

My się zimy nie boimy

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: poniedziałek, 26, grudzień 2011 23:00

Odsłony: 2366

Chłodno, wietrznie i mokro. Podczas zimy wszyscy potrzebujemy czegoś, co rozgrzeje zamrożone ciało. Prezentujemy kilka skutecznych sposobów jak się nie dać zimie.

1. Nawet najgrubszy sweter jest gorszy niż dwa cienkie założone jeden na drugi.
2. Uwaga na rejony od pasa do uda. Nawet jeśli mamy 20 lat i piękny brzuch, zimą zakrywajmy pępek. Inaczej za kilka lat będziemy stale odwiedzać gabinet urologa.
3. Radykalne odchudzanie zimą to zły pomysł – pozbawiając się kalorii, dodatkowo zmarzniemy.
4. Angielskie filmy i literatura pokazują służbę wkładającą pod pościel butelki z gorącą wodą. Jeśli marzniemy, spróbujmy tego sposobu, zastępując staroświeckie butelki bardziej nowoczesnym termoforem.
5. Nawet gdy posiadasz wyrafinowaną fryzurę noś czapkę. Ważniejsze od przemijających trendów jest twoje zdrowie.

A tak na marginesie to zimno konserwuje. Generałowa Aleksandra Zajączkowa (1754-1850) całe życie sypiała przy szeroko otwartych oknach, na łóżku, którego materac był wypełniony lodem. Myła się wyłącznie lodowatą wodą, nie jadła gorących potraw. W wieku 70 lat miała o połowę młodszego kochanka. Zachowując urodę, dożyła lat 96.

Źródło: www.medigo.pl