

# VODIČ: Dvig odpornosti s konopljinimi izdelki

Naravna zaščita telesa pred okužbami, vnetji in padcem imunskega sistema.

---

## Zakaj konoplja za odpornost?

Kanabinoidi (CBD, CBG) delujejo **protivnetno, imunomodulatorno** in nevroprotektivno. Kombinacija kapljic in paste posnema endokanabinoidni sistem, ki uravnava imunske procese, vnetja in celično ravnovesje.

---

## PRIPOROČENI IZDELKI

### 1. Kapljice Spektrum MIX (CBD + CBG)

-  Polni spekter, več kot 50 sort konoplje
  -  Delovanje: stabilizacija imunskega sistema, protivnetno, podpora razpoloženju
  -  Vsebuje CBD, CBG, CBC, terpeni
  -  [Povezava do izdelka](#)
  -  Cena: 45 €
  -  **Doziranje:** 3× dnevno po 5 kapljic, 30 min po obroku
  -  Ne spirajte z ničemer 10 min po nanosu
- 

### 2. CBD pasta z bosvelijo in medicinskimi gobami

-  Učinek: imunost, regeneracija, protivirusno in protivnetno delovanje
-  Sestava: 40 % kanabinoidov, bosvelija, 12 vrst gob (reishi, kordiceps, resasti bradovec), mandljevo maslo
-  [Povezava do izdelka](#)
-  Cena: 50 €

#### Način uporabe:

- **Topikalno (za odpornost):**
  - vsak večer **zelo na tanko namažemo vrat in bezgavke pod čeljustjo**
  - priporočljivo oviti z bombažno krpo ali folijo (za močnejši učinek)
- **Oralno (po želji za še močnejšo podporo):**
  - 1× dnevno popoldan, **velikost riževega zrna** pod jezik
  - ne spirajte z ničemer vsaj 10 minut



## DNEVNA RUTINA ZA ODPORNOST

| Čas   | Izdelek               | Uporaba                                                                |
|-------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------|
| 08:00 | Spektrum MIX kapljice | 5 kapljic po zajtrku                                                   |
| 13:00 | Spektrum MIX kapljice | 5 kapljic po kosilu                                                    |
| 20:00 | Spektrum MIX kapljice | 5 kapljic po večerji                                                   |
| 21:00 | CBD pasta             | <b>Mazanje vratu in bezgavk</b> (po potrebi tudi oralno – riževo zrno) |



## PODPORNA PREHRANA



### Vključite:

- Omega-3 (laneno olje, ribe)
- Kurkuma, ingver
- Zelena listnata zelenjava
- Probiotična hrana (kislo zelje, jogurt, kombuča)



### Izločite:

- Sladkor, alkohol, procesirani ogljikovi hidrati
- Mlečni izdelki v času aktivnih vnetij



## NASVETI ZA USPEŠNO DVIGOVANJE ODPORNOSTI

- Dnevno gibanje na zraku (vsaj 30 min)
- Kvaliteten spanec (vsaj 7 ur) 🛌
- Zjutraj kozarec tople vode z limono 🍋
- Redna uporaba izdelkov 2–3 tedne za opazen učinek
- Izogibajte se stresu in večernemu “scrollanju” po telefonu 📵



## STROŠKOVNIK ZA 30-DNEVNO KURIRO

| Izdelek               | Cena        |
|-----------------------|-------------|
| Spektrum MIX kapljice | 45 €        |
| CBD pasta             | 50 €        |
| <b>Skupaj</b>         | <b>95 €</b> |

 Za naročila in svetovanje:

**Mitja – 051 691 391**

 [Trgovina](#)

 [info@cbd-kmetija.si](mailto:info@cbd-kmetija.si)