



e-biuletyn detoksykacja i immunoaktywacja MUDr. Josefa Jonáše



Potrzeba niebinarna

Byłem zapalonym czytelnikiem powieści historycznych ze starożytnego Rzymu. Fascynował mnie świat występów. Był bardzo odległy od rzeczywistości, w której żyłem. Miałem wrażenie, że świat toczy się dalej i dalej po linii prostej. Zignorowałem lekcje filozofów, którzy twierdzili, że kręcimy się po okręgu, a raczej po spirali. Dopóki nie zobaczyłem dziwnego napisu na drzwiach toalety, odnoszącego się do trzech płci.

Wcześniej było napisane WC i prosty symbol mężczyzny i kobiety. Przypom-

niałem sobie, jak kiedyś stałem zagubiony przed tym pomieszczeniem na Węgrzech, nie wiedząc, jak jest po węgiersku „mężczyzna i kobieta”. Ale dałem radę. Przypomniła mi się też historia mojego znajomego, który został zabrany z męskiej toalety, bo długimi włosami i delikatną twarzą przypominał kobietę. Krótko mówiąc, do określonych działań przeznaczono określone przestrzenie.

W młodości wyobrażałem sobie, jak będą się rozwijać samochody, samoloty, domy i maszyny do pisania. Nie

miałem pojęcia, że toalety zostaną zmienione. Zapamiętaj słowo „niebinarny”, które oznacza ani mężczyznę, ani kobietę.

Niedawno w gimnazjum w Plasach utworzono toalety dla „innej płci”, aby uczniowie czuli się lepiej. Problem w tym, że nawet starożytny Rzym nie przetrwał długo okresu upadku moralności. Najechały go hordy dzikich plemion z północy. Spirale historii. Dziś niebezpieczeństwa z północy nie ma, fale migracyjne są z Afryki. Rozwiążemy to, ale wiedza, gdzie udać się do toalety, jest przydatna.

Problem zwany egzemą

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com, tłumaczenie: Antoni Zieniuk

Nie wiem skąd wzięło się słowo egzema, ale mogę coś powiedzieć na temat tego problemu. Jest to zapalenie skóry leczone przez dermatologów. Do leczenia stosują głównie maści o różnej zawartości produktów leczniczych. Najpopularniejsze są te z kortyzonem.

Skóra egzemalna jest nieprzewidywalna, różnie reaguje na wszystko, co możliwe. Większość substancji wchłania się dzięki niej bardzo dobrze. Problem w tym, że substancje zawarte w maściach i kremach nie rozwiązują przyczyny egzemy, a jedynie skutki.

Precyzyjne targetowanie

Większość egzem jest kojarzona ze słowem atopowy. Atopia jest rodzajem alergii, jednak o innych parametrach, przyczynach i miejscu pochodzenia niż alergia klasyczna. Jest to informacja niezbędna do stosowania sprayów Marion. Precyzyjnie kierujemy działanie naszych preparatów tam, gdzie pojawia się problem zdrowotny.

Dziś jest już całkiem jasne, że egzema ma przyczynę wewnątrz organizmu. Ale zdarza się również wyprysk kontaktowy, powstający w wyniku kontaktu z substancją alergizującą, na przykład niklem lub truciznami. Przyczyną egzemy jest zespół zaburzeń w organizmie człowieka. Nie jest to pojedynczy problem, dlatego leczenie musi być kompleksowe. Skóra jest także narządem odpornościowym, chroniącym organizm przed wnikaniem mikroorganizmów. Zwłaszcza u dzieci skóra jest ważna, dlatego należy je codziennie dokładnie kąpać, aby zmyć toksyny.

Dużym źródłem toksyn w skórze jest okrężnica. Zwłaszcza u dzieci zaburzenie mikrobiomu jelitowego jest czynnikiem numer jeden. Problem jest w tym, że podawanie probiotyków jest bzdurą dla chorego mikrobiomu. Są skuteczne tylko w przypadkach łagodniejszych, przejściowych schorzeń. Przecież w sta-

rożytnej chińskiej filozofii medycznej skóra jest kojarzona z jelitami.

Wymagana jest cierpliwość

Eksperci wiedzą, że jelito tworzy parę z płucami. Wchłanianie kilkudziesięciu niezbędnych substancji, takich jak krzem, siarka czy witamina C, to alfa i omega jakości skóry. Kolejnym ważnym układem dla skóry jest limfa. Znamy obrzęki limfatyczne i podejrzewamy, że limfa dostaje się do tkanki podskórnej. Zawarte w niej toksyny logicznie obciążają skórę.

Być może najważniejsze jest funkcjonowanie układu odpornościowego, ponieważ do uszkodzonej skóry przedostają się toksyny z otoczenia oraz mikroorganizmy takie jak wirusy,

Borrelia czy grzyby. Dochodzi do fizjologicznego oczyszczenia lub patologicznego zapalenia. Jasne jest zatem, że musimy postępować systematycznie, stopniowo, jak pies myśliwski, który tropi swoją ofiarę.

Sukces nadejdzie, jeśli będziemy trochę cierpliwi. Egzemę u dzieci można bardzo łatwo wyeliminować. Jednak przy przewlekłym, długotrwałym wyprysku musimy liczyć się z detoksykacją trwającą miesiące lub lata. Kurację rozpoczynamy preparatami **Mun**, **Tox**, **Elerg** i **Cut**. Kontynuujemy mierzenie skóry i sprawdzamy psychikę. Śledzimy również żywność, taką jak mleko, pszenica, jaja i inne.



Przewodnik po bogactwie

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com, tłumaczenie: Antoni Zieniuk

Pieniądze leżą na ziemi, wystarczy się schylić. Wystarczy, że przekonasz alergika lub osobę cierpiącą na egzemę, że powinna kupić produkt **Elerg. Alergiczny nieżyt nosa dotyka 2,5 miliona Czechów, astmę milion, osiemset tysięcy Czechów cierpi na wyprysk atopowy, czterysta tysięcy ma alergię pokarmowe.**

Z roku na rok zwiększa się liczba osób cierpiących na alergię. Światowa Organizacja Zdrowia przewiduje, że za pięć lat na jakąś formę alergii będzie cierpiała połowa populacji, czyli ponad 5 milionów mieszkańców Czech. Jeśli zarobisz sto na każdym preparacie, będziesz zatopiony. Ale to nie jest takie proste.

Ci z nas, którzy zajmują się detoksykacją, wiedzą, że za alergię odpowiedzialne są pewne miejsca w mó-

na sukces zwiększymy łącząc z preparatami **Mun** i **Tox** lub z preparatem **Rescirk**.

Rozwiązanie jest łatwe

Pod względem odporności preparat **Elerg** uzupełnia preparat **Mun**, szczególnie w zakresie odporności humoralnej i śluzówkowej. Często jest to decydująca kombinacja. Wyniki są olśniewające i dodają nam pewności siebie. I odwrotnie, depresja może wystąpić, gdy zobaczymy konsekwencje lecze-

jest wiele i w wielu odmianach. Ale skuteczność możemy wyrazić w 90%. Szybko rosnącą częstość występowania alergii możemy przypisać zatykaniu układu gębowego. Szczepionki, antybiotyki, stres lub zaburzenia mikrobiomu mogą powodować jego nieprawidłowe działanie. Wszystko to i wiele innych rzeczy narusza program odpowiednich struktur mózgu.

Inne obciążenia

Jeśli badanie Acuporem wykaże wyprysk atopowy, to sam płat ciemieniowy nie wystarczy. Zmierzymy także sąsiadującą korę płata wyspowego i przede wszystkim obciążenie skóry, głównie mikroorganizmami. Kombinacją powinny być wówczas **Elerg, Cut, Mun i Tox**.

Przy przewlekłym wyprysku zazwyczaj musimy szukać innych obciążeń. Na pewno nie jest to zwykła alergja. Być może tylko w przypadku alergii pokarmowych. Musimy jednak odróżnić nietolerancję od alergii. Nietolerancje wymagają również preparatów **Brein i Meta**, oczywiście w połączeniu z dietą.

Podstawowym złym pokarmem jest mleko krowie i jego składniki – kazeina, ewentualnie kazomorfina. W przypadku składnika nerwowego konieczne jest również sprawdzenie laktozy. Tutaj opłaca się mierzyć funkcjonalność procentową. W związku z tym pracujemy albo z całkowitym zakażeniem, albo tylko z ograniczeniami. Ponadto astma rzadko jest wyłącznie astmą alergiczną. Zwykle jest to połączenie nerwu błędnego i alergii. Preparaty gębowe **Vondr i Hepcirk** są znaczącą pomocą.



zgu. Niefortunne jest to, że różne części mózgu są odpowiedzialne za różne problemy. Płat ciemieniowy (lobus parietalis) jest odpowiedzialny za wszelkiego rodzaju alergje. Podczas detoksykacji preparat **Elerg** może działać samodzielnie. Nadzieję

nia antybiotykami, głównie masowe rozprzestrzenianie się alergii i osłabienie odporności. Rozwiązanie jest w dodatku łatwe, poparte szeregiem sukcesów.

Oczywiście, można spotkać klienta, przy którym się wypalamy, bo toksyn

Czy powinniśmy bać się radioaktywności?

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com, tłumaczenie: Antoni Zieniuk

Pracuję z urządzeniem Reinholda Volla od czterdziestu lat. Ten niemiecki lekarz wraz ze swoim przyjacielem Fritzem Kramerem zmontowali urządzenie do pomiaru wartości punktów akupunkturowych. Ale pierwotny pomysł był zupełnie inny od obecnego zastosowania.

Dzięki urządzeniu EAV możliwe było rozładowywanie lub ładowanie punktów akupunkturo-

wych zgodnie ze zmierzonymi wartościami. Prawdopodobnie przez przypadek dr Voll odkrył w swoim gabinecie, że urządzenie nie reaguje na różne substancje, leki czy leki homeopatyczne wprowadzone do obwodu elektrycznego. Urządzenie EAV nadal rozwijało się z technicznego punktu widzenia do swojej obecnej postaci.

Preparaty nie są uniwersalne

Początki metody datuje się na lata pięćdziesiąte ubiegłego wieku. Miała i nadal ma wielu fanów, głównie w Niemczech. Stosowana była głównie przez dentystów, którzy przyczynili się do wielkiego postępu w dziedzinie materiałów dentystycznych. Wiele problemów powodowały toksyczne amalgame, które stopniowo wycofywano.

W oparciu o połączenie modyfikacji tego urządzenia z komputerem opracowałem metodę detoksykacji. Dzięki wieloletniej praktyce doszedłem do wniosku, że za niemal wszystkimi problemami zdrowotnymi stoją toksyny. Stopniowo zacząłem pracować z kilkoma tysiącami toksyn i opracowałem preparaty ukierunkowane zarówno na pojedyncze toksyny, jak i poszczególne tkanki i narządy. Preparaty nie są uniwersalne. Określo-

na tkanka wymaga detoksykacji. Dzięki właściwościom urządzenia EAV możliwe jest sprawdzenie, czy usuwanie

Trujące powietrze

Około pół roku temu zacząłem niezwykle często wykrywać radioaktywność

jako toksynę. Kiedyś występowało to tylko sporadycznie, obecnie pojawia się w 90% przypadków. Najczęstsze znaleziska dotyczą strontu i cezu.

Na rynku farmaceutycznym dostępny jest lek o nazwie Radiogardase, który usuwa cez. Około trzydzieści lat temu przyszedł do mnie mężczyzna chory na raka krwi. Po zakończeniu leczenia tym lekiem liczba krwinek wróciła do normy jeszcze przed rozpoczęciem chemioterapii. Od tego czasu korzystałem z Radiogardas kilka razy.

Opracowałem preparat detoksykujący **Radex**, jednocześnie stosuję preparat **Salur**, skierowany przeciwko solom biogennym. Można zauważyć, że oba obciążenia są ze sobą powiązane. Jeden z klientów, lekarz, również spotyka się z chińskim terapeutą. Powiedział mi, że Chińczycy hodują gołębie pocztowe. Kiedyś latały nawet na 700 kilometrów, teraz znikają po 200 kilometrach. „Powietrze jest trujące” – powiedział. Mam tę samą wiedzę. Nie mam wątpliwości, że na przestrzeni dziejów zdarzało się wiele mutacji



toksyn rzeczywiście nastąpiło. Wyniki osiągnięte tą metodą są godne podziwu. Jednak jego profesjonalne zastosowanie wymaga wielu lat nauki i praktyki.

genów pod wpływem radioaktywności, np. po klęskach żywiołowych. Nawet dzisiaj nie wszyscy ludzie są jednakowo otwarci. Ale radioaktywność jest bardzo znaczącą toksyną.

Skupieni na psychice

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com, tłumaczenie: Antoni Zieniuk

Słowo psychika jest terminem bardzo szerokim i niejasnym. Według współczesnej medycyny są to procesy zachodzące w mózgu. Te zachodzące w układzie limbicznym, czyli części mózgu odpowiedzialnej za procesy emocjonalne, są niezbędne do pocucia szczęścia w życiu. Podejrzewamy, że nie jest to takie proste.

Zaniedbany autonomiczny układ nerwowy zasadniczo zakłóca pocucie zdrowia. Jednak on również jest kontrolowany przez mózg poprzez pień nerwowy (*truncus sympathicus*). Nadnercza również zakłócają ten układ, przynajmniej poprzez produkcję

Organy i emocje

Nasylenie organizmu tymi substancjami zależy od dwóch czynników. Po pierwsze, musi znajdować się w jedzeniu. Wymaga to bardzo zróżnicowanej diety, obejmującej około 120 do 130 produktów spożywczych. Dru-

gim istotnym czynnikiem jest to, czy w ogóle dostaną się do organizmu. Zmniejsza się między innymi zdolność jelit do przenoszenia treści pokarmowej do układu krwionośnego i dostarczania niezbędnych substancji do komórek.

Jelitowy układ nerwowy odgrywa ważną rolę w wytwarzaniu substancji ważnych dla funkcjonowania układu nerwowego. Są to nerwy zupełnie nieznane laikowi – splot Meissnera i splot Auerbacha. Podobne znaczenie ma kaskada zdarzeń zachodzących pomiędzy podwzgórzem a neuroprzysadką. Jest to substancja zwana oksytocyną, ale także endorfiny, które tylko ilustrują złożoność pojęcia psychiki. Jeśli nasze spojrzenie ma napra-

ment zdrowia. Stworzyli podstawową parę narządów, z których wszystkie przenoszą emocje w tym samym czasie. Dziś nie mamy wątpliwości, że na przykład serce jest uszkodzane przez emocje związane ze strachem i stresem. Problem w tym, że psychologowie nie wiedzą, jak z tym faktem pracować.

Podstawa naszej pracy

Detoksykacja akceptuje myślenie starożytnych Chin. Rozwój ludzkiej psychiki jest niezwykle skomplikowany. Mózg jest materią organiczną o wyjątkowym rozwoju. Podstawowe funkcje są kontrolowane przez geny. System genów przeszedł dziesięć milionów lat ewolucji. Emocje chroniły prymitywnego człowieka i zwierzęta przed niebezpieczeństwami. Zgłaszali zagrożenia, aktywowali funkcje organizmu. Obecnie, obok uczuć miłości, stanowią one przeszkodę w egzystencji społeczeństwa i rodziny.

Rozwój układu limbicznego rozpoczyna się już w 32. tygodniu ciąży. Udowodniono z całkowitą pewnością, że oprócz wzrostu mózgu napędzają go genami, ta wyjątkowa materia organiczna jest programowalna. Pewnego dnia komputery nie będą wykonane z krzemu, ale z materii organicznej podobnej do mózgu. Nasza psychika jest mieszanką błędów organicznych spowodowanych toksynami, genami i błędami programowania. Mógłbym wymienić wiele preparatów. W końcu psychosomatyka jest podstawą naszej pracy.



katecholamin. Z neurofizjologii wiemy również, że mózg, a konkretnie układ limbiczny, do prawidłowego funkcjonowania potrzebuje szeregu substancji, których duża część znajduje się w pożywieniu.

wdę wszechstronne, w pojęciu psychiki musimy uwzględnić także poglądy starożytnej medycyny azjatyckiej. Filozofowie i lekarze starożytnych Chin uważali psychikę za ważny ele-

Diety i trująca żywność

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com, tłumaczenie: Antoni Zieniuk

Nie ma nic bardziej interesującego niż spojrzenie wstecz. W tym przypadku jak rozwinęła się, a raczej nie rozwinęła, dieta. Ajurweda dzieliła dietę według jej typologii, natomiast starożytni chińscy lekarze dzielili ją według Yin i Yang. Jednak jedzenie zawsze miało fundamentalne znaczenie w leczeniu pacjenta.

Japoński makrobiotyk Michio Kushi próbował wskrzesić zasady starożytnej chińskiej dietetyki.

Była to wspaniała i bardzo skuteczna dietologia, niesłusznie zapomniana. Pod koniec ubiegłego wieku sprzedałem aż pół miliona egzemplarzy makrobiotycznej książki kucharskiej. Nie byłem sam. Lenka Kořínková pobiła rekordy swoją książką kucharską „kwiatową” i „zwierzęcą”. Ale czas wszystko zatarał.

Alergie i nietolerancje

Dziś rekomendacje przeplatają się z rekomendacjami. Jeść dużo rano czy wcale? Gdy fale prehistorycznych kultur przetoczyły się przez Europę, ludzkość musiała przetrwać, jedząc mięso dzikich zwierząt, dzikich roślin, mleko, olej i zboża. Niestety nie wrócimy do pierwotnych pokarmów. Fala rolników, która zalała Europę, rozbudziła entuzjazm hodowlany, dlatego dziś na pewno nie jemy oryginalnych roślin i owoców, z których ludzkość korzystała od tysięcy lat. Warto zastanowić się, czy nazwy poszczególnych potraw w ogóle odpowiadają temu, co przez nie rozumiemy.

Obecnie zajmujemy się różnymi alergiami i nietolerancjami. Alergie dotyczą głównie kazeiny białek mleka, rzadziej innych pokarmów. Nietolerancje mają szerszy zakres: kazeina, gluten, jaja i inne. Warto wykonać badanie na obecność antygenów pokarmowych. Hodowla zdołała zmienić niektóre pokarmy do tego stopnia, że organizm ludzki nie wie, jak sobie poradzić z nowymi

mi białkami. Mózg reaguje na nie stanem zapalnym.

Problem z laktozą

Wyjątkowym rozdziałem są cukry mleczne (laktoza), które są identyczne dla wszystkich rodzajów mleka. Gen kontrolujący produkcję laktazy w trzustce często zostaje wyłączony w wieku dorosłym. W rezultacie nieprzetworzona laktoza przedostaje

żadne leczenie. Jedynym rozwiązaniem jest nie spożywanie laktozy i stopniowe eliminowanie jej z organizmu za pomocą preparatów Marion.

Jednocześnie błędem jest sądzić, że zalegające w organizmie toksyny zostaną usunięte samą dietą. Pozostają na miejscu, dopóki układ odpornościowy nie otrzyma takiego polecenia. Jeśli stwierdzimy, że nie cierpimy jakiegось jedzenia lub nie mamy ochoty



się do jelit i wszystkich innych tkanek.

Tam, gdzie jest cukier, jest pleśń. Nie tylko drożdże, ale setki innych niebezpiecznych pleśni. Laktoza przedostaje się do mięśni, więzadeł i mózgu. Typowy jest ból, który nie reaguje na

go jeść, musimy rozpocząć proces detoksykacji. Preparaty takie jak **Meta, Mun, Salur, Elerg i Brein** zostały opracowane tak, aby eliminować alergię, nietolerancję czy pozostałości pokarmowe, z którymi organizm nie jest w stanie sobie poradzić. Zaznaczam, że może być ich dużo.

Lekkie serniki

Text: Mgr. Eva Jonášová, Foto: archiv , tłumaczenie: Antoni Zieniuk

Serniki to wciąż jeden z najpopularniejszych deserów, a świeże, domowe zawsze smakują najlepiej. Nadają się na uroczystości, wesela lub po prostu jako przyjemna przekąska. Jednocześnie ich przygotowanie wcale nie jest trudne.

Do przygotowania będziesz potrzebować:

50 g otrębów owsianych lub mąki owsianej
250 g twarogu (może również wersja bez laktozy)
1 łyżeczka proszku do pieczenia
1 jajko
1 łyżka psyllium
2 łyżki cukru kokosowego

Nadzienie:

100 g jogurtu naturalnego o smaku waniliowym lub cukru waniliowego
1 łyżka budyniu jagodowego

Kruszonka:

2 łyżki mąki owsianej (jeśli używasz otrąb, muszą być one również drobno zmielone w cieście)
1 łyżka stołowa cukru kokosowego
1 łyżka ghee (można zastąpić zwykłym masłem)

W misce wymieszaj mąkę owsianą, cukier kokosowy, twaróg, proszek do pieczenia, babkę płesznik i jajka. Wyrabiamy lekko lepkie ciasto. Robimy z niego osiem porcji, które napełniamy nadzieniem jogurtowym (patrz składniki nadzienia). Brzegi ciastek posmaruj roztrzepanym jajkiem, udekoruj jagodami i posyp bułką tartą. Piec około 30 minut w temperaturze 180 stopni.



MARION

Przeczytałem to dla ciebie

Śmieciowe jedzenie w młodym wieku uszkadza mózg. Naukowcy karmili młode szczury tłustą i słodką dietą. Odkryli, że w wieku dorosłym ich pamięć nie działa. Wpływ słodkiej i tłustej żywności spożywanej w okresie dojrzewania wpływa na pamięć. Jej wada nie zostanie usunięta w wieku dorosłym. Choroba Alzheimera to skrajne zaburzenie pamięci, które dotyka 55 mln ludzi na świecie. A w ciągu najbliższych 20 lat liczba ta się podwoi. ● Co dziesiąty młody dorosły przyznaje, że doświadcza objawów ciężkiej depresji. 16% ma umiarkowane objawy. Badania przeprowadził Uniwersytet Karola. ● Odnotowano wzrost zachorowań na nowotwory u młodych ludzi w wieku 25–50 lat. Powodem są narastające zaburzenia mikrobiomu jelitowego, przewlekłe stany zapalne spowodowane zmianą nawyków żywieniowych. Wzrost jest znaczny. ● Rodzi się mniej dzieci niż kiedykolwiek wcześniej. Ludzie zmieniają swój sposób życia pod wpływem nowo



czesnych technologii. Mniej jest w nim miejsca na seks i relacje w ogóle. W większości próbek nasienia naukowcy odkryli herbicydy, głównie glikofosforany. ● W okresie wzrostu liczby przypadków krztuśca zmarło 6 osób. Miejsce w gazecie poświęcone kokluszowi można było poświęcić innym problemom, na które umiera wielokrotnie więcej osób. ● Bakterie znajdujące się w wodzie zabijają. W tym roku zginęły 23 osoby. Najbardziej zaangażowana jest *Legionella*. Jest przyczyną ciężkiego zapalenia płuc. Można zarazić się nie tylko wodą, ale także podłożem ogrodniczym. Wyjeżdżając na wakacje, dla pewności wypuść wodę pod prysznicem po powrocie. ● 30 tys. Czechów rocznie leczy się z powodu uzależnienia od alkoholu. 15% mężczyzn pije ryzykownie, kobiety już nadrabiają zaległości. Chcieliśmy emancypacji, więc ją mamy.

MUDr. Josef Jonáš

Wakacje już blisko, więc świętuj miłość, radość i beztroskę. Oczywiście z preparatami Marion. Życzę Ci pięknego lata małżonkowie Jonáš i Peleška.

Zaproszenie na kursy i szkolenia

Kurs dla początkujących terapeutów

Termin: **21 września 2024**

Czas trwania: **10:00–17:00**

Zarejestruj się poprzez e-mail:

jonas.recepce@seznam.cz,

temat e-maila: **ZACĄTEČNÍK**

Akademie Marion III

Termin: **5–6 październik 2024**

Czas trwania: **9:00–17:00**

Szkolenie dla słowackich terapeutów w Bratysławie

Termin: **2–3 listopad 2024**

Czas trwania: **9:00–17:00**

Zarejestruj się poprzez e-mail:

jonas.recepce@seznam.cz,

temat e-maila: **BRATISLAVA**

Marion INFO, e-biuletyn detoksykacja i immunoaktywacja MUDr. Josefa Jonáše. Wydawca: Marion, s. r. o.

Redaktor: Robert Šimek. Dyrektor artystyczny: Zbyněk Hraha. Opublikowano: 26 czerwca 2024. Kontakt:

jonas.recepce@seznam.cz. Tłumaczenie: Antoni Zieniuk, www.mariondystrybucja.pl