

La dichiarazione di Barletta

La salute naturale preventiva deve diventare un diritto dell'umanità

del Dr. Med. Matthias Rath
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014



La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

Contenuto

| | | | |
|---|----|--|----|
| Introduzione | 4 | L'educazione e la partecipazione delle persone sono i mattoni del sistema sanitario preventivo | 14 |
| I principi di un nuovo sistema sanitario fondato sulla prevenzione | 6 | Le strategie chiave di una campagna mondiale di educazione sulla salute preventiva | 18 |
| La salute nutrizionale e cellulare – La base scientifica di un sistema sanitario preventivo | 10 | | |

Barletta 2014

Il 19 ottobre 2014 ha avuto luogo un evento memorabile nel sud d'Italia, nella storica città di Barletta.

Rivolgendosi al pubblico e al popolo del mondo, il Dr. Matthias Rath ha tenuto un discorso cruciale attraverso il quale ha delineato le caratteristiche di un futuro sistema sanitario basato sulla prevenzione. Posta la premessa per cui i forti interessi corporativi devono essere fermati dall'imporre „il business della malattia” sulle persone del mondo, il Dr. Rath ha descritto strategie uniche e suggestive che permetteranno all'umanità di liberarsi dall'attuale sistema sanitario di dittatura.

In questa brochure si può leggere il discorso del Dr. Rath e conoscere più a fondo l'argomento.

„Oggi la maggior parte del nostro pianeta è stata liberata dall’analfabetismo, ma in realtà il mondo intero è ancora analfabeta in materia di salute.“

Dr. Matthias Rath



Gli elementi chiave di un sistema sanitario preventivo20

Sostenibilità ed auto-rafforzamento24

La necessità di alfabetizzazione sulla salute su scala globale26

Il progresso storico parallelo alla nostra missione28

Quali sono i prossimi passi?30

Fatti importanti

ONU: Obiettivi di Sviluppo del Millennio entro il 2015.....5

Ipocrisia della FAO.....7

La Dichiarazione di Alma Ata.....9

Perchè il cibo oggi è così povero di nutrienti...11

Alimentazione sana – Fatti importanti ..13

Permacultura15

Nutrizione – Fatti importanti.....17

Orti a scuola.....19

Diritto alla Salute – Fatti importanti.....21

Centri di Medicina cellulare.....23

Orti comuni.....25

Agricoltura sostenibile27

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

Introduzione

Oggi, all'inizio del terzo millennio, noi tutti abbiamo l'opportunità e la responsabilità di ridurre ed eliminare in gran parte malattie che hanno perseguitato l'umanità sin dagli albori, come il cancro e le malattie cardiovascolari.

Nel secolo scorso vi sono stati grandi progressi nell'ambito della salute. Ciononostante, al giorno d'oggi le malattie più comuni aumentano in proporzioni epidemiche. La salute umana è ostaggio su scala globale dello status quo, in particolare dell'industria d'investimenti che ha identificato nelle malattie largamente diffuse il target di un mercato in crescente espansione.

L'Organizzazione Mondiale della Salute e altri enti delle Nazioni Unite

hanno definito l'ottimale stato di salute come uno dei più importanti obiettivi sociali che deve essere conseguito dall'umanità. Nonostante le molte dichiarazioni, queste organizzazioni internazionali hanno fallito nel conseguire questo obiettivo per via della loro dipendenza dagli interessi corporativi e perchè non c'è una ratio scientifica che consenta alle persone del mondo di supportare o di aiutare ad implementare il grande obiettivo della "salute per tutti".

Rafforzato da questi presupposti, lo status quo ha ora dichiarato all'umanità una guerra economica il cui campo di battaglia è la salute umana. Ci è stato detto che per i prossimi quindici anni dovremo spendere quasi 50 trilioni di dollari per tenere sotto con-



Dr. Matthias Rath

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014



trollo le malattie cardiovascolari, il cancro, il diabete e altre malattie delle vie respiratorie. Questa somma equivale essenzialmente al prodotto interno lordo complessivo del mondo intero, escludendo solo gli Stati Uniti e la Cina.

In questa situazione, noi, popoli del mondo, abbiamo una scelta: o lasciamo che questo accada e che le future generazioni divengano economicamente dipendenti e controllate dal business degli investimenti sulla malattia e dai loro portatori di interessi politici oppure ci assumiamo la responsabilità **ADESSO** di creare un nuovo sistema sanitario orientato alla prevenzione, per le persone e fatto dalle persone.

ONU: Obiettivi di Sviluppo del Millennio entro il 2015

Obiettivo 1: Eliminare l'estrema povertà e la fame

Obiettivo 2: Raggiungere l'istruzione primaria universale

Obiettivo 3: Promuovere l'uguaglianza tra i sessi e dare più potere alle donne

Obiettivo 4: Ridurre il tasso di mortalità infantile

Obiettivo 5: Migliorare la salute materna

Obiettivo 6: Combattere HIV/AIDS, malaria e altre malattie

Obiettivo 7: Assicurare la sostenibilità dell'ambiente

Obiettivo 8: Sviluppare una partnership globale per lo sviluppo

Nazioni Unite (ONU)

Dichiarazione del Millennio, Firmata a settembre 2000
http://en.wikipedia.org/wiki/Millennium_Development_Goals

Ad oggi è stato raggiunto uno di questi obiettivi?

E' tempo di cambiare!

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

I principi di un nuovo sistema sanitario fondato sulla prevenzione

Prima di tutto è necessario definire i principi di questo nuovo sistema sanitario fondato sulla prevenzione. La salute è uno dei bisogni umani e traguardi sociali più importanti nel mondo. Uno stato di salute e di benessere complessivo per le persone non può essere raggiunto dalla medicina "interventista" la quale si occupa di trattare le malattie solamente quando queste insorgono.

Lo scopo di dare salute alle persone del mondo può essere solamente raggiunto quando l'obiettivo del sistema sanitario si baserà sulla prevenzione e non sull'intervento – ovvero prevenire e correg-

gere il malfunzionamento dell'organismo prima che le malattie si sviluppino.

Una volta che la causa della malattia viene compresa alla radice, possono essere intraprese strategie di prevenzione efficaci. Un'efficace prevenzione a lungo termine della malattia su scala globale deve condurre allo sradicamento di questa condizione di salute come causa della mortalità umana. Conseguire questi obiettivi significa salvare milioni di vite e miliardi in costi sanitari.

Dobbiamo essere consapevoli del fatto che la prevenzione e l'eliminazione delle malattie fondamentalmente minacciano il gigantesco giro d'affari che dipende dalla sopravvivenza di queste malattie. Per assicurarsi continui guadagni e consolidare tale potere, questi interessi speciali stanno cercando di creare un monopolio globale sulla salute, penetrando in tutti i settori dell'attuale si-

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

I principi di un nuovo sistema sanitario fondato sulla prevenzione

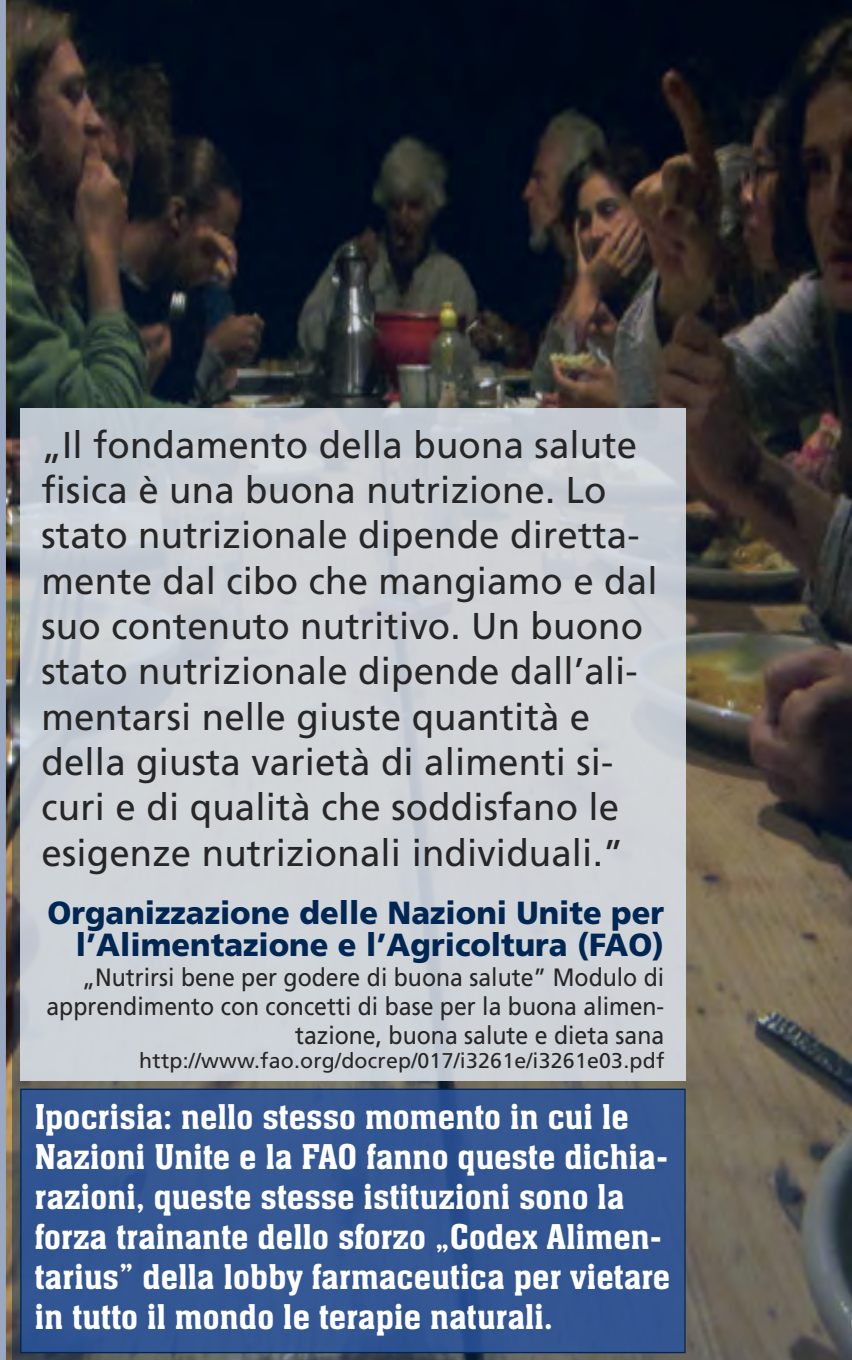


„Il dottore del futuro non tratterà il corpo umano con farmaci, ma curerà e farà prevenzione sulle malattie con la nutrizione”

Thomas Alva Edison

stema sanitario e influenzando le politiche sanitarie in molti paesi del mondo. Intraprendendo quindi la storica trasformazione verso la salute naturale e preventiva, non dobbiamo illuderci che i portatori di interessi dell'attuale sistema sanitario fondato sul profitto diventino degli alleati di questo processo.

Noi, popoli del mondo, dobbiamo porre il principio della prevenzione della malattia in modo naturale come fondamento del nuovo sistema sanitario. Le persone sono le prime beneficiarie di questo nuovo sistema sanitario e devono



„Il fondamento della buona salute fisica è una buona nutrizione. Lo stato nutrizionale dipende direttamente dal cibo che mangiamo e dal suo contenuto nutritivo. Un buono stato nutrizionale dipende dall'alimentarsi nelle giuste quantità e della giusta varietà di alimenti sicuri e di qualità che soddisfano le esigenze nutrizionali individuali.”

Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Alimentazione e l'Agricoltura (FAO)

„Nutrirsi bene per godere di buona salute” Modulo di apprendimento con concetti di base per la buona alimentazione, buona salute e dieta sana
<http://www.fao.org/docrep/017/i3261e/i3261e03.pdf>

Ipocrisia: nello stesso momento in cui le Nazioni Unite e la FAO fanno queste dichiarazioni, queste stesse istituzioni sono la forza trainante dello sforzo „Codex Alimentarius” della lobby farmaceutica per vietare in tutto il mondo le terapie naturali.

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

anche essere gli artefici di questo bellissimo mondo dove le malattie oggi più diffuse sono largamente sconosciute.

Questo nuovo sistema sanitario deve essere costruito dalle fondamenta. Cominciando a livello delle comunità e alla fine raggiungendo il livello nazionale ed internazionale, devono essere create delle nuove strutture sanitarie efficienti dalle persone e controllate dalle stesse. Devono essere create nuove professioni sanitarie specializzate in tutti gli ambiti

„Non possiamo permettere che la più grande generazione di bambini occupi la terra per crescere malnutrita, malata e non educata e che questi diventino i genitori di un'altra generazione, ancor più numerosa, di bambini malnutriti, malati e non educati. Dobbiamo invece accordare ai nostri figli e ai loro futuri figli, la priorità che si meritano.“

Jim Grant

Direttore esecutivo Unicef, 1980-1995



Viviamo nel XXI secolo e non è cambiato nulla!

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

della medicina naturale, nutrizionale ed altre forme di medicina preventiva di sanità primaria. Questo è l'unico modo per superare l'attuale monopolio sulla salute controllato da interessi affaristici.

Deve essere creato un nuovo ente internazionale che sostituisca l'attuale struttura dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) che ha fallito nella sua missione di fornire la salute a tutti e che ha dimostrato di essere non riformabile a causa dei suoi stretti legami con l'interesse dello status quo.

Sottoscrivendo lo storico compito di costruire un nuovo sistema sanitario basato sulla prevenzione, accogliamo chiunque voglia condividere questi



I principi di un nuovo sistema sanitario fondato sulla prevenzione

obiettivi e che si voglia impegnare per terminare la dipendenza delle persone del mondo dall'attuale monopolio sulla salute del business degli investimenti sulla malattia.

Le forze motrici di questo storico cambiamento sono rappresentate nel mondo da milioni di persone comuni qualificate in diversi settori della salute naturale e che si impegnano come artefici di un sistema sanitario fondato sulla prevenzione. Esse vengono supportate ed affiancate da professionisti della salute provenienti dal mondo della salute naturale basata su criteri e prove scientifiche dimostrabili.

Infine, in questa trasformazione storica verremo affiancati da un numero crescente di medici "convenzionali" che riconoscono la situazione di stallo della medicina convenzionale in molte aree della salute e che capiscono che essi stessi sono stati vittime di una formazione medica che degrada la professione medica essenzialmente a livello di venditori delle case farmaceutiche.

La dichiarazione di Alma-Ata

È stata adottata durante la Conferenza Internazionale sull'Assistenza Sanitaria di Base a Almaty (già Alma-Ata), Kazakhstan, 6-12 settembre 1978. Ha espresso la necessità di un intervento urgente da parte di tutti i governi, di tutti gli operatori sanitari e della comunità mondiale per proteggere e promuovere la salute delle persone. Da allora l'approccio dell'assistenza sanitaria di base è stato accettato dai paesi membri del **WHO** (Organizzazione Mondiale della Sanità) come la chiave per raggiungere l'obiettivo „Salute per tutti“.

„Le persone hanno il **diritto** e il **dovere** di partecipare individualmente e collettivamente alla pianificazione e all'**implementazione del loro sistema sanitario.**“

„L'assistenza sanitaria primaria include almeno: l'educazione sui principali problemi di salute e sui metodi di prevenzione e di controllo; la promozione della corretta alimentazione; la fornitura adeguata di acqua potabile e di servizi igienico-sanitari di base.“

„L'assistenza sanitaria primaria coinvolge tutti i correlati settori, in particolare l'agricoltura, l'allevamento di animali, l'alimentazione, l'industria, l'educazione, i lavori pubblici, le comunicazioni e altri settori; essa richiede gli sforzi coordinati di tutti questi settori.“

http://en.wikipedia.org/wiki/Alma_Atta_Declaration

Questa dichiarazione ha correttamente riconosciuto l'urgente necessità di agire per proteggere e promuovere la salute. Ma in un quarto di secolo non è stato attuato quasi nulla!

È tempo di cambiare!

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

La salute nutrizionale e cellulare – La base scientifica di un sistema sanitario preventivo

Molte discipline della scienza e della salute basata sull'evidenza si uniranno nella costruzione di un sistema sanitario orientato alla prevenzione ma il nucleo scientifico di questo sistema sarà la medicina nutrizionale e cellulare.

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014



Aleksandra Niedzwiecki, direttore dell'Istituto di Ricerca Dr.Rath e M. Waheed Roomi, medico; uno dei punti fondamentali è dimostrare gli effetti dei micronutrienti sulla salute umana.

Si può dedurre il fondamento per questa priorità con la logica: è possibile creare un nuovo sistema sanitario, sostenibile a livello globale, seguendo i seguenti passi:

Per prima cosa, abbiamo bisogno di identificare e comprendere i processi biologici che avvengono nell'unità più piccola all'interno del nostro corpo, dove sono determinate la salute e la malattia: il livello dei miliardi di cellule che formano il nostro corpo e i suoi organi.

**La salute nutrizionale e cellulare –
La base scientifica di un
sistema sanitario preventivo**

In secondo luogo, dobbiamo identificare la carenza di micronutrienti come la causa più comune di malfunzionamento cellulare. Le vitamine, i minerali e altri micronutrienti derivati dalle piante sono componenti bioattive che forniscono bioenergia essenziale ad ogni cellula dell'organismo e che funzionano come catalizzatori di migliaia di reazioni metaboliche. L'assunzione giornaliera ottimale di questi nutrienti è essenziale per prevenire il malfunzionamento cellulare e, inoltre, per bloccare lo sviluppo della malattia. Questo è il fondamento della medicina cellulare.

Terzo, occorre identificare dove possiamo trovare in natura questi micronutrienti essenziali. La stragrande maggioranza di essi è contenuta nella frutta, nella verdura e nelle piante che crescono nei nostri giardini e nei campi.

Questo semplice fondamento logico apre la strada verso il controllo naturale delle malattie oggi più diffuse.

Perchè il cibo oggi è così povero di nutrienti?

A. Industrializzazione della produzione

- Produzione chimica convenzionale di massa nell'agricoltura con pesticidi, erbicidi e altre sostanze chimiche nella produzione del nostro cibo
- Il consumo di prodotti convenzionali è associato a un rischio superiore del 30% per la contaminazione di pesticidi rispetto alla produzione biologica
- La produzione convenzionale di carne e latticini contiene antibiotici e ormoni

B. Lunga conservazione e tempi di trasporto

- Spesso il trasporto di frutta e verdura richiede lungo tempo
- Per evitare che la frutta e la verdura raggiungano il punto di maturazione durante il trasporto, si spruzzano solfiti e anidride solforosa; successivamente etilene per accelerare la maturazione
- Gli alimenti trascorrono molto tempo sugli scaffali e nei frigoriferi dei supermercati
- Nei 5-6 giorni successivi alla raccolta, la frutta e la verdura perdono tra il 10% e il 25% di Vitamina C e carotenoidi

C. Tempi di cottura lunghi

- Durante la cottura, il 15-55% di Vitamina C contenuta può essere distrutta
- I piselli e le carote perdono l'85%-95% della loro naturale Vitamina C

Fonte: Agricoltura rinnovabile per la nutrizione e la sostenibilità Parte I.

Questi fatti sono ben noti a tutti: i valori vitaminici nella frutta e nella verdura non sono sufficienti per rispondere al fabbisogno dell'organismo umano. Non dovremmo preoccuparci?

Esistono alternative scientifiche!

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità



L'Istituto di Ricerca Dr. Rath in California: scienziati di fama mondiale provenienti dai settori della medicina, biochimica, biologia cellulare, tossicologia e nutrizione.

Oggi molte malattie croniche sono state identificate come conseguenza diretta, o associata, della carenza nell'assunzione di micronutrienti. Tra queste malattie vi sono l'arteriosclerosi, la causa primaria di attacchi cardiaci e infarti, l'arresto cardiaco, l'aritmia, i problemi di circolazione dovuti al diabete, l'osteoporosi e molte altre. Durante il secolo scorso, diversi premi Nobel sono stati riconosciuti per il ruolo delle vitamine e di altri micronutrienti nel rafforzare il sistema immunitario e nell'aiutare a combattere numerose malattie infettive.

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

Vitamina B2 (riboflavina)

Fonti principali:

Prodotti di latte di capra, semi di zucca, cereali integrali, formaggio, uova, pesce di mare, bietole, cavolini di Bruxelles, pomodori, cavoli, piselli, funghi, broccoli

Proprietà:

Importante per la crescita, per il metabolismo dei grassi, delle proteine e dei carboidrati, per la pelle, gli occhi e le unghie, importante vettore di energia e di ossigeno

Effetti causati dalla mancanza:

Infiammazione della pelle, unghie fragili, anemia, opacità della cornea, lacerazioni alle labbra, mal di testa, stanchezza, eczema, immunodeficienza

I potenti benefici dei micronutrienti sulla salute sono spiegati dal fatto che essi sono componenti bioattive delle piante. Le piante sono state per millenni la fonte primaria di nutrizione dei nostri antenati. Il metabolismo del nostro corpo al giorno d'oggi è diventato dipendente da un apporto bilanciato ed ottimale di frutta e verdura.

La conoscenza dei micronutrienti contenuti nelle piante deve divenire un elemento chiave in ogni programma educativo per costruire un sistema sanitario basato sulla prevenzione. Sapere che negli agrumi è contenuta vitamina C, che nel tè verde ci sono polifenoli o quali micronutrienti si trovano nelle patate dolci, nelle piante crucifere, nel-

La salute nutrizionale e cellulare – La base scientifica di un sistema sanitario preventivo

L'uva e il loro ruolo nell'ottimizzazione del metabolismo cellulare crea il collegamento cruciale tra la medicina nutrizionale e la medicina cellulare.

Un sistema sanitario efficace e preventivo deve abbattere ogni restante barriera artificiale tra la nutrizione e la salute così come tra la medicina e l'agricoltura. I farmaci più efficaci per il sistema sanitario del futuro nasceranno nei nostri giardini o in terre coltivate all'interno delle nostre comunità o nei campi delle nostre fattorie.

La frutta e la verdura che noi mangiamo devono essere coltivate organicamente, senza pesticidi e OGM.

Mentre la medicina cellulare e nutrizionale formano la base scientifica di un'effettiva prevenzione delle malattie, esse vanno affiancate anche da altre misure preventive ben stabilite. Per esempio la promozione di uno stile di vita sano, la riduzione dello stress sul posto di lavoro, l'impegno ad assicurare aria ed acqua pulite e altre misure atte a promuovere la prevenzione delle malattie.

Dieta sana – Fatti importanti

- Una dieta sana aiuta a proteggere contro la malnutrizione in tutte le sue forme, così come contro le malattie non trasmissibili tra cui l'obesità, il diabete, le malattie cardiache, ictus e cancro.
- Una dieta non sana e la mancanza di attività fisica sono rischiose per la salute
- L'alimentazione sana comincia presto – l'allattamento al seno può dare benefici a lungo termine, come la riduzione del rischio di sovrappeso e di obesità nell'infanzia e nell'adolescenza
- L'apporto energetico (calorie) dovrebbe essere bilanciato con il dispendio energetico. Prove dimostrano che la percentuale totale di grasso non dovrebbe superare il 30% dell'energia totale apportata per evitare un dannoso aumento di peso, con lo spostamento del consumo di grassi dai grassi saturi ai grassi insaturi, eliminando i grassi trans industriali.
- Limitare l'assunzione di zuccheri a meno del 10% dell'energia totale è parte di una dieta sana. Si suggerisce un'ulteriore riduzione a meno del 5% dell'energia totale per ottenere maggiori benefici.
- Mantenere l'assunzione di sale a meno di 5 gr al giorno aiuta a prevenire l'ipertensione e riduce il rischio di malattie cardiache e ictus nella popolazione adulta.

Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/en/>

Le azioni dell'OMS si contraddicono con queste dichiarazioni: l'OMS è la forza che si cela dietro il „Codex Alimentarius” e spalanca le porte alle parti interessate che portano sul mercato cibo contenente zuccheri nascosti, grassi e calorie.

http://www4.dr-rath-foundation.org/THE_FOUNDATION/Events/codex-whatitis.html

Abbiamo bisogno di una nuova organizzazione internazionale che promuova la salute in tutto il mondo!

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

L'educazione e la partecipazione delle persone sono i mattoni del sistema sanitario preventivo

Gli elementi costitutivi essenziali di un nuovo sistema sanitario, orientato alla prevenzione, sono l'educazione e la partecipazione delle persone. La divisione artificiale tra l'alimentazione e la nostra salute è una ragione importante per la diffusione dell'analfabetismo sulla salute tra le persone del mondo di oggi. Questo analfa-

betismo non è una coincidenza, ma una precondizione per il mantenimento dello status quo del business degli investimenti sulla malattia.

L'indifferenza verso il ruolo essenziale dei micronutrienti per la salute umana è anche la ragione principale per cui tutte le dichiarazioni dell'OMS e di altre organizzazioni delle Nazioni Unite, che proclamano il bisogno di un sistema sanitario preventivo e primario, hanno fallito. Senza un concetto scientifico realizzabile, questi proclami rimangono vuoti e sono destinati al fallimento.

Le persone di tutto il mondo oggi stanno imparando rapidamente i fatti scientifici e la chiara logica della medicina nutrizionale e della medicina cellulare. In questo modo ci si potrà liberare del fardello delle malattie oggi più diffuse e si potrà partecipare alla costruzione di un sistema sanitario basato sulla prevenzione.

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

L'educazione e la partecipazione delle persone sono i mattoni del sistema sanitario preventivo

Vitamina C (acido ascorbico)

Fonti principali:

Rosa canina, prezzemolo, olivello spinoso, bietola, porri, cavolo cinese, ananas, agrumi, uva, uva spina, ribes, peperoni, fragole, cavolo, spinaci, asparagi, pere, mele, carciofi, more, verdure, ravanello, rabarbaro (quasi tutta la frutta e la verdura contengono vitamina C)

Proprietà:

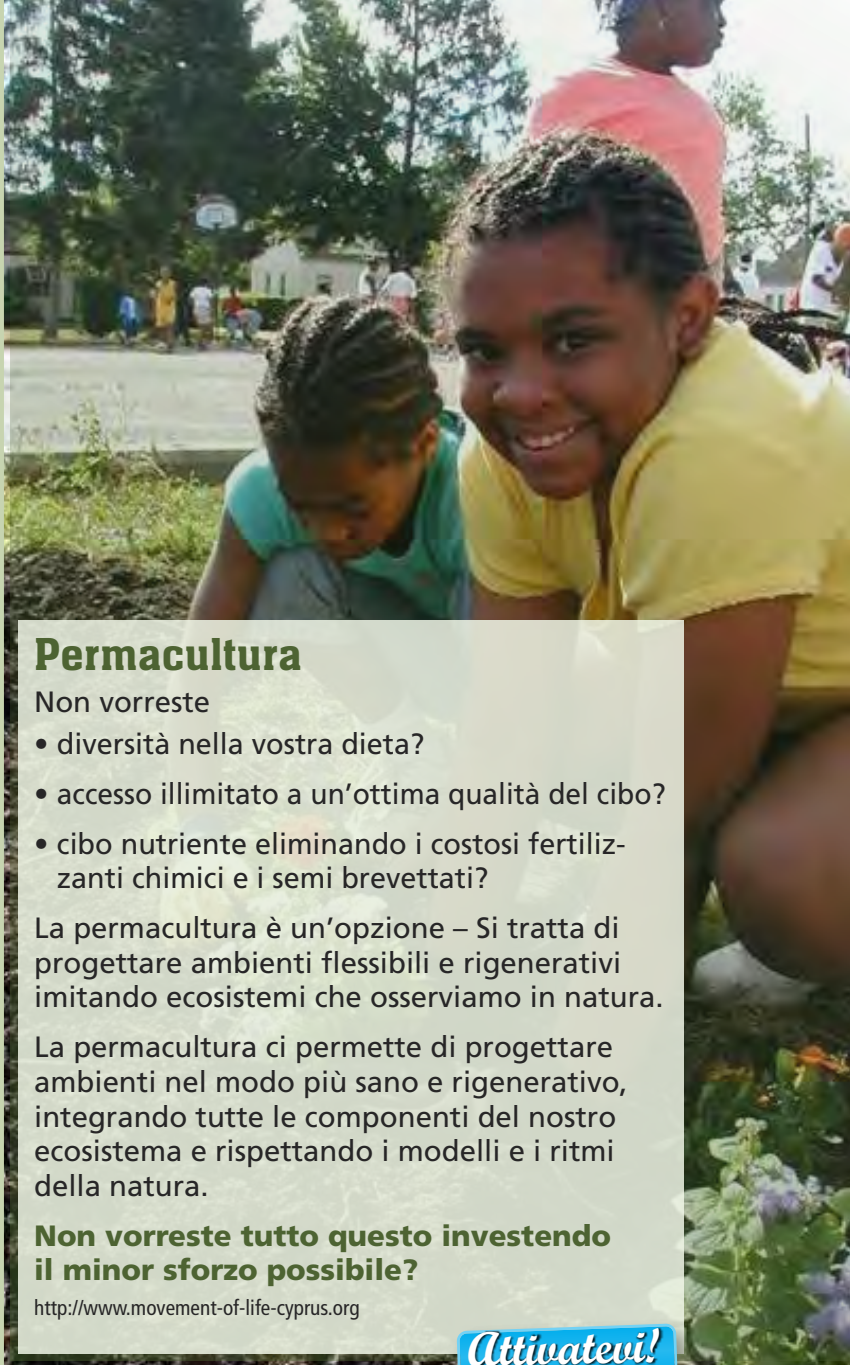
Antinfiammatorio, promuove le difese dell'organismo, protegge le cellule contro la distruzione chimica, attiva gli enzimi, costruisce tessuto connettivo, ossa e smalto dei denti, velocizza il processo di guarigione delle ferite, stabilisce la psiche, riveste un ruolo essenziale nel metabolismo cellulare.

Effetti causati dalla mancanza:

Sanguinamento delle gengive, stanchezza, mal di testa, processo di guarigione delle ferite inefficiente, perdita dell'appetito, scorbuto, scarso rendimento

Le caratteristiche di questo movimento globale di liberazione della salute sono:

1. **Consapevolezza.** Dobbiamo creare consapevolezza tra la gente del mondo sulla situazione di stallo dell'attuale si-



Permacultura

Non vorreste

- diversità nella vostra dieta?
- accesso illimitato a un'ottima qualità del cibo?
- cibo nutriente eliminando i costosi fertilizzanti chimici e i semi brevettati?

La permacultura è un'opzione – Si tratta di progettare ambienti flessibili e rigenerativi imitando ecosistemi che osserviamo in natura.

La permacultura ci permette di progettare ambienti nel modo più sano e rigenerativo, integrando tutte le componenti del nostro ecosistema e rispettando i modelli e i ritmi della natura.

Non vorreste tutto questo investendo il minor sforzo possibile?

<http://www.movement-of-life-cyprus.org>

Attivatevi!

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

„Vogliamo un mondo in cui ogni essere umano è assicurato nei suoi bisogni essenziali della nutrizione, della salute, di riparo (inclusa acqua e servizi igienici), un mondo in cui il ruolo dello stato è sostenere e proteggere, e non trascurare, i diritti e la dignità di ogni persona”.

Jim Grant, gennaio 1991

stema sanitario e sull'urgente bisogno di sviluppare alternative. La ricerca della salute nella vita di una persona non può essere limitata a quei momenti in cui si è malati o si necessita di un medico o dell'ospedale. Ancora più importante, dobbiamo renderci conto che la salute non ci è data volontariamente: dobbiamo agire da soli perchè la salute diventi un diritto umano.

2. **Educazione.** La seconda caratteristica della liberazione della salute è l'„educazione”. Non possiamo più delegare la nostra salute a un'altra professione o istituzione. Dobbiamo assumerci a livello globale la responsabilità della nostra salute educando noi stessi sulle cause più comuni delle malattie e su come prevenire le malattie in modo efficace e sicuro. Questa educazione è un processo continuo che dura tutta la vita.

3. **Responsabilizzazione.** Una solida educazione sulla salute crea „responsabilizzazione”. Con una continua educazione ed aumentata conoscenza della medicina naturale, nutrizionale, cellulare ed altre forme di medicina preventiva, noi siamo in grado di prendere decisioni migliori per la nostra salute e

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

L'educazione e la partecipazione delle persone sono i mattoni del sistema sanitario preventivo

per quella degli altri. Passando informazioni sulla salute, diventiamo noi stessi gradualmente degli „educatori della salute“.

4. **Partecipazione.** Infine, grazie al potere della conoscenza, il desiderio di „partecipazione“ cresce dentro di noi, l'urgenza di assumere un ruolo attivo per superare la situazione di stallo della sanità attuale. Solo se tutti noi ci assumiamo la responsabilità all'interno e all'esterno della nostra comunità, saremo in grado di creare un nuovo sistema sanitario a livello nazionale fondato sulla prevenzione e di raggiungere il fine ultimo della „salute per tutti“ su scala globale. La partecipazione delle persone nel costruire un nuovo sistema sanitario preventivo è un diritto e un dovere di ogni cittadino responsabile.



Nutrizione – Fatti importanti

- 805 milioni di persone soffrono la fame in modo cronico
- 161 milioni di bambini sotto i cinque anni sono rachitici

Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Alimentazione e l'Agricoltura (FAO)

<http://www.fao.org/nutrition/en/>

Da quando la FAO è stata fondata nel 1945, la fame nel mondo è cresciuta. A cosa servono queste organizzazioni?

La salute naturale preventiva deve diventare un diritto dell'umanità

Le strategie chiave di una campagna mondiale di educazione sulla salute preventiva

L'educazione sulla salute naturale, nutrizionale e cellulare è la chiave per questa trasformazione storica. Questa educazione deve essere condotta su diversi livelli:

Esiste un livello globale di educazione sulla salute: internet e i social network permetteranno l'educazione e la comunicazione sulla salute naturale, raggiungendo ogni angolo del pianeta. Gli studenti di questi programmi online potranno condividere le loro esperienze tra



Personne intéressées ad apprendre i concetti della salute cellulare a Milano

i cinque continenti e diventare educatori della salute preventiva naturale nelle loro comunità – a prescindere dal fatto che questa comunità sia una grande città o un villaggio nella foresta pluviale.

A livello locale dell'educazione sulla salute, creare: centri di salute comunitari. Le persone, giovani o anziane, che riconoscono il bisogno di un cambiamento immediato nel sistema sanitario globale, si uniranno per formare questi centri nelle loro comunità. In alcuni paesi, questi centri assomiglieranno a negozi. In altre parti del mondo invece, potranno essere una piccola capanna in una scuola o in un giardino pubblico. In ogni caso la funzione chiave di questi centri sarà fornire informazioni, educazione e consulenza sulla salute naturale, nutrizionale e cellulare e sulle grandi prospettive della medicina preventiva. Questi centri informativi comunitari saranno collegati tramite i social network e le partnership internazionali che consentono uno scam-

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

Le strategie chiave di una campagna mondiale di educazione sulla salute preventiva

bio di informazioni al di là di barriere sociali, nazionali ed etniche – specialmente tra i giovani.

L'educazione delle persone sulla salute naturale e preventiva deve avvenire su tutti i livelli: corsi di medicina nutrizionale e cellulare verranno offerti ad ogni livello di educazione, dall'infanzia sino ai programmi educativi per adulti. Ogni scuola terrà lezioni sui fondamenti della nutrizione e sulla salute cellulare permettendo ai più giovani abitanti del nostro pianeta di avvantaggiarsi di questi progressi in termini di salute. Tutti i principali college e università apriranno facoltà che formeranno futuri esperti in salute nutrizionale, medicina cellulare e salute preventiva. In questo contesto, nuove professioni verranno promosse al fine di offrire diplomi e lauree a „insegnanti di sanità primaria“, „consulenti di medicina cellulare“ e altre discipline orientate alla prevenzione.

Inoltre, per accelerare questa trasformazione storica, verranno fondate ovunque nel mondo nuove ed indipendenti scuole di medicina e università e gli studi si focalizzeranno sulla salute nutrizionale e sulla medicina cellulare.

Orti a scuola

I progetti di giardinaggio per i bambini a scuola offrono una straordinaria opportunità di apprendimento:

Un orto a scuola aiuta gli studenti a comprendere i sistemi della natura attraverso l'esperienza in prima persona. Con le tecniche della permacultura, le comunità riconoscono il valore del riciclo dei rifiuti, creando il proprio composto organico e utilizzando agenti biologici al posto di pesticidi e fertilizzanti nocivi. Gli orti scolastici favoriscono lo spirito della comunità avvicinando studenti, personale scolastico, famiglie, imprese locali e organizzazioni.

Un progetto di orto scolastico che ha avuto successo è il programma EduPlant. Nei 20 anni in cui il FTFA (Food & Trees for Africa, Cibo e Alberi per l'Africa) ha gestito questo programma altamente efficace, migliaia di scuole hanno imparato come creare ambienti rigogliosi.

<http://www.trees.co.za/eduplant-boosts-success.html>



E' tempo anche per te di creare un orto a scuola!

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

Gli elementi chiave di un sistema sanitario preventivo

La chiave per costruire un sistema sanitario orientato alla prevenzione è la partecipazione delle persone del mondo alla pianificazione, all'attuazione e al controllo della propria assistenza sanitaria. Milioni di persone, rese responsabili da una educazione completa sulla salute preventiva, diventano ora artefici di questo nuovo sistema. Costruire questo nuovo sistema sanitario globale è un processo graduale. I passi sono:

1. Una comunità sana: prima di tutto dobbiamo creare una comunità sana. Coordinata attraverso i centri di informazione sulla salute all'interno della

comunità, questi artefici della salute si assicurano che le scoperte sulla salute nutrizionale e cellulare e la possibilità di migliorare la salute e di salvare la vita delle persone raggiungano ogni

Vitamina D (calciferolo)

Fonti principali:

Olio di fegato di merluzzo, latte di capra, uova, burro, pesce di mare, aringhe, funghi, avocado. La vitamina D può essere prodotta dall'organismo con l'aiuto della luce solare!

Proprietà:

Regola i livelli di calcio e di fosfato, promuove la formazione delle ossa e l'assorbimento di calcio, rinforza il sistema immunitario, favorisce lo sviluppo delle ossa, dei denti e dei muscoli, supporta la divisione cellulare e tutti i processi metabolici, l'assorbimento del calcio e del fosforo

Effetti causati dalla mancanza:

Distorsione e indebolimento delle ossa, osteomalacia, aumentata esposizione alle infezioni, debolezza muscolare, insonnia, nervosismo e irritabilità

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

Gli elementi chiave di un sistema sanitario preventivo

membro della comunità. Essi formano una rete di cittadini impegnati ad implementare programmi di assistenza sanitaria primaria e a migliorare la salute della comunità. L'assistenza sanitaria primaria è definita come l'assistenza sanitaria essenziale resa accessibile ai membri della comunità attraverso la partecipazione di tutti.

2. **Una nazione sana:** il secondo passo per costruire un nuovo sistema sanitario globale è una nazione sana. La somma di tutte le attività locali e regionali crea un nuovo approccio all'assistenza sanitaria nazionale e contribuisce a creare una nazione sana. Dirigere il sistema sanitario nazionale verso la prevenzione delle malattie è un passo importante nella storia di ogni nazione.

La prevenzione sanitaria sarà promossa a tutti i livelli del processo decisionale politico. Le assicurazioni sanitarie pro-

Diritto alla salute – Fatti importanti

- La Costituzione dell'OMS (WHO) riconosce il più alto livello di salute come un diritto fondamentale di ogni essere umano.
- Il diritto alla salute include la disponibilità di un sistema sanitario di qualità tempestivo, accettabile e accessibile.
- Eppure ogni anno circa 150 milioni di persone al mondo subiscono le conseguenze di catastrofi finanziarie e 100 milioni sono spinti al di sotto della soglia della povertà come risultato della spesa sanitaria.
- Il diritto alla salute significa che gli Stati devono creare condizioni che rendano possibile a tutti di godere di buona salute. Non è il diritto a essere sani.
- Gruppi vulnerabili e gruppi di marginati nelle società sopportano un'indebita proporzione di problemi di salute.

Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs323/en/>

Il fatto che la OMS ha fallito nella realizzazione della propria costituzione richiede alle persone di agire.

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

muoveranno la salute nutrizionale e cellulare così come altri approcci di assistenza sanitaria preventiva. Ciò farà diminuire i costi dell'assistenza sanitaria per ciascuno, per il settore pubblico e per le società, stimolando in tal modo l'occupazione e la crescita economica.

Il denaro dei contribuenti sarà destinato alla ricerca pubblica e privata che si concentrerà sulla prevenzione e sull'eliminazione delle malattie. Nuove università e istituti di ricerca saranno creati al fine di accelerare la trasformazione del sistema sanitario nazionale verso un efficace, accessibile e sostenibile approccio preventivo.

3. Un pianeta sano: il nostro obiettivo finale è creare un pianeta sano per noi e per le generazioni future. La trasformazione dei sistemi sanitari verso la prevenzione in sempre più nazioni del

mondo cambierà inevitabilmente il sistema sanitario globale. Il concetto di medicina cellulare è l'unico concetto razionale e scientifico che permette la costruzione di un sistema sanitario sostenibile su scala globale.

„Le persone imparano a prendersi cura delle proprie famiglie e imparano ad avere fiducia nelle proprie capacità e allo stesso modo imparano a costruire le loro comunità,... le loro nazioni e a prendere il controllo del proprio futuro.“

*Jim Grant
Direttore esecutivo Unicef, 1980-1995*

Cosa è successo alle visioni di Jim Grants e alle idee che ha postulato decenni fa come eredità all'UNICEF?

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

Gli elementi chiave di un sistema sanitario preventivo

Centri di salute di medicina cellulare

I centri di salute di medicina cellulare sono centri informativi per la comunità, dove le persone possono apprendere nozioni sul proprio corpo e su come stare in buona salute. Volontari ben preparati forniscono informazioni e consigli individuali. Se necessario, collaborano con professionisti della salute (medici, naturopati, biologi nutrizionisti...).

Obiettivo principale:

- Educare e responsabilizzare le persone alla propria salute

Attività:

- Fornire ai cittadini una vasta gamma di informazioni in merito a un sano stile di vita e alla medicina cellulare: brochure formative, libri
- Organizzare sessioni informative, corsi
- Fornire consulenze individuali sulla salute raccomandando l'importanza dei micronutrienti



È il momento per te di iniziare un Centro di Salute!

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

Sostenibilità e auto- rafforzamento

Il fatto che le sostanze chiave importanti per la salute del corpo umano si trovano nelle piante, che possono crescere ovunque, permette l'esistenza di un sistema sanitario che fornisce la salute alle persone in tutto il mondo.

La medicina cellulare e quella nutrizionale non sostengono solamente un sistema sanitario globale ma vanno oltre questo concetto: si auto-rafforzano. La crescente conoscenza dei benefici sulla salute delle piante e dei micronutrienti in esse contenuti ridurrà gradualmente le malattie e, allo

stesso tempo, i costi di assistenza sanitaria. La crescente accettazione della medicina nutrizionale e cellulare come base di un nuovo sistema sanitario permetterà di fornire assistenza sanitaria efficace in tutto il mondo a costi molto minori. La somma sinergica dei benefici per la salute derivanti dalla selezione ottimale delle piante, dalle nuove procedure agricole e dai nuovi risultati scientifici sulla salute cellulare diffusi tramite internet e i social media, spingerà la liberazione del genere umano dalle malattie a un ritmo incalzante. Il conseguimento di un miglior stato di salute a costi minori è una caratteristica unica del sistema di prevenzione sanitaria che stiamo costruendo insieme.

Inoltre, la diffusione globale dell'assistenza sanitaria basata sulla nutrizione ridurrà molto la dipendenza econo-

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

Sostenibilità e auto-rafforzamento

mica del mondo in via di sviluppo dalle nazioni industrializzate. La necessità da parte dei paesi in via di sviluppo di ricorrere a farmaci costosi, che oggi sono fonte di strangolamento delle loro già deboli economie, sarà notevolmente ridotta.

Giardini della comunità

La missione dei programmi dei giardini comunitari è rafforzare la comunità e promuovere l'autosufficienza fornendo a tutti l'accesso alla produzione di cibo e alla conservazione delle risorse e promuovendo pratiche di giardinaggio sostenibili. L'ampia varietà di ortaggi, frutta e fiori può anche riflettere la diversità culturale dei membri della comunità.

Un esempio di successo di programma di giardini comunitari è il RCMA (Riverside Community Market Association) Community Allotment project che fornisce un luogo dove le persone imparano a coltivare gli alimenti in un ambiente socievole e solidale. L'ultima attività del RCMA è il progetto Market Garden, un'operazione di orticoltura su piccola scala, che rifornirà sia i clienti istituzionali sia i mercati degli agricoltori nel sud-est del Galles.

Fonte: <http://www.riversidemarket.org.uk/community-garden.aspx>



La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

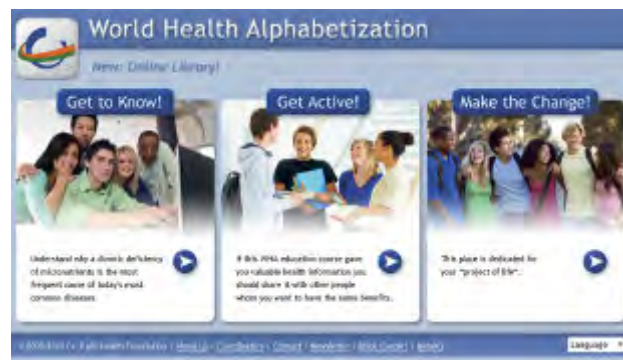
La necessità di alfabetizzazione sulla salute su scala globale

Il più grande obiettivo che unisce tutti gli uomini all'inizio del terzo millennio, è la necessità di un'alfabetizzazione sanitaria mondiale.

Entro i prossimi anni, le informazioni, ad esempio su quali piante sono ricche di micronutrienti essenziali e su quali piante servono per combattere la fame e le malattie allo stesso tempo, raggiungeranno ogni comunità ed ogni villaggio del mondo. Nelle nazioni in via di sviluppo, dove la maggior parte delle persone non è ancora in grado di leggere e scrivere, la nostra educazione e la nostra campagna sanitaria globale

diventeranno una campagna di alfabetizzazione sanitaria. Essa porterà salute, ma servirà anche a fornire l'istruzione generale ai cittadini e ad aumentare il tasso di alfabetizzazione in quei paesi.

La fame, le malattie e l'analfabetismo sono stati strumenti fondamentali per rafforzare la dipendenza economica dei paesi in via di sviluppo dal mondo industrializzato e hanno creato un maggiore divario tra nazioni ricche e povere. Il



www.who-wwf.org

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

La necessità di alfabetizzazione sulla salute su scala globale

„Coltivare il proprio cibo è più che un movimento ambientale: si tratta di un movimento politico, spirituale e sociale.“

*Madrone Timothy Fenton
White Crow Farm*

nostro progetto di Alfabetizzazione Mondiale sulla Salute costituirà la misura più importante nella storia del genere umano per aiutare a superare la disuguaglianza economica e, infine, per contribuire a stabilire la giustizia sociale sul nostro pianeta.

Agricoltura sostenibile

L'obiettivo principale dei sistemi agricoli sostenibili è coltivare cibo e piante in modo sano sia per i consumatori, sia per le comunità che per l'ambiente. Se si sceglie questa strada, si possono tagliare costi, proteggere l'ambiente, creare terreno sano e aggiungere valore a ciò che si vende.

Un esempio di successo di agricoltura sostenibile è il White Crow Farm. Nel corso degli anni, il White Crow Farm è diventato una comunità di persone che vivono e fanno produzione agricola su 160 ettari, applicando le loro diverse abilità e conoscenze ai campi. Hanno un orto di 2 ettari con numerosi tipi di frutta e ortaggi per il loro mercato e clienti. L'azienda ha anche polli ruspanti e anatre per le uova e pollame allevato a pascolo.

<http://www.thefieldgathering.org/the-farm/>

Esistono progetti agricoli ispirati alla permacultura che dimostrano che la strada verso il cibo non sano delle multinazionali alimentari può essere superata!

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

Il progresso storico parallelo alla nostra missione

Il parallelo storico alla nostra missione è da ritrovare nel passaggio dal Medioevo ai tempi moderni – circa mezzo millennio fa.

A quel tempo, la maggioranza delle persone non era in grado di leggere e scrivere ed era quindi condannata alla schiavitù.

La traduzione dei libri dal latino alle lingue parlate e la loro produzione di massa da parte dell'allora appena inventata stampa, portò ad una esplosione della conoscenza senza precedenti. Vennero fondate molte

scuole ed università che portarono la conoscenza in tutti i settori della vita, terminando i secoli bui del Medioevo. Il potenziale intellettuale ed economico portato da queste innovazioni portò una ricchezza senza precedenti alle persone, comunità e stati di quei tempi.

Oggi la maggior parte delle aree del nostro pianeta è stata liberata dall'analfabetismo ma tutto il mondo è ancora essenzialmente schiavo dell'analfabetismo in termini di salute. La logica alla base della medicina nutrizionale e cellulare, che può essere compresa da chiunque, in qualsiasi parte del mondo, libera gli uomini del nostro pianeta da questo analfabetismo sulla salute.

Inoltre, il parallelo storico all'invenzione della stampa di cinque secoli fa

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

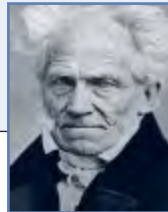
Il progresso storico parallelo alla nostra missione

è rappresentato al giorno d'oggi dall'avvento di internet e dallo sviluppo delle reti sociali. La ricchezza economica che sarà generata da una significativa riduzione delle malattie tramite la creazione di un sistema sanitario mondiale incentrato sulla prevenzione efficace e sostenibile, sarà senza precedenti.

Enormi quantità di denaro saranno disponibili per affrontare i principali problemi del genere umano, tra cui la disoccupazione di massa, la tutela dell'ambiente e il sostegno al progresso economico e sociale dei paesi in via di sviluppo.

Ma questo salto di qualità per l'umanità non verrà da sé - dobbiamo organizzarlo noi!

„Ogni verità passa attraverso tre fasi
Prima viene ridicolizzata,
poi contrastata violentemente
e alla fine accettata come ovvia.“



Arthur Schopenhauer
Filosofo tedesco (1788 – 1860)

La salute naturale
preventiva deve diventare
un diritto dell'umanità

Quali sono i prossimi passi?

Da questa conferenza a Barletta, in Italia, facciamo appello alla gente di tutto il mondo, ai professionisti della salute e agli scienziati, ai dirigenti nella nostra comunità, ai media dei nostri paesi, alle chiese e alle congregazioni delle nostre città, ai portatori di interessi politici a livello locale, regionale e nazionale ma soprattutto, invitiamo tutti i giovani del mondo:

„Venite e unitevi a noi per salvare milioni di vite! Unitevi a noi nella costruzione del vostro mondo del futuro, un mondo in cui le malattie di oggi sono essenzialmente sconosciute!”

Ci impegniamo ad effettuare ogni sforzo possibile per diffondere la conoscenza sui benefici della medicina cellulare e nutrizionale e per costruire un nuovo sistema sanitario, orientato alla prevenzione, per il nostro pianeta. Non ci fermeremo finchè questo nuovo sistema non avrà raggiunto ogni angolo del pianeta. Dalla foresta amazzonica alle montagne dell'Himalaya, dalle favelas dell'America Latina ai villaggi dell'Africa, il messaggio al mondo è questo:

**„La salute è alla portata di tutti!
Venite ed unitevi a noi adesso!”**

La dichiarazione di Barletta
Barletta, Italia, 19 ottobre 2014

Imparate di più!

Visitate questi link per ulteriori informazioni e corsi:

- Carenza di vitamine e minerali – Un report globale: <http://www.unicef.org/media/files/vmd.pdf>
- Progetto White Crow Farm – Una serie di video web e foto blog che racconta le storie di tanti agricoltori che partono da zero: <http://www.whitecrowfarmproject.com>
- Movimento della Vita: Salute, Pace e Giustizia Sociale per Tutti – Una campagna globale: <http://www.movement-of-life.org/>
- Un manuale del corso di progettazione permacultura: <https://treeyopermacultureedu.wordpress.com/>
- Impostazione e gestione di un orto scolastico: Un manuale per insegnanti, genitori e comunità <http://www.fao.org/docrep/009/a0218e/a0218e00.HTM>
- World Health Alphabetization – Alfabetizzazione Mondiale sulla Salute Corso come educatore di salute: <http://www.wha-www.org/en/educate/index.html>
- BodyXQ – Il primo programma interattivo educativo che permette di viaggiare all'interno degli organi e di esplorare le loro funzioni: <http://eu.bodyxq.org/START>

„L'intervento del Dr Rath mi ha entusiasmato molto. Ascoltando le sue parole mi è sembrato di vivere in un nuovo mondo più etico e più sano. Secondo me, la sua visione è una visione collettiva: la creazione dei centri di medicina cellulare, il concetto di prevenzione che dovrebbe essere insegnato già dall'infanzia, la creazione di corsi formativi, indipendenti dalle aziende farmaceutiche. E' stata la prima volta nella mia vita che ho ascoltato parlare un uomo unico, le cui idee sono pace e giustizia sociale. Grazie Dr. Rath, mi unisco a Lei.”

Gerardo Zagaria

„La conferenza di Barletta ha completamente cambiato il mio modo di pensare. Le scoperte scientifiche del Dr. Rath sono uniche come il suo discorso. Penso che l'apertura di centri informativi di medicina cellulare rappresenta la soluzione per diffondere le conoscenze sulla medicina cellulare. L'idea di creare orti a scuola è bellissima e unica. Credo che questo progetto diventerà realtà: siamo con Lei, Dr. Rath!”

Vincenzo Quaratiello

„La conferenza è stata molto educativa e istruttiva per tutti noi, ma il discorso del Dr. Rath mi ha lasciato senza parole. L'idea di cambiare questo sistema sanitario rappresenta un obiettivo comune, dal momento che quello attuale è basato sulla malattia. Mi ha colpito molto la proposta di creare centri di medicina cellulare: penso che un centro in ogni paese o città sia l'inizio del raggiungimento della salute. La prego di seguire questa strada perchè i nostri figli in futuro possano godere di buona salute. Grazie a tutti, grazie al Dr. Rath”

Sebastiano Posilipo

La salute naturale preventiva deve diventare un diritto dell'umanità

„Mentre ascoltavo il discorso del Dr.Rath, ho pensato immediatamente ai miei figli e ai miei nipoti. Sì, hanno il diritto a un futuro migliore, basato sulla fiducia e non sull'inganno. L'appello del Dr. Rath ci coinvolge tutti: siamo responsabili per il futuro dei nostri figli e tutti dovremmo assumerci questa responsabilità. Uniamoci tutti per creare un nuovo sistema sanitario e un mondo equo e giusto.“ *Posilipio Damiana*

„Tutto ciò che è stato detto durante il lungo ed emozionante discorso del Dr. Rath durante la conferenza del 19 ottobre rappresenta un „progetto“ di lavoro a 360 gradi che coinvolge ogni aspetto della convivenza civile e ogni persona per tutta la sua vita. Questo è il messaggio per un mondo migliore che il Dr. Matthias Rath ha lasciato alla città di Barletta. L'approvazione totale del pubblico è stata sottolineata da una calorosa, entusiasta e appassionata ovazione.“ *Marilena D'Alessandro*



<http://www4.dr-rath-foundation.org>



<http://www.youtube.com/user/RathFoundation>



<https://www.facebook.com/DrRath.Foundation>



https://twitter.com/dr_rath_news



<http://www4.dr-rath-foundation.org/rss/rss.xml>