

GENIAL! Arde o frunză de dafin în cameră. Mai eficient decât toate calmantele

Ai o viață agitată, stresată și ești mereu în mișcare? Probabil ai acumulat o multime de stres, iar asta îți poate afecta în timp și sănătatea. Tensiune, nervozitate, stres, toate acestea dispar cu ajutorul unei plante, respectiv dafinul.

Ai nevoie de doar o frunză de dafin uscată ca să scapi de toate acestea. Pune-o într-o scrumiera sau pe o farfurie și las-o să ardă ușor, notează RTV.net. Zece minute mai târziu, camera va fi plină de fum parfumat și cu efect terapeutic.

Este dovedit științific că frunzele de dafin prin ardere, elimină substanțe care ajută la relaxarea omului.

Sursa: onlinereport.ro

Subțiază-ți abdomenul în numai 24h, cu ajutorul acestor 24 de ponturi

Un articol de Maya

Dacă vrei să scapi rapid de surplusul de greutate și de

grasimea de pe abdomen in doar 24 de ore, atunci iti oferim aceste 24 de ponturi, care iti vor veni numaidecat in ajutor.

1. Incepe-ti ziua cu un ceai de ghimbir. Acesta va accelera digestia, prevenind in acelasi timp balonarea.

2. Consuma, la micul dejun, o omleta din albus.

3. Mananca o banana. Este bogata in potasiu, care regleaza retinerea apei din corp.

4. Taie din lista ta ceapa, sfecla, conopida, porumbul, spanacul si CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Elimina toate toxinele din organism in 48 de ore – Plan de detoxifiere peste weekend

Un articol de Razvan

Daca resimti oricare dintre problemele de sanatate enumerate mai jos, e semn ca organismul tau are mare nevoie de detoxifiere. Iata un plan eficient cu o durata de 48 de ore. Lista semnelor ca organismul are nevoie de detoxifiere:

- Oboseala permanenta
- Lipsa de energie
- Constipatie
- Depresie
- Supraponderalitate
- Probleme de somn
- Disfunctii sexuale
- Dureri de cap cu debut subit
- Dureri inexplicabile
- Probleme dermatologice/Reactii alergice

Detoxifierea CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Umezeste-ti buzele cu un plic de ceai si rezultatele vor fi uimitoare!

Un articol de Razvan

In ultimele saptamani, aceasta reteta a facut adevarate furori pe internet, starnind reactii de uluire si adunand numeroase recenzii pozitive. Daca te confrunti si tu cu astfel de probleme pe timpul sezonului rece, nu ezita sa incerci si tu aceasta metoda rapida si eficienta, care necesita nici mai mult nici mai putin decat un plic de ceai!

Pune-o in aplicare si nu vei mai avea nevoie de balsamuri pentru buze si alte produse de ingrijire similare.

Reteta pentru regenerarea rapida a buzelor CITESTE IN CONTINUARE

Misterioasa Miere care distruge toate Bacteriile si Agentii Patogeni care o Ating

Un articol de Cristian Iacov

Cercetatorii australieni au redescoperit, recent, un leac pentru toate bolile bacteriene, care pare sa existe doar intr-un colt al lumii si anume in Noua Zeelanda.

Misterioasa miere poarta numele de Miere de Manuka si este disponibila in magazinele naturiste din orice colt al lumii, insa recent s-a descoperit cat de eficienta poate fi in tratarea problemelor create de agentii patogeni. Acesta miere a fost folosita de populatia indigena ca medicament cu mult timp inainte de a se face aceasta CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Iata transformările

INCREDIBILE care au loc în organism odata ce începi să consumi ghimbir în fiecare zi

Un articol de Razvan

Datorita numarului urias de proprietati nutritive si curative pe care le detine, ghimbirul se numara printre cele mai bune condimente pe care le poti introduce in alimentatie.

Includerea ghimbirului in alimentatia de zi cu zi te poate ajuta sa previi sau sa te vindeci de nenumarate boli si afectiuni. Poti consuma ghimbir inclusiv pe post de supliment alimentar, sau preparat sub forma de ceai.

Folosit cu regularitate, ghimbirul poate vindeca numeroase boli si afectiuni. Iata principalele CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Daca ai crezut ca semintele de avocado sunt inutile, te-ai inselat – Acestea pot ajuta organismul sa lupte impotriva cancerului!

Un articol de Razvan

Semintele de avocado contin tanin, un compus toxic intr-o oarecare masura, dar ar trebui să consumi într-o cantitate mai

mare ca sa resimti efectele negative asupra sanatatii. Un studiu publicat in Jurnalul de Stiinta Mondiala, in 2013, a aratat ca extractul de seminte de avocado nu este periculos pentru consum.

Ele sunt bogate in folati, vitamina B, fibre solubile, reprezentand o sursa de fitochimicale active. Mai mult, ele contin acizi grasi, fitosterol, acid abscisic, glucide si
CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Exercitii simple si eficiente pentru imbunatatirea acuitatii vizuale!

Un articol de Razvan

Problemele de vedere pot aparea la orice varsta. Munca de birou in fata calculatorului, inasa, supune ochii unui stres crescut, ceea ce ne predispune la probleme oculare.

Problemele oculare sunt la ordinea zilei, afectand un numar foarte mare de oameni. Uneori, deficientele de vaz pot ingradi desfasurarea anumitor activitati de zi cu zi, necesitand corectie cu ochelari de vedere sau lentile de contact pe baza de prescriptie medicala, ale caror preturi sunt destul de
CITESTE IN CONTINUARE

Urmareste videoclipul pentru o demonstratie practica a acestei tehnici:

Sursa video: youtube.com

Sursa articol: secretele.com

Remedii facute in casa te ajuta sa tratezi hernia hiatala

Un articol de Maya

Hernia hiatala este o afectiune care presupune iesirea in afara a unei parti mici a stomacului prin diafragma in cavitatea toracica. Diafragma este muschiul lat care separa cutia toracica de cavitatea abdominala.

Hernia hiatala este comuna la persoanele de peste 50 de ani, precum si la cele care sufera de obezitate. Cauza exacta a herniei hiatale este inca necunoscuta, insa tesuturile slabite pot reprezenta un factor.

Alti factori pot fi presiunea de pe stomac sau a muschilor din

CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Un truc exceptional pentru intarirea si stimularea cresterii unghiilor folosind un singur ingredient

Un articol de Maya

Iata un truc de infrumusetare care stimuleaza cresterea unghiilor si le reda aspectul sanatos. Este vorba despre un remediu cu usturoi.

Usturoiul este un antiseptic natural care previne infectiile si ajuta la repararea unghiilor si a cuticulelor vatamate.

Lacul de unghii cu usturoi

Desi usturoiul se foloseste mai ales pentru gatit, poate deveni la fel de bine un aliat de nadejde in tratamentele de infrumusetare.

Ai nevoie de:

- usturoi
- lac de unghii incolor
- o chiureta pentru CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com