



Vineri, 6 mai

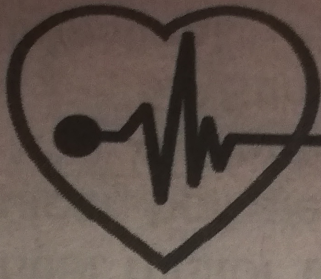
Zodia **TAUR**

Sfatul zilei

Dacă ai probleme cardiovasculare, poți să-ți petreci **concediul la munte** fără griji. Altitudinile de până la 1200 m nu-ți creează nicio problemă. Poți urca și mai mult de-atât, dacă ai acordul medicului cardiolog, care îți evaluează limitele în funcție de EKG de efort.

Zile trecute: **125**

Zile rămase: **240**



Joi, 13 Ianuarie

Zodia Capricorn

Sfatul zilei

Dudele au rol vasoconstrictor, ceea ce le face remedii bune în combaterea bolilor cardiovasculare și venelor varicoase. Conțin o substanță numită rutină, care întărește pereții vaselor capilare și îmbunătățește circulația.

Zile trecute: **12**

Zile rămase: **353**



Miercuri, 9 martie

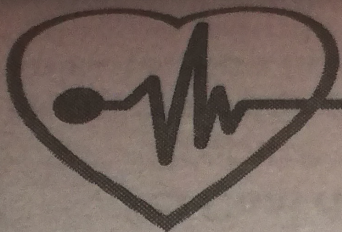
Zodia **Pești**

Sfatul zilei

Pentru prevenirea și tratarea problemelor de sănătate, **semințele de dovleac** se pot administra fie ca atare, fie sub formă de ulei.

Zile trecute: **67**

Zile rămase: **298**



Luni, 29 august

Zodia **FECIOARA**

Sfatul zilei

Atenție, nu toate **florile** sunt comestibile! Chiar și cele clasate drept ca atare nu sunt de mâncat în totalitate – pot fi comestibile doar anumite părți ale plantei. Iar plantele medicinale nu sunt automat și comestibile! Persoanele alergice și femeile însărcinate e bine să se abțină de la consumul florilor comestibile.

Zile trecute: **240**

Zile rămase: **125**