



VOTEAZĂ CELE MAI BUNE BĂNCI ALE ANULUI 2009

FAMILIE PRECONCEPTIE SARCINA SUGAR COPIL SUPERKIDS

sustine



Log In

Ai uitat parola? [Login](#)
[Inregistrare user nou](#)

Info

Monden

Supermame pentru Superbebe

Nutritie

Ingrijire

Intreaba specialistul

Concursuri

Gadgeturi & Utile

Campanie: Mama de Romania

Superbebe Expo Show

SuperForum

Super Foto&Video

Mica publicitate

Horoscop

Tabelul alimentatiei pe varste

Poll

La ce metoda apelezi pentru a imuniza organismul copilului tau?

- ☐ Vaccinari
☐ Suplimente nutritive
☐ Homeopate
☐ Fructe si legume
☐ Nimic
☒ **Voteaza**

[Rezultate](#) [Alte sondaje](#)

SuperBEBE TV

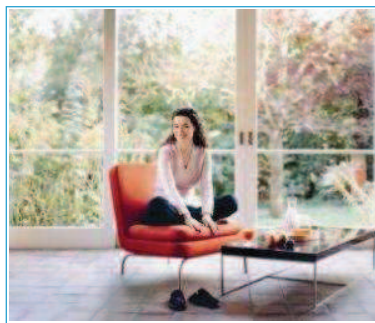
Superbebe TV 4 ianuarie 2009

[Pagina principala](#) » [Frumusete](#) » Detoxifierea organismului, necesara dupa sarbatori

Detoxifierea organismului, necesara dupa sarbatori

08 ianuarie 2010 | Sursa: Biosens

Fiecare dintre noi resimte efectele toxinelor acumulate in organism in perioada de dupa sarbatorile de iarna. Senzația de oboseala, nivelul scazut de energie, lipsa de concentrare, balonarile, aparitia celulitei, migrenele sau tenul incarcat sunt doar cateva dintre semnele pe care organismul le afiseaza in incercarea de a-ti transmite ca are nevoie de o cura de detoxifiere.



O mamica ce se respecta nu trebuie sa abdice de la bunele obiceiuri de ingrijire.

Este, de altfel, bine stiut de toata lumea ca organismul are nevoie de o detoxifiere cel puțin o data pe an. Tinuta imediat dupa perioada de iarna, cura de detoxifiere este o modalitate de a-ti tonifica organismul, de a aplica sistemului intern „curatenia de primavara” pentru a scapa de toxinele depuse, dar si de a te pune in forma si de a te pregati pentru sezonul balnear.

Ce trebuie facut?

Fructe si legume din belsug Renuntati la mesele copioase si consumati fructe si legume, de preferinta ecologice. Fructe si legume recomandate pe perioada curei de detoxifiere:

1. Merele ajuta la eliminarea toxinelor si curata intestinale.
1. Afinele contin aspirina naturala, reduc inflamatiile si blocheaza patrunderea bacteriilor la nivelul tractului urinar.
1. Merisoarele curata tractul urinar, avand proprietati antiseptice si antivirale.
1. Lamaile contribuie in mare masura la curatarea ficatului.
1. Sfecla rosie contine compusi care ajuta la purificarea sangelui si curata ficatul.
1. Varza contine compusi anticancer si antioxidanti, curata tractul digestiv si intareste ficatul.
1. Telina este un mare purificator sanguin, fiind bogata in compusi anticancer.
1. Usturoiul omoara bacteriile nocive, parazitii intestinali si virusii.
1. Semintele de in si uleiul de in contin acizi grasi esentiali, in special Omega-3

Multa apa Beti zilnic nu mai puțin de 2 litri de ceai sau de apa minerala plata sau puțin gazeificata. Renuntati de preferinta la cafea, ceai negru si alcool (atentie, numeroase ceaiuri de fructe sunt amestecate cu ceai negru).

Reduceti fumatul! Daca sunteti fumator, reduceti consumul de tutun sau, de preferat, folositi cura de detoxifiere pentru a va lasa de fumat. Acesta va fi un succes suplimentar.

Faceti miscare Activitatea fizica va consuma eficient calorile acumulate in timpul meselor si

Preferinte

- ★ Comenteaza articol
- ★ Adauga la favorite
- ★ Recomanda pe email
- ★ Trimite pe YM
- ★ Printeaza Articol
- ★ Abonare RSS

0 voturi

Newsletter

Email:

★ Abonare

Alte articole

- 10 trucuri pentru silueta de Craciun
- Cadouri pentru sarbatorile de iarna
- Ingrijire si prospectime de durata
- Ten fara probleme
- Coafura de proaspata mamica
- Nu renunta la ingrijirea cosmetica!
- Precautie la schimbarile radicale de look!
- Protejeaza pielea familiei tale
- Pedichiura perfecta, la tine acasa
- Spa de cinci stele in Bucuresti
- Fructele si legumele combat acneea
- Ochi puternic conturati, fusta creion si bucle lejere, pentru primavara-vara 2009
- Relaxeaza-te cu o baie fierbinte!
- Atentie la vergeturi!
- Accesoriile si femeia insarcinata

Video news

VIDEO Lifestyle



Biro de acasa
 = solu de ame
 Folosind putina imaginatie iti poti transforma biroul de acasa intr-un spatiu de lucru modern si practic care se va integra intr-un mod reusit in spatiul casei tale.
 10.12.2009

Calculeaza-ti greutatea ideala

Înălțime: 185 cm

Greutate: 75 kg

Vârsta: 25 ani

Sex: ☐ M ☒ F

[+ calculează IMC](#)



widget Bucataria.NET

Dictionar medical

Sindromul zgaltairii copilului

Sindromul zgaltairii copilului este un termen utilizat pentru descrierea semnelor si simptomelor rezultate in urma zdruncinarii puternice a unui sugar sau copil mic. Gradul de afectare a creierului depinde...
[Click aici](#)



LA MULTI ANI!

[Vizioneaza](#)

va impiedica depunerea acestora sub forma de grasimi. Jogging-ul sau exercitiile de gimnastica efectuate acasa sunt ideale pentru cei cu un program incarcat.

Perseverati! Unele zile le veti resimti ca pe o briza usoara, iar altele vor fi apasatoare. Asa se intampla intotdeauna in orice dieta pentru purificare. Va va fi mai usor sa treceti peste cura de purificare daca o faceti impreuna cu partenerul/partenera, dar la fel de motivant ar fi cu un prieten/prietena. In acest fel ati putea sa va sprijiniti reciproc si sa impartasiti din experiente si sentimente. Tratati-va ca pe o/un regina/rege. Un ulei de baie aromat, urmat de o crema intens hidratanta va va oferi o piele catifelata si neteda. Iar daca va simtiti prea slabit/slabita sau aveti ameteli, incercati o lingurita de miere sau o tableta de glucoza.

Pentru un regim sanatos de detoxifiere, Biosens recomanda pachetul Saptamana Wellness Biotta. Aceasta este o cura de detoxifiere creata in colaborare cu dieteticieni calificati. Avand o experienta de peste 10 ani, Saptamana Wellness Biotta va va face sa va simtiti vii si in forma, in timp ce organismul se reface. Sucurile din fructe si legume pur ecologice asigura energia necesara pe tot parcursul curei de detoxifiere si, in acelasi timp, ajuta organismul sa se purifice.

Cuvinte cheie: [detoxifiere dupa sarbatori](#) , [organism](#) , [toxine](#) , [sarbatori de iarna](#)

[In greenfield copii cresc mai sanatosi, mai frumosi, mai inteligenti. De ce ?](#)

Pentru a putea comenta acest articol va rugam sa va logati ca [membru superbebe.ro](#) sau daca nu aveti cont va puteti [inregistra](#).



Dictionar nume

Radu

Nume de origine slava - "rad", insemanand "veselul".

[Click aici](#)

Tag: [A](#) [B](#) [C](#) [D](#) [E](#) [F](#) [G](#) [H](#) [I](#) [J](#) [K](#) [L](#) [M](#) [N](#) [O](#) [P](#) [Q](#) [R](#) [S](#) [T](#) [U](#) [V](#) [W](#) [X](#) [Y](#)

Profile: [09](#) [A](#) [B](#) [C](#) [D](#) [E](#) [F](#) [G](#) [H](#) [I](#) [J](#) [K](#) [L](#) [M](#) [N](#) [O](#) [P](#) [Q](#) [R](#) [S](#) [T](#) [U](#) [V](#) [W](#) [X](#) [Y](#)

© 2010 SuperBEBE.ro, marca a grupului [Realitatea-Catavencu](#). Toate drepturile rezervate

[Harta site](#) [Carriere](#) [Despre](#) [Termeni si Conditii](#) [Contact](#) [Calendar](#)

TRAFIG 10 Jan		AFISARI VIZITE V. UNICI	6.777 3.633 3.379
------------------	--	-------------------------------	-------------------------

Re:Fresh
News

NEWS: F5 X-Media a preluat in regie platforma de videosharing [MyVideo.ro](#) extinzandu-si oferta pe zona de divertisment

9 Nov

RECOMANDARI

MONEY.ro »	Bugetul de stat pe 2010 intră astăzi în Parlament (VIDEO)	
Catavencu.ro »	Tarifele RCA, țeapă mare la nivel național	
VOXPUBLICA.RO »	Cât mai costă Big Mac și cât de slab este leul	
Cotidianul.ro »	Veste bună și veste proastă de la Finanțe: În 2010, taxele nu cresc, se înmulțesc	

News

Realitatea.net:
Anchete / Sport /
Vremea / Stiri locale /
RealitateaFM / Ziare

NewsIn

Femei si familie

Romantica

Tabu

Superbebe

Bucataria.NET

Editii digitale

ePapers:
Catavencu / Business
Standard / Money
Express

NewsIn

Quality

Cotidianul

Catavencu

Cultura

Club Literatura

Idei in dialog

Timp liber si utile

24FUN.ro

Aventuri la pescuit

Toti pentru unu

Corporate

Grup Realitatea-
Catavencu

Business

MONEY.ro:
TheMoneyChannel /
Business Standard /
Money Express /
Antreprenor.net /
Afacereza / Lumea in
criza / Guvernul
Privat / Brokerul zilei /
Lidero

IQads

SMARK

EuroComunicate

Servicii si E-Commerce

Autonovo

Sellerator

Sincron HR

Muzica si Film

Radio Guerrilla

Radio Gold FM

CineStar

Bloguri

voxpública

IQads Blog

Cod Verde

Blogurile Catavencu

TABU Blog

DOB.ro

Dupa BLOGURI

Evenimente

RO New Media