

Amestecul perfect pentru arsurile solare!

Un articol de Cristian Iacov

Daca ai stat prea mult la plaja si te-ai ales cu o piele arsa de soare, iar usturimile nu-ti dau pace, atunci acest articol este pentru tine.

Dupa lungi cautari, Echipa Secretele a gasit remediul perfect pentru arsurile solare!

Pentru a pregati acest amestec vei avea nevoie doar de 3 ingrediente simple, pe care le poti lua cu tine in vacanta fara probleme!

Ingrediente:

100 de ml de ulei de cocos

1 lingurita de bicarbonat de sodiu

Zeama de la o jumatate de lamaie

Mod de preparare:

CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Scapa de inesteticele cicatrici de pe fata sau corp cu o crema naturala facuta in

casa!

Un articol de Cristian Iacov

Reteta ce urmeaza sa o prezentam este 100% naturala si usor de facut, avand un efect uimitor asupra cicatricilor care ti-au stricat aspectul fizic toata viata!

Iata mai jos reteta care te va scapa de inesteticele cicatrici intr-un timp foarte scurt!

Ingrediente:

4 lingurite de zeama de lamaie

4 lingurite de miere

1 albus de ou

Mod de preparare:

– Adaugati toate ingredientele intr-un castron si amestecati-le bine

– Dupa ce ati amestecat bine toate ingredientele, crema pentru
CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Incearca aceasta Terapie Indiana cu Apa pe Stomacul

Go!

Un articol de Cristian Iacov

Dimineata devreme, dupa ce te ridici din pat, bea 1,50 litri de apa (aproximativ 5-6 pahare). Poti sa te speli pe fata ulterior. Acesta procedura era utilizata in trecut de Indienii Antici, procedura pe care ei o numeau terapie ca „USHA PAANA Chikitsa”.

Mare atentie – aici este cheia acestei terapii – înainte cu o ora de a consuma cei 1.5 litri de apa, precum si dupa o ora de la efectuarea terapiei, **NU trebuie sa consumi absolut nimic**, nici alte lichide, nici hrana solida, asta pentru a CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Cel Mai Simplu Si Eficent Tratament de Curatare a Colonului

Un articol de Cristian Iacov

Ati auzit vreodata de un remediu natural atat de puternic si simplu pentru eliminarea gazelor si pentru curatarea rapida a toxinelor acumulate in colon, care dupa prima utilizare sa faca minuni? Daca nu ati auzit, ceea ce veti citi in continuare va fi o informatie vitala pentru a va mentine o sanatate de fier!

Este vorba despre carbonul activ sau mai pe intelesul tuturor

carbunele medicinal!

Cititi mai jos pentru a descoperi minunile pe care le poate face acest „medicament” natural ! CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Iata cat de important este sa-ti masezi talpile inainte de culcare

Un articol de Cristian Iacov

Masajul si automasajul reprezinta doua dintre metodele eficiente prin care putem sprijini procesul de autovindecare si regenerare a corpului.

Subliniind importanta si eficienta masajului si a automasajului, medicii recomanda adesea aceste tehnici in scopuri terapeutice.

Iata mai jos despre ce este vorba!

Avantaje multiple

Prin intermediul masajului poti imbunatati circulatia sangelui si sprijini procesul de eliminare a secretiilor glandelor sebacee si sudoripare, precum si a surplusului de CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Ce se intampla cu organismul tau daca mergi desculț 5 minute in fiecare zi!

Un articol de Cristian Iacov

Daca ai fost atent la orele de istorie, probabil iti amintesti ca oamenii au mers desculț la inceputuri, si asta s-a mentinut secole la rand. Poate cei din trecut stiau ceva sau poate nu, insa incaltamintea ne afecteaza unul dintre cele mai importante simturi – Simtul tactil!

Anumite puncte din talpi sunt conectate direct la anumite organe din corp. Daca vei merge desculț pe jos, trebuie sa sti ca vei stimula, fara sa realizezi, acele puncte cheie, astfel incat iti vei imbunatati functionarea CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Reteta ruseasca pentru tratamentul total al glandei tiroide

Un articol de Cristian Iacov

Hipotiroidismul este o afectiune in care glanda tiroida nu produce suficienti hormoni tiroidieni. Acesta afecteaza

echilibrul normal al reactiilor chimice de la nivelul organismului. In fazele de debut ale aparitiei bolii, hipotiroidismul provoaca diverse simptome, insa in timp acesta provoca probleme de sanatate destul de grave cum ar fi obezitate, probleme articulare, infertilitate si probleme cardiace.

Tratamentul rusesc pe care urmeaza sa vi-l prezint, este extrem de eficient si foarte CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

De ce este indicat sa mergi pe jos timp de 30 de minute in fiecare zi

Un articol de Cristian Iacov

In Japonia, Shinrin-yoku – in traducere „baia de arbori” – reprezinta actul de mers pe jos in natura pentru a reduce stresul si a te relaxa. Aristotel isi tinea lectiile de filozofie in natura, predandu-le adeptilor si invatacelilor in timp ce mergea.

Mersul pe jos este probabil una dintre cele mai subestimate forme de exercitiu fizic, desi nu implica niciun fel de costuri, are efecte energizante si imbunatateste sanatatea cardiovasculara.

Aceste beneficii au fost constientizate si CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Un Week-end de Detoxifiere – Elimina Otravurile din Organism în 48 de Ore

Un articol de Cristian Iacov

Daca te simti obosit tot timpul si duci lipsa de energie, daca ai cercuri negre sub ochi sau daca ai pielea uscata, cred ca ar trebui sa alegi un week-end la intamplare pentru a face o plimbare in natura singur sau impreuna cu prietenii si sa-ti pregatesti un meniu care te va ajuta sa elimini toate toxinele si substantele nocive din organism.

Cele enumerate mai sus sunt doar cateva semne ce iti indica faptul ca organismul tau este „otravit” de substante nocive. In cazul in care organismul tau CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Legatura dintre organele interne si durerile de la nivelul coloanei vertebrale

Un articol de Maya

De cele mai multe ori atunci cand suferim de dureri de spate incercam sa le vindecam utilizand diverse metode. Unele

persone apeleaza la kinetoterapeuti, altele la acupunctura in timp ce altele isi administreaza diverse medicamente antiinflamatoare.

Problema este ca multi nu cunosc faptul ca aparitia durerilor de spate este rezultatul imbolnavirii unor organe interne!

Vezi mai jos adevarata legatura si ce sa faci in privinta asta:



Asadar, data viitoare cand iti apare o durere de spate, nu mai incerca sa o vindeci utilizand diverse metode, asa cum sunt cele mentionate mai sus, ci retine infograficul prezentat care iti reflecta adevarata legatura dintre organele interne si durerile de spate.

In cazul in care te doare spatele:

Pasul 1:

Incearca sa localizezi zona durerii.

Pasul 2:

Vezi ce organ ii corespunde.

Pasul 3:

Trateaza organul sau organele afectate.

Vei ramane uimit atunci cand vei observa faptul ca dupa ce ti-ai facut o detoxifiere a ficatului sau dupa ce ti-ai facut un tratament la stomac, ti-a disparut in mod miraculos si durerea de spate, care te-a chinuit de ceva timp!

Acesta este motivul pentru care este foarte important sa acordam o atentie deosebita durerilor de la nivelul coloanei vertebrale.

Sursa: secretele.com