

Οδηγός 'επιβίωσης' από τα κιλά των γιορτών

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Γράφει η Τζόβα Ελίζα

Μαζί με την ευχάριστη ατμόσφαιρα, τις συνεστιάσεις με αγαπημένα πρόσωπα, τα δώρα, ο Άγιος Βασίλης φέρνει και περιττά κιλά. Η γιορτινή ατμόσφαιρα δεν συνδέεται μόνο με το καλό αλλά και με το πολύ φαγητό.

Πώς μπορείτε να αποφύγετε την αύξηση του βάρους την επικίνδυνη περίοδο των Χριστουγέννων;

Προγραμματίστε! ([περισσότερα...](#))