

In aceasta perioada de sarbatoare , pentru a va mentine starea de bine a organismului , va facem cateva recomandari:

1.Pentru persoanele care au tinut post, trecerea la alimentatiade sarbatori**trebuie sa se faca progresiv si cu maxima prudenta ,**deoarece**excesele alimentare**pot produce mari neplaceri .

2. Consumati cantitati mici [>>>](..\upload/promovare/alimentatie/RECOMANDARI DE SARBATORI.doc) mai mult