

Jak zapobiegamy przeziębieniu

Jesień idzie ku końcowi, zaczyna się zima. Jak wszystkim wiadomo jest to okres kiedy najczęściej jesteśmy przeziębione. Aby zapobiec chorobie nie tylko odpowiednio się ubieramy ale również już kolejny raz w grupie robimy sobie wspaniałą miksturę z imbiru, miodu, cytryny. Jest to niezła dawka witamin która przynajmniej w jakimś stopniu pomaga uciec od choroby. Mamy nadzieję że wieczorne herbatki będą nie tylko z imbirkiem ale w przyszłości do tego dojdą jeszcze goździk, cynamon, pomarańcza i inne zimowe przysmaki. Polecamy wszystkim bo to naprawdę fajny sposób aby uciec od choroby.
