



GUARIGIONE ^{per le} NAZIONI

NOVEMBRE 2025



Festival
Dei Miracoli
DEI FLUSSI
di
GUARIGIONE

Un
Giubileo
**DI GIOIOSI
TRIONFI**

● (PAGINA 2)
LASCIATE CHE CRISTO VI PRENDA TUTTI

● (PAGE 10)
GESTIONE INTELLIGENTE DEGLI ALIMENTI

Lasciate **CHE** CRISTO **VI** PRENDA TUTTI



**“Gesù gli rispose: Se uno mi ama, osserverà la mia parola; e il Padre mio lo amerà, e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui”
(Giovanni 14:23).**

Ogni figlio di Dio è la dimora di Dio (1 Corinzi 3:16), ma Cristo può manifestarsi solo nella vita di chi osserva la Sua Parola. Si manifesterà nella tua anima prendendosi cura della tua mente e donandoti pensieri di Dio. Si manifesterà anche nel tuo corpo, mostrandosi vivo nei tuoi tessuti e organi, donandoti salute divina.

Una volta ho sentito una storia interessante su un certo uomo che aveva avuto diversi problemi nella sua vita e che aveva pregato Dio.

Infine, un giorno, chiese a Dio: *"Pensavo che se Ti avessi lasciato entrare nella mia vita, questi problemi sarebbero cessati". Dio gli rispose: "Posso prendere solo quello che mi dai",* e continuò a rivelare all'uomo come gli avesse dato solo una stanza nella sua grande casa.

In quella rivelazione, Dio era nella sua stanza quando il diavolo entrò in casa, lottò con l'uomo e lo ferì. Dopo la sua terribile esperienza, tornò da Dio lamentandosi: *"Ti ho portato in casa mia pensando che non avrei mai più avuto problemi".*

Ma Dio rispose: *"Mi hai dato solo una stanza in cui stare, e finché questa sarà l'unica stanza che avrò, il diavolo potrà entrare in tutte le altre".* In quel momento, l'uomo decise di dare a Dio altre due stanze.

Più tardi quella notte, ci fu un'altra battaglia, e il diavolo lottò e ferì l'uomo. Furioso, chiese a Dio: *"Ti ho dato tre stanze, perché hai lasciato entrare il diavolo?"* Dio rispose: *"Il diavolo non è venuto nelle stanze in cui alloggiavo". "Va bene, Signore. Ti do la quarta stanza!"* disse l'uomo.

La notte successiva, accadde la stessa cosa, e il diavolo lo sconfisse ancora. Ora l'uomo era furioso con Dio. "Cos'altro vuoi che ti dia? Ti ho dato quattro

stanze, e tu hai comunque lasciato entrare il diavolo!"

Dio disse: "La casa non è mia; tu mi hai dato quattro stanze nella tua casa e il diavolo non può entrare in quelle stanze per attaccarti". Infine, con una nuova comprensione, l'uomo disse: "Va bene, Signore, per favore prendi tutta la casa!"

Il diavolo tornò quella notte, ma questa volta c'era un nuovo Padrone di casa! Dio stava alla porta e il diavolo non poteva entrare! L'uomo dormì così bene quella notte, e quando si svegliò la mattina dopo, disse: "Signore, ho dormito benissimo! Hai visto il diavolo?"

Dio disse: *"Bene, è venuto, ma l'ho fermato al cancello perché ora la casa è mia!" Alleluia!*

Ecco cosa devi fare nella tua vita: *affidare tutto il tuo essere a Dio. Se lo lasci entrare solo nel tuo spirito, Lui sarà lì, ma potresti comunque avere pensieri sbagliati e fare cose sbagliate. Potresti disobbedire quando ti dà certe istruzioni. Il tuo corpo potrebbe ancora essere ferito e afflitto. Ma quando Gli affidi tutto il tuo spirito, la tua anima e il tuo corpo, Lui si manifesterà in ogni ambito della tua vita!*

Rendi prioritaria nella tua vita una ricca comunione con il Signore Gesù ed esalta la Sua Parola. Gesù disse: **"...Se uno mi ama, osserverà la mia parola; e il Padre mio lo amerà, e noi verremo a lui e faremo dimora presso di lui" (Giovanni 14:23).**

Ciò di cui hai bisogno è una relazione con il Guaritore e la Sua presenza manifesta nella tua vita. Allora potrai dire: *"Cristo vive in me ora. Pertanto, questo dolore non può continuare. Gesù è il Signore del mio spirito, della mia anima e del mio corpo; la malattia non può restare in me!". Sia lodato Dio!*

CONTENUTO

EDIZIONE NOVEMBRE 2025

04

RELAZIONE SUI PROGRAMMI



PREGHIERA DI SALVEZZA

Se vuoi che Gesù Cristo diventi il Signore della tua vita, recita questa preghiera, credendo con tutto il tuo cuore:

“O Signore Dio, vengo a Te nel Nome di Gesù. Credo che Gesù Cristo è il Figlio del Dio vivente. Credo che Dio lo abbia risuscitato dai morti e confesso che Gesù Cristo è il Signore della mia vita da oggi. Ricevo, per fede, la remissione dei peccati per la mia anima. Proprio ora, nel Nome del nostro Signore, Gesù Cristo, ricevo la vita eterna nel mio spirito. Sono nato di nuovo!”

Se hai appena recitato la preghiera, invia un'e-mail a info@httnmagazine.org. Dio ti benedica.

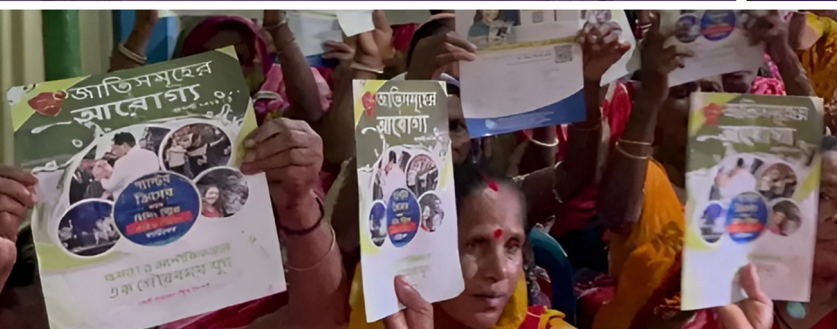
10

VITA SANA



11

PROCLAMAZIONE DELLA FEDE



IN VIA LE TUE
**TESTIMONIANZE
RIVISTA**
HEALING
TO THE NATIONS A :

testimonies@httnmagazine.org

LA SCUOLA DI GUARIGIONE È UN MINISTERO DI GUARIGIONE DEL PASTORE CHRIS OYAKHILOME

La rivista "Healing to the Nations" è pubblicata dalla Healing School. Tutti i diritti riservati.

È vietata la riproduzione totale o parziale senza autorizzazione scritta. ISSM 1597 - 0833



Un Giubileo DI GIOIOSI TRIONFI

I servizi di guarigione dal vivo Healing Streams di ottobre 2025, appena conclusi con il pastore Chris, hanno segnato un momento in cui la gloria di Dio ha riempito la terra. È stata una stagione di benedizioni e trasformazioni, che ha portato guarigione, salvezza e restaurazione a miliardi di persone in tutte le nazioni. Dalle città più grandi ai villaggi più remoti, la potenza di Dio era presente ovunque, cambiando vite per sempre.

Per tre giorni, il mondo ha assistito alla manifestazione sconfinata dello Spirito di Dio. Occhi ciechi si sono aperti, orecchie sorde sono state sturate, corpi paralizzati sono stati guariti, tumori sono stati risolti e affezioni di lunga data sono scomparse all'istante. La salvezza si è diffusa ampiamente, le famiglie sono state sollevate e la gioia ha traboccato nelle case, negli ospedali e in innumerevoli centri di guarigione.

L'edizione di ottobre è stata caratterizzata da prove innegabili dell'amore e della potenza di Dio. Barriere di malattia e disperazione sono state abbattute e miliardi di persone hanno vissuto nuove stagioni di salute, pace e gioia, connettendosi con fede e grande attesa. In verità, l'impatto di questa edizione continua a riecheggiare mentre molti altri scoprono i loro miracoli.

Ora è il momento di celebrare le meraviglie di questa gloriosa epoca attraverso l' **Healing Streams Festival of Miracles**. Questo speciale spettacolo di 14 giorni presenterà le testimonianze di coloro che sono stati guariti durante i servizi di guarigione.

Da lunedì 27 ottobre a domenica 9 novembre, il mondo risuonerà delle voci di coloro le cui vite sono state cambiate per sempre. Aspettatevi resoconti stimolanti delle potenti opere di Dio, chiamate in diretta da tutto il mondo, tappe uniche in diverse località, gloriosi resoconti di lode e approfondimenti speciali sui miracoli soprannaturali avvenuti durante i Flussi di Guarigione.

È una celebrazione dell'infallibile potenza di Dio. Ogni testimonianza è un seme che accende la fede in innumerevoli altre persone e che porta con sé altri miracoli man mano che le persone ascoltano e credono. La Festa dei Miracoli è l'opportunità per le persone di glorificare Dio apertamente per ciò che ha operato nelle loro vite.

Siate pronti a condividere la vostra testimonianza, a gioire con gli altri e a sperimentare ancora più miracoli mentre vi connettete. Unitevi a noi per il Festival dei Miracoli, dove i flussi di guarigione continuano a scorrere e la gloria di Dio non conosce fine.





UN PERCORSO DI GUARIGIONE

scansioni e Ulteriori trattamenti, ma Cristino scelse invece di affidarsi al potere guaritore di Dio per cambiare la sua situazione. Con grande attesa, decise di partecipare ai servizi di guarigione dal vivo di Healing Streams. Viaggiando per migliaia di chilometri dal Paraguay alla Nigeria per partecipare in loco, il passo di fede di Cristino pose le basi per un incontro che gli cambiò la vita.

Per lui, essere ai Flussi di Guarigione era un momento segnato dal destino. Poi arrivò la preghiera dell'uomo di Dio. "Quando il pastore Chris pregò per me, sentii qualcosa cambiare dentro di me. Proprio lì, in quel momento, seppi che il Signore aveva operato nel mio corpo. Il dolore che durava da 20 anni era sparito! Fu davvero un miracolo. Essere in quel luogo, ricevere la preghiera e sentire quel cambiamento all'istante; era la potenza di Dio che operava in me.

"Questo miracolo non è solo per me. È per tutti coloro che mi circondano. La mia testimonianza è la prova del potere guaritore di Dio e, attraverso la rivista Healing to the Nations, posso condividerla con molte più persone. È una gioia e una responsabilità far sapere al mondo che Gesù guarisce", testimonia Cristino.

Per 20 lunghi anni, Cristino, originario del Paraguay, ha sopportato il disagio di un'ernia del disco. La patologia è iniziata dopo uno stiramento subito durante la costruzione della sua casa, ed è diventata una sfida che ha limitato la sua vita in molti modi.

"Non era qualcosa di visibile all'esterno, ma mi ha colpito profondamente. Non potevo svolgere il mio lavoro abituale senza provare dolore. Non potevo praticare sport e allenamento della forza, che amavo di più. A volte, pesava sulle mie emozioni", ricorda Cristino.

Nella sua ricerca di sollievo, Cristino ha provato trattamenti casalinghi e rimedi naturali, gestendo la condizione al meglio delle sue possibilità. Tuttavia, nulla gli ha portato un sollievo duraturo. I medici gli hanno raccomandato

Oggi, Cristino cammina con forza e libertà. I limiti sono spariti. È di nuovo in grado di fare le cose che credeva perse per sempre.

HO CREDUTO E SONO STATO GUARITO

incapace di prendersi cura di sé. Nonostante il ricovero e la somministrazione di diversi farmaci, le sue condizioni non sono migliorate. I medici le hanno consigliato un intervento chirurgico, ma lei ha rifiutato.

Durante questo periodo, Moserah venne introdotta ai Servizi di Guarigione in Diretta con il Pastore Chris. Mentre era ancora in ospedale, iniziò a guardare le testimonianze delle edizioni precedenti. Con l'avvicinarsi del programma, partecipò con fede al suo miracolo.

"Ogni segmento dei Flussi di Guarigione è stato una benedizione. Dal momento in cui i Loveworld Singers hanno iniziato il loro ministero, ho sentito la potenza di Dio. E quando il pastore Chris ha iniziato a predicare al pubblico globale, ho immediatamente sperimentato un flusso di guarigione. Ho creduto e ho ricevuto il mio miracolo", testimonia Moserah con entusiasmo.

Quella notte, mentre dormiva, la potenza di Dio le pervase il corpo. Al mattino, le sue forze erano tornate. Oggi è libera da dolore e stanchezza e vive una vita piena di salute e gioia.

Nel gennaio 2025, **Moserah, originaria della Cina**, iniziò ad essere colpita da sintomi preoccupanti. Lottò contro febbre alta, brividi e diarrea. Ben presto, le sue condizioni peggiorarono. La sua urina diventò marrone e sviluppò un forte dolore al lato destro della gabbia toracica. Respirare divenne difficile e camminare anche per brevi distanze le prosciugava le forze.

In ospedale, le è stato diagnosticato un ascesso epatico e un epatofima. La debolezza e il dolore l'hanno resa

LIBERATO DAL CANCRO E DA OGNI MALATTIA

di chemioterapia per combattere il cancro. Gli effetti collaterali furono intensi, causando grave esaurimento, persistenti dolori alla schiena e debolezza che la resero incapace di svolgere anche le più semplici faccende domestiche. Rimase disoccupata e non poté più prendersi cura del figlio. La speranza stava svanendo finché un'amica non le parlò delle Healing Streams.

Jonalyn si è connessa virtualmente, aspettandosi un tocco speciale dal Maestro. Durante la funzione, mentre il pastore Chris assisteva coloro che erano in linea di guarigione virtuale, la chiamò per nome e scacciò ogni infermità dal suo corpo.

In quel momento, ho sentito lo Spirito Santo operare nel mio corpo e ho capito senza ombra di dubbio di essere guarita. Circa due mesi dopo, la mia oncologa mi ha consigliato un esame e, con suo grande stupore, ha scoperto che non c'era traccia di tumore al seno. Da quando sono guarita, ho sperimentato grandi cambiamenti nel mio corpo. Il mal di schiena è sparito. Mi sento più forte che mai. Posso di nuovo fare le mie faccende e prendermi cura di mio figlio. Dio è così buono con me!" racconta Jonalyn.

Nel dicembre 2023, a **Jonalyn, originaria delle Filippine**, è stato diagnosticato un tumore al seno invasivo che si era diffuso al fegato e alle ossa. Le è stato scoperto un nodulo di 5,9 cm nel seno sinistro. La sua vita è diventata ancora più difficile perché soffriva anche di palpitazioni cardiache, tremori alle mani e reflusso acido, che le hanno portato a una diagnosi di ipertiroidismo. Ha anche lottato contro l'ittero ostruttivo, una condizione che le ha fatto ingiallire gli occhi e la pelle.

La vita di Jonalyn divenne difficile. Mentre assumeva farmaci per le sue altre patologie, si sottopose a diversi cicli



RESTAURATO DAL POTERE DI DIO DOPO 8 ANNI

fiume, quando saltò da una roccia alta senza la stecca, e il disastro accadde. La sua spalla saltò fuori di nuovo.

Da quel momento in poi, anche semplici azioni come ridere potevano slogarsi la spalla. Notti insonni e dolori costanti scandivano la sua vita. Era previsto un altro intervento chirurgico; tuttavia, Simon scoprì i servizi di guarigione in diretta di Healing Streams con il pastore Chris.

Simon racconta: *"Il terzo giorno, ho pregato e digiunato, credendo nel mio miracolo. Mentre il pastore Chris mi assisteva, la potenza di Dio mi ha attraversato. Ho alzato le mani, ho sentito uno schiocco nella spalla e, all'istante, sono guarito! Sono guarito dalla potenza di Dio!"*

Ora Simon solleva le braccia liberamente, gioca di nuovo a calcio e vive una vita completamente rigenerata. Oltre alla sua guarigione, Simon testimonia che i Flussi di Guarigione hanno portato luce e una trasformazione totale nella sua vita.

Per otto anni, **Simon, colombiano**, soffriva di dolori lancinanti a causa di un infortunio alla spalla subito durante una partita di calcio. Un'ecografia ha mostrato la lesione di tre tendini intorno alla spalla, rendendo necessario un intervento chirurgico e una difficile convalescenza.

In seguito, ha dovuto ricorrere a una stecca e alla terapia, sperando nella guarigione. Ma durante un'avventura sul



TRIONFO SULL'INSUFFICIENZA RENALE

cure e lei ricevette la guarigione. I suoi piedi gonfi tornarono normali, le sue forze tornarono e i suoi reni guarirono. Oggi, Esther è in perfetta salute, completamente libera e piena di vita.

Questo è il tuo momento per gioire, testimoniare e diffondere

Preparatevi per il Festival dei Miracoli di Healing Streams

in onda da lunedì 27 ottobre a domenica 9 novembre 2025 su www.healingstreams.tv e l'app Healing to the Nations.

Sintonizzati ogni giorno e diventa parte di questo glorioso celebrazione delle testimonianze.

Nel marzo 2020, **Esther** ha iniziato ad avvertire forti dolori addominali e le è stata diagnosticata la presenza di calcoli renali. Nonostante le cure, le sue condizioni non sono migliorate. Due anni dopo, il dolore è tornato più intenso e ulteriori esami hanno rivelato un'insufficienza renale di stadio 4.

Per mesi ha sofferto di nausea, vomito, stanchezza, insonnia, rapida perdita di peso, dolori articolari e debolezza. La sua salute è peggiorata rapidamente fino a quando non è più riuscita a camminare, mangiare o svolgere le sue attività quotidiane. È stata sottoposta a dialisi e ha assunto farmaci, ma non hanno portato a una soluzione duratura.

Mentre era ancora in ospedale, Esther ebbe un incontro soprannaturale in cui vide il pastore Chris che le impartiva le sue cure. Poco dopo, partecipò ai Servizi di Guarigione in Diretta. Durante il programma, l'uomo di Dio le offrì le sue

la notizia! Invita i tuoi cari, i tuoi vicini e i tuoi amici a partecipare a questa festa globale di miracoli. Mentre vi connettete, aspettatevi che la vostra fede cresca e che nuove testimonianze sorgano in modi che vanno oltre la vostra immaginazione.

Ricordatevi di condividere le vostre testimonianze inviando un'e-mail a testimonianze@healingstreams.tv o chiamando uno dei numeri di telefono indicati nell'ultima pagina.

MIRACOLI Natale

Toccare Vite Ovunque Con La Rivista Healing To The Nations



L'anno volge al termine e le festività si avvicinano. Presto le strade brilleranno di luci, le melodie riempiranno l'aria e le famiglie si riuniranno per festeggiare. Ma oltre i colori e le festività, si cela la vera essenza del Natale, la celebrazione del dono più grande di Dio, Gesù Cristo. La sua venuta ha portato gioia al mondo, pace ai cuori afflitti e guarigione e salvezza alle nazioni.

È un periodo di amore, gioia e del miracolo della nascita di Cristo, un momento per condividere il Suo amore sconfinato con il mondo. Quale modo migliore per incarnare questo spirito se non condividendo speranza e guarigione attraverso la rivista "Healing to the Nations"? La rivista "Healing to the Nations" è un faro di questo messaggio, portatore di speranza, amore e della potenza del Vangelo.

Grazie alla campagna "Guarire Ovunque", il periodo natalizio dello scorso anno ha avuto un impatto straordinario. Milioni di persone sono state raggiunte grazie alle copie della rivista distribuite in ospedali, orfanotrofi, scuole, carceri e comunità. Ovunque sia arrivata, vite sono state trasformate, cuori si sono aperti al Vangelo e i malati hanno ricevuto la loro guarigione.

Una di queste testimonianze è quella di Plaxides di Harare. Ha distribuito copie della rivista "Healing to the Nations" nella sua comunità. Grazie a ciò, un'amica malata da tempo è guarita all'improvviso e tutti i sintomi che la affliggevano sono scomparsi. Anche un membro della sua famiglia ha testimoniato di una

straordinaria crescita spirituale da quando ha ricevuto la rivista.

A Singapore, i ministri del culto sono stati arruolati come traduttori e le loro chiese sono state confermate come centri di guarigione per i flussi di guarigione. Queste attività di sensibilizzazione sono diventate canali efficaci per diffondere la notizia del programma e creare ulteriori piattaforme di impatto.

Mentre ci prepariamo al Natale, hai l'opportunità di essere un tramite attraverso cui altri possono ricevere il loro miracolo. Partecipa alla campagna "Guarire Ovunque". Insieme, stiamo saturando ospedali, prigionieri, orfanotrofi, comunità e molti altri luoghi in tutto il mondo.

Ogni copia della rivista "Healing to the Nations" distribuita in questa stagione è un seme di fede, un tocco dell'amore di Dio e un promemoria che Cristo è venuto affinché potessimo vivere in salute e vittoria. Questo è un vero riflesso dello spirito del Natale.

Unisciti a noi per fare la differenza:

- Distribuiamo la rivista Healing to the Nations.
- Tradurre la rivista in altre lingue.
- Sponsorizzazione della distribuzione della rivista in diverse città e paesi.

Per iniziare, visita www.htnmagazine.org Grazie e che Dio ti benedica.

SEGNATEVI QUESTI EVENTI ENTUSIASMANTI DI NOVEMBRE SUL CALENDARIO

2
NOVEMBRE

Servizio di Comunione
Globale di Novembre

16
NOVEMBRE

Serata Di Lode Con
Il Pastore Chris

28-29
NOVEMBRE

Giornata Mondiale di
Preghiera

28-30
NOVEMBRE

Digiuno e
Preghiera Globali

Partecipa in diretta su www.healingstreams.tv o sull'app **Guarigione per le Nazioni**

Ferita PERSISTENTE SECCA!

SPECIAL
MIRACLES
WITH THE
HEALING TO THE NATIONS
MAGAZINE

**MIRACOLI SPECIALI
CON LA RIVISTA
HEALING
TO THE NATIONS**



PRIMA



DOPO



Mi chiamo **Ifeanyi Nweke**. Ho 43 anni e voglio condividere la mia testimonianza della gloria di Dio. A dicembre dell'anno scorso, mentre festeggiavo il Natale nella mia città natale, ho notato una dolorosa escrescenza sulla gamba. Pensando che fosse solo un foruncolo, l'ho rotto. All'inizio il dolore si è attenuato, ma nel giro di pochi giorni il gonfiore è tornato, peggiore di prima. Ogni volta che rompevo i foruncoli, il liquido che ne fuoriusciva si diffondeva e creava nuove ferite ovunque toccasse. Ben presto, tutta la mia gamba era ricoperta da molteplici ferite gonfie e trasudanti. Il dolore era insopportabile e si irradiava al petto e alla testa.

Ho subito cercato aiuto in un ospedale locale. Quando l'infermiera ha visto la mia gamba, si è allarmata e ha temuto che si trattasse di qualcosa che chiamano "Achere" (ulcera di Buruli), una patologia che si dice corroda la carne fino a esporre le ossa. Mi ha spiegato che farmaci o iniezioni non sarebbero stati d'aiuto e mi ha prescritto solo pochi farmaci per alleviare il dolore. La paura mi ha preso, ma sono tornato a casa con mia moglie. Quella sera, con l'intensificarsi del dolore, sono stato tentato di prendere i farmaci, ma mia moglie ci ha incoraggiato a pregare.

Mentre pregavo, mi sono ricordato delle numerose testimonianze che avevo sentito sulla rivista "Healing to the Nations". Con fede nel cuore, ho preso la rivista, l'ho messa sotto i vestiti e ci ho dormito. Al mattino, era successo qualcosa di straordinario. Le ferite che si diffondevano sempre avevano smesso di crescere e quelle esistenti si stavano seccando. Ho provato un grande sollievo e l'ho mostrata a mia moglie con stupore.

Da quel giorno, portai sempre con me la rivista "Healing to the Nations", infilata sotto i vestiti. La chiamavo la mia garanzia infallibile. Ogni giorno, la guarigione progrediva. Dopo tre giorni, la ferita era guarita in modo significativo. Dopo una settimana, la mia gamba era completamente guarita.

Chi aveva visto le condizioni della mia gamba era sbalordito. Molti si chiedevano come una ferita del genere potesse guarire così in fretta. Sollevai la rivista "Healing to the Nations" e dichiarai con coraggio: "Questo è ciò che mi ha guarito!"

Oggi cammino liberamente, accompagno i miei figli a scuola, aiuto mia moglie in cucina e faccio tutte le cose che prima non potevo fare. La mia gioia è piena e rendo tutta la gloria a Dio per avermi guarito gratuitamente attraverso la rivista "Healing to the Nations". Ringrazio il Pastore Chris e i partner che rendono questo dono di guarigione disponibile al mondo.



USARE

LE ATTIVITÀ DI
GUARIGIONE

SPONSOR

RIVISTA GUARIGIONE
PER LE NAZIONI

DISTRIBUIRE

A TUTTI
OVUNQUE

Per maggiori informazioni visita htnmagazine.org



GESTIONE INTELLIGENTE DEGLI ALIMENTI IN CUCINA



Scansiona qui guardare documentari sulla salute



La cucina è un ambiente familiare in ogni casa. È il luogo in cui si preparano i pasti, che si tratti di cucinare tutti i giorni, di spuntini veloci o di festeggiamenti speciali. Grande o piccola, la cucina supporta la vita quotidiana. Ma senza la dovuta cura, può anche diventare un luogo in cui batteri, germi e parassiti nocivi penetrano negli alimenti. Se non gestiti in modo sicuro, questi germi possono causare malattie trasmesse dagli alimenti.

La buona notizia è che la sicurezza alimentare non deve essere complicata. Esploriamo i quattro passaggi chiave che costituiscono il fondamento della sicurezza alimentare: pulire, separare, cuocere e raffreddare. Insieme ad alcuni consigli extra in cucina, queste semplici pratiche ti aiuteranno a mantenere i tuoi pasti al sicuro e piacevoli.

Pulizia: inizia con l'igiene

Le mani pulite sono la migliore difesa contro i germi. Prima di tagliare le verdure a dadini o condire la carne, prenditi un momento per lavarti accuratamente le mani con acqua tiepida e sapone. Lo stesso vale per gli utensili da cucina. Coltelli, taglieri e piani di lavoro devono essere lavati accuratamente prima e dopo ogni utilizzo. I prodotti freschi possono sembrare immacolati, ma hanno comunque bisogno di essere sciacquati sotto l'acqua corrente prima di poter essere mangiati o cucinati in sicurezza. I germi si diffondono più velocemente di quanto si possa pensare, quindi piccoli accorgimenti come questi possono fare una grande differenza.

Separare: non lasciare che gli alimenti si mescolino

Le malattie trasmesse dagli alimenti si diffondono per contaminazione incrociata. Carne, pollame, frutti di mare e uova crudi possono contenere batteri nocivi che si trasferiscono facilmente agli alimenti pronti al consumo se non trattati correttamente. Conservate gli alimenti crudi e quelli pronti al consumo in luoghi separati. Utilizzate taglieri diversi per i prodotti freschi e la carne cruda. In frigorifero, conservate la carne cruda in contenitori sigillati e al sicuro sul ripiano più basso, dove eventuali gocce non possano raggiungere altri alimenti. Tenere separati gli alimenti è un modo semplice ma efficace per bloccare i germi.

Cucina: riscaldalo bene

La cottura deve essere eseguita correttamente. Il calore è ciò che elimina la maggior parte dei batteri nocivi nascosti negli alimenti crudi. Sebbene spesso sia possibile capire quando un cibo è pronto, alcuni tipi richiedono un'attenzione particolare. Questo vale anche per la cottura alla griglia. La carne può apparire perfettamente bruciata all'esterno, ma essere ancora poco cotta all'interno. Usare un termometro per alimenti è un modo affidabile per verificarne la cottura. Inoltre, zuppe, stufati e stufati dovrebbero essere serviti fumanti.

Rilassati: mantieni la calma

I batteri si moltiplicano rapidamente a temperatura ambiente, soprattutto nei climi più caldi. Per sicurezza, refrigerate gli alimenti deperibili entro due ore, un'ora se il clima è caldo. Mantenete il frigorifero a una temperatura pari o inferiore a 4 °C e il congelatore a -18 °C. Gli avanzati sono preferibili da consumare entro tre o quattro giorni, oppure congelateli se desiderate conservarli più a lungo.

Suggerimenti extra per tutti i giorni

- **Scongela gli alimenti in modo sicuro:** utilizzare il frigorifero, l'acqua fredda o il microonde, non il piano di lavoro.
- **Sostituisci spesso le spugne:** spugne e strofinacci sono un rifugio per i germi. Lavali o sostituiscili regolarmente.
- **Riscaldare gli avanzati:** quando riscaldi gli avanzati, non accontentarti di quelli tiepidi. Assicurati che siano ben caldi. Se il vapore sale, sei a posto.
- **Fai acquisti intelligenti:** prendi gli alimenti surgelati/refrigerati per ultimi e torna subito a casa in modo che rimangano freddi.
- **Fidati del tuo istinto:** se qualcosa ha un cattivo odore o è rimasto in frigorifero troppo a lungo, è meglio buttarlo via. Non ignorare nemmeno le date di scadenza.

La manipolazione sicura degli alimenti è un'abitudine semplice che fa una grande differenza. Seguendo questi consigli, ogni pasto può essere nutriente e sicuro, con la certezza che ciò che viene servito faccia bene sia al corpo che al palato.

PROCLAMAZIONI DI GUARIGIONE E SALUTE DELLA FEDE



“Avendo noi lo stesso spirito di fede, come sta scritto: «Ho creduto, perciò ho parlato», anche noi crediamo, perciò parliamo...” (2 Corinzi 4:13).

Marco 5:25-34 racconta la storia di una donna che soffriva di emorragia da 12 lunghi anni. Aveva passato tante cose, cercando di guarire, e aveva speso tutto ciò che aveva, ma non era migliorata. Anzi, era peggiorata. Prima di andare da Gesù, questa donna aveva sentito parlare di Lui e aveva appreso che era unto con il potere di guarire. Credette a ciò che aveva sentito. Poi disse: "Se riesco anche solo ad avvicinarmi abbastanza da toccare anche solo il lembo del suo mantello, sarò guarita". Lo disse; esprime ciò in cui credeva. In questo racconto, la donna credette nella potenza di Dio all'opera in Gesù Cristo, e lo dichiarò. Non rimase in silenzio.

Nel dimostrare la tua fede in Dio, è importante capire che credere non è la fine. Si inizia credendo, ma bisogna esprimere ciò in cui si crede nel cuore. È così che funziona la fede! Prima credi, poi parli.

CONFESSIONI

Ho lo Spirito della Vita che vive in me, mi guida, mi dà energia e mi rafforza. Mi ha dato il potere di compiere grandi meraviglie e miracoli e di apportare cambiamenti positivi nel mio mondo, nella mia salute, nella mia famiglia e nelle mie finanze.

Ho lo Spirito della Vita che vive in me, mi guida, mi dà energia e mi rafforza. Esercito il dominio sul mio corpo attraverso la Parola, sulla malattia e sulla morte. La mia vita è costruita sulla Parola di Dio. Mi mantiene sempre in buona salute.

Sono passato dalla morte alla vita perché ogni mortalità è stata assorbita dall'immortalità. Malattia, infermità e infermità non hanno posto nel mio corpo. Tutto ciò che non è di Dio è assorbito dalla vita divina.

La mia salute è sostenuta dalla presenza dello Spirito Santo nel mio corpo e dalla vita di Dio nel mio spirito. Sono forte nel Signore e nella potenza della Sua potenza. Sono pieno di una potenza illimitata, travolgente e insuperabile, di potere sulle crisi, sulle malattie e sulle infermità.

Non sono mai senza forza perché lo Spirito Santo è in me. Egli si prende cura del mio corpo e mi infonde salute, forza e vigore. La potenza di Dio in me è all'opera oggi contro le circostanze, il dolore, la malattia e la morte.

Vivo in assoluta salute e solidità di mente e corpo.

Dimoro nel luogo segreto dell'Altissimo e dimoro all'ombra dell'Onnipotente. Nessuna transazione illegale può prosperare nel mio corpo perché sono nato da Dio e la mia vita è nascosta con Cristo in Dio. Mi rifiuto di ammalarmi!

Con il Nome onnipotente di Gesù, governo e regno sui demoni e sulle circostanze della vita. Ho il potere di calpestare serpenti e scorpioni e su tutte le capacità del nemico, e nulla potrà mai farmi del male perché l'Uno più Grande vive dentro di me.

Satana non ha nulla in me perché sono pieno di Spirito Santo in ogni momento. L'ambiente in cui vivo è Cristo. Qui non ci sono problemi di salute, infezioni o pandemie. Non importa cosa accada a chi è nel mondo, rimango saldo nella fede e godo della mia gloriosa vita adesso.

Parlo della saggezza di Dio in ogni situazione che affronto. Io Libera salute e vittoria nella mia vita. Cammino nel dominio su Satana, sul mondo e sui suoi sistemi. Tutto ciò che è nato da Dio vince il mondo. Io sono nato da Dio; perciò ho vinto il mondo.

Mi identifico con il Signore e sono marchiato da Lui. Sono un essere diverso, uno che non muore né si ammala. Ho potere su tutte le abilità e le strategie del diavolo. Mi crogiolo nelle provvidenze di Cristo per la mia vita, la mia salute e tutto ciò che mi riguarda. Sono forte e vivo per Dio!



Grazie CARI PARTNER STIMATI

la tua generosa donazione alla Guarigione il mandato delle Nazioni nel 2025 è avanzato la predicazione completa del Vangelo, raggiungendo nazioni con guarigione, speranza e salvezza. Che il Signore onori la tua discendenza con testimonianze abbondanti e benedizioni traboccanti.

...insieme, portiamo la guarigione alle nazioni!

Scansiona per guardare i video delle testimonianze
**di Healing Streams, emozionanti e fonte di
ispirazione per la fede**

www.healingstreams.tv/hovideos



SUDAFRICA

Scuola di guarigione dell'ambasciata di Cristo
303 Pretoria Avenue
(Cnr. Harley e Bram Fischer), Randburg, Gauteng.
Casella postale 323, Randburg 2125.
Tel: +27 11 326 2467
+27 799 675 852
+27 799 675 853

NIGERIA

Scuola di guarigione dell'ambasciata di Cristo
21/23 Ize Iyamu Road
Ikeja, Lagos.
O. Box 13563, Ikeja, Lagos.
Tel: +234 808 678 3344
+234 803 981 6243
+234 (01) 888 5066

ASIA

Scuola di guarigione dell'ambasciata di Cristo
2° piano, Florida Amenity,
Keshav Nagar,
Pune 411036
Maharashtra.
Tel: +9177 9499 3762
+9192 0592 5531

STATI UNITI D'AMERICA

Scuola di guarigione dell'ambasciata di Cristo
328 Changebridge Rd, Pine Brook,
NJ 07058
New Jersey.
Tel: +1 832 724 9390
+1 347 872 6811

CANADA

Scuola di guarigione dell'ambasciata di Cristo
31 Conair Parkway,
Woodbridge, Ontario
L4H0S4.
Tel: +1 289 622 1634

REGNO UNITO

Tel: +44 (0) 333 188 0710

EUROPA:

Tel: +4917662272458



Segui il SuperUser della Healing School su KingsChat per gli
ultimi aggiornamenti e notizie in tempo reale
Cerca @hschool su KingsChat e segui