
- Minyak kelapa mempunyai sifat pelembab dan boleh digunakan untuk penjagaan kulit.
- Minyak kelapa boleh membantu membaiki rambut yang rosak Sapukan minyak kelapa pada hujung rambut anda sebelum mencuci.



BAGAIMANA UNTUK MEMILIH MINYAK KELAPA YANG BAIK?

MINYAK KELAPA BIASA

- Minyak Kelapa Ditapis RBD
- Ketulenan 85-95%



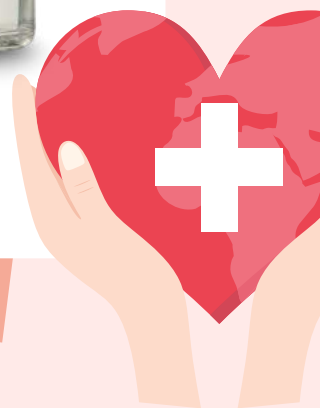
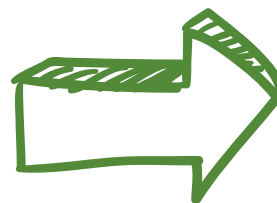
MINYAK KELAPA HOMEODIET

- extra virgin cold pressed
- Ketulenan 99.9%



順食
HOMEOOJET

TUKAR MINYAK UBAH SIHAT



順食
HOMEODIET

DAPUR HOMEODIET

Dikilangkan dengan Halal

