



# ΛΑΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΑΡΑΔΟΣΗ

Γιατροσόφια και συνταγές

ΟΜΑΔΑ 2η

Υπ.Καθηγήτρια: Σοφία Μπερδέ

Σχολικό έτος: 2014-2015

## ΣΥΚΟ, ΜΙΑ ΥΠΕΡΤΡΟΦΗ ΠΟΥ ΑΝΕΒΑΖΕΙ ΚΑΙ ΤΗΝ ΛΙΜΠΙΝΤΟ

- Τα σύκα αποτελούν την καλύτερη φυτική πηγή ασβεστίου και φυτικών ινών.
- Το αποξηραμένο σύκο είναι πλουσιότερο σε φυτικές ίνες, βιταμίνη Κ, χαλκό, μαγγάνιο, κάλιο, μαγνήσιο και ασβέστιο σε σχέση με τις ανθρώπινες ανάγκες.
- Τα σύκα αποτελούν ένα φυσικό αφροδισιακό. Το σύκο επιδρά στο ορμονικό σύστημα και απελευθερώνει τη διάθεση για σεξ.



## ΓΚΡΑΒΙΟΛΑ (GRAVIOLA)

- Το θαυματουργό αυτό φυτό, είναι ένας πολεμιστής-εξολοθρευτής του καρκίνου!
- Σε εργαστηριακές μελέτες η Graviola επιλεκτικά εντοπίζει και σκοτώνει 12 διαφορετικούς τύπους καρκινοκυττάρων (χωρίς να βλάπτει τα υγιή κύτταρα) με κύριους εντοπισμούς τον μαστό, τον προστάτη, τους πνεύμονες, το παχύ έντερο και το πάγκρεας.

## ΠΑΣΧΑΛΙΑ Η ΝΥΜΦΗ ΤΗΣ ΑΝΟΙΞΗΣ

- Τα άνθη χρησιμοποιούνται στην αρωματοποιία. Μερικά φυτά και βότανα πιστεύεται ότι έχουν μαγικές ιδιότητες και εξουσίες. Αν το έχεις στον κήπο σου διώχνει την κακή ενέργεια και προωθεί επίσης την διόραση, μαντεία, την ειρήνη, την αρμονία και τη δημιουργικότητα.
- Οι Πασχαλιές έχουν ένα λεπτό άρωμα που πολλοί περιγράφουν ως μια μυρωδιά ενός τριαντάφυλλου που αναμειγνύεται με μια υποψία της βανίλιας.
- Τα λουλούδια της Πασχαλιάς είναι γνωστά για τις θεραπευτικές τους ιδιότητες. Η μυρωδιά της είναι καταπραϋντική.

# ΣΙΣΑΝΤΡΑ (SCHISANDRA) Η ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ

- Τονώνει, αναζωογονεί το σώμα και αυξάνει τα επίπεδα ενέργειας και αντοχής.
- Ο καρπός του φυτού αυτού ανήκει σε μια ομάδα από βότανα, που παίζουν σημαντικό ρόλο στην παραδοσιακή κινεζική ιατρική. Χρησιμοποιείται παραδοσιακά ως ένα σημαντικό τονωτικό βότανο για όλο το σώμα.
- Προσφέρει ενίσχυση και τόνωση σε πολλά διαφορετικά όργανα και ιδιαίτερα προστατεύει και αποτοξινώνει το συκώτι και αποτρέπει την προκαρκινική δράση.
- Τακτική κατανάλωση τσάι Schizandra έχει πολύ θετική επίδραση στην ψυχική υγεία, αύξηση της ενέργειας και καλής διάθεσης, στη βελτίωση συγκέντρωσης και της μνήμης. Βελτιώνει την κυκλοφορία και προστατεύει την καρδιά.

**Ευχαριστούμε για την προσοχή σας!!!**

Μπακοπούλου Μαρία  
Λοτσάρη Ευγενία  
Μαστρογιαννοπούλου Χαρά  
Μάλλιαρης Βαγγέλης  
Κυριακόπουλος Σταύρος  
Λαμπρόπουλος Ανδρέας