

A pus ulei in cafea si si-a dat cu amestecul rezultat pe piele! Vezi ce beneficii are aceasta tehnica

Daca celulita reprezinta o problema de care nu reusiti sa scapati, puteti incerca un truc simplu, in urma caruia veti observa cu siguranta o imbunatatire.

Tot ce trebuie sa faceti este sa umpleti o jumatate de cana cu cafea, peste care adaugati 2 linguri de ulei de masline. Dupa ce amestecati bine, folositi pasta rezultata pentru a masa zonele afectate de celulita.

Ulterior, acoperiti cu o folie de plastic si lasati sa actioneze timp de 10 minute, dupa care clatiti. Cafeina absoarbe apa din tesuturi si, astfel, celulita nu va mai fi la fel de vizibila.

In plus, aceasta substanta ajuta si la reducerea numarului de celule grase din tesutul adipos.

Sursa: www.kanald.ro

Cele mai bune exercitii pentru ridicarea sanilor

Un articol de Maya

Sanii sunt formati din tesut adipos, glande si collagen

(tesutul care ii mentine fermi si „pe pozitii”). Dar pe masura ce trece timpul, glandele si colagenul scad, iar locul lor e luat de grasime. Asta nu iti va modifica neaparat dimensiunea sutienului, dar atractia gravitationala isi va face simtita prezenta si... se vor lasa

Una dintre cele mai bune modalitati de a ridica sanii “lasati” este aceea de a consolida muschii de sub ei, deoarece acestia le vor oferi sprijin. Cand acesti muschi sunt CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Punctul fericirii din trupul tau – Calea spre indepartarea energiilor negative si intarirea sistemului imunitar

Un articol de Cristian Iacov

Exista un organ in corpul nostru, despre care se vorbeste rareori, dar care, cu siguranta, isi merita din plin denumirea de „punct al fericirii.”

Identificarea lui nu este dificila. Este vorba, de fapt, de o glanda localizata in piept, si anume timusul. Aceasta glanda este plasata catre extremitatea superioara a cavitatii toracice.

Iata cum poti depista acest punct:

Aseaza doua degete de la mana deasupra depresiunii din zona

inferioara a gatului, chiar deasupra sternului.

In preajma CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Pozitionarea alunitelor pe corp dezvaluie problemele cu care te confrunti

Un articol de Maya

In conformitate cu astrologia chineza, pozitionarea alunitelor pe corp ne permite sa aflam problemele cu care ne confruntam, starea de spirit, sanatatea si viitorul. Aceasta metoda este folosita de chinezi in medicina traditionala. Astrologii chinezi cred ca energia Qi (Chi), este activa in diferite perioade ale vietii iar varful acesteia sta intr-o aluna sanatoasa. In timpul perioadei de adolescenta numarul de alune creste, in perioada sarcinii se pot intuneca, iar dupa 40 de ani, ele pot sa CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Tratamente Alternative ce

Dizolva Cataracta, Previn Intoarcerea ei si te Ajuta sa Eviti Interventia Chirurgicala

Un articol de Cristian Iacov

Interventia chirurgicala este de obicei singura optiune oferita de medicina conventionala oamenilor care sufera de cataracta.

Totusi, exista tratamente alternative care pot dizolva cataractele, impiedicand recidiva acestora.

[Vezi mai jos despre ce este vorba!](#)

Cataractele se formeaza atunci cand lentila naturala a ochiului devine tulbure, ducand la pierderea vederii. Ele apar cel mai adesea in cazul persoanelor de peste 40 de ani, si sunt, pe plan international, principala cauza a CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Sfaturi Pentru O Menopauza Sanatoasa

Un articol de Cristian Iacov

Menopauza este vazuta ca o faza negativa in viata unei femei.

Menopauza este de fapt o etapa normala in viata fiecărei femei, etapa prin care va trece cu siguranta si careia trebuie sa-i faca fata cu fruntea sus. In loc sa va temeti de menopauza, trebuie sa invatati sa o imbratisati. Bucurati-va de aceasta noua etapa a vietii intr-un mod sanatos si linistit.

Organismul se schimba in timpul menopauzei. Aceasta schimbare poate afecta diferite aspecte ale sanatatii dumneavoastra, precum si CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Gaseste-ti simptomele in medicina traditionala chineza: tristetea cauzeaza afectiuni pulmonare, iar furia conduce la boli hepatice...

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Conform medicinei chineze, fiecarui organ in parte ii corespunde un anumit sentiment sau emotie.

Emotiile si sentimentele sunt motivul principal pentru aparitia bolilor.

Chinezii considera ca cele cinci elemente fundamentale – pamantul, apa, focul, aerul si metalul – salasluiesc in trupul

fiecarui individ!

Pentru a te mentine sanatos, este important sa sprijini un echilibru optim al tuturor acestor elemente.

Raguseala

Problemele de raguseala pot indica un nivel energetic scazut la nivelul CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Ceai si unguent impotriva Vitiligo!

Un articol de Cristian Iacov

Vitiligo este una dintre cele mai comune boli ale pielii. Este caracterizata prin pierderea melaninei, un pigment care da culoare pielii, ochilor si parului. Poate aparea in orice etapa a vietii, dar este cel mai probabil sa se intample intre 10 si 40 de ani.

Aceasta boala se manifesta printr-un tip de pete care la inceput ocupa zone mai mici si apoi se raspandesc si cuprind zona pleoapelor, a coatelor, genunchilor, mainilor si zona din jurul buzelor. Deoarece inca nu exista medicamente care CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Metoda rapida de pierdere in greutate!

Un articol de Cristian Iacov

Urmeaza aceste activitati in mod regulat si vei pierde kilogramele in plus extrem de repede. Jim Sarete este un antrenor american de wellness, destul de celebru peste ocean, care a pus la punct aceasta tehnica pentru persoanele care nu au timp sa faca exercitiu fizic, cu scopul unei reduceri rapide a surplusului de grasime.

Activitatile prin care se slabeste in mod obisnuit nu sunt suficient de bune pentru acest antrenor. De exemplu, alergarea ne permite sa scapam doar de 150 de calorii CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

An Ordinary Dinner Fork Could Protect You While You're At Home Or Traveling

Safety and security are always concerns when people go on vacation. Aside from personal well-being, people constantly worry about their home and the personal belongings they leave behind when they're away. That's why it's important to have a security system on your property to make sure robbers and burglars don't succeed in breaking into your home.

Sursa: [youtube.com](https://www.youtube.com)

Unfortunately, some people can't afford a top-of-the-line security system, so what alternative do they have? As it turns out, all you really need for home security is an ordinary dinner fork.

Well, that's certainly a unique way to keep your belongings safe! It doesn't even cost you anything extra. Sure, if you can afford a fancy security system, go for it. For the rest of us, a fork will do just fine.

Sursa: www.innamag.com