

Beymen'den Ankaralı Hanımlara Özel Beslenme Sohbeti

Ersin Al tarafından yazıldı

Pazartesi, 01 Haziran 2009 19:32 - Son Güncelleme Pazartesi, 01 Haziran 2009 22:28



“Beymen Sohbet Günlükleri” kapsamında Ankaralı hanımlarla ünlü diyetisyen Özlem Sert’i buluşturdu. “Uzun ve sağlıklı yaşam için nasıl beslenmeliyiz” konulu sohbete Ankara cemiyet hayatının önde gelen isimleri katıldı. Hanımlara beslenme ve diyet konusunda tavsiyelerde bulunan Özlem Sert, hayvansal ve tuzlu yiyeceklerden kaçınılması, magazin türü yağların tüketilmemesi, koyu kahve, çay ve unlu mamullerden uzak durulması önerilerinde bulundu. [{gallery}davet/davet/180509beymen{/gallery}](#)