

לא אשכח את היום שבו ההורים שלי דחפו לי אותו לפה.
קיללתי כל רגע אבל בלית ברירה סתמתי את האף ובלעתי.
בכל זאת, כיבוד הורים...

אבל היום אני אומר להם תודה, כי חומצת השומן אומגה 3
הנמצאת בשמן הדגים, עושה פלאות לגוף, לנפש ובעיקר למוח!
מדוע בעיקר מוח?

משום ש- 60% מהמוח מורכב משומנים, וכמעט חצי מהשומנים
הללו היא חומצת השומן אומגה 3!!!

כך שהיא בהחלט יכולה "לסדר לכם את המוח" מבחינת קשב
וריכוז, היפראקטיביות, זיכרון, חרדה, דמנציה ושאר פעולות
קוגניטיביות ועדיף לכולנו שעה אחת קודם...

בנוסף, אומגה 3 מסייעת לסובלים ממחלות לב וכלי דם, מקלה
על כאבי מפרקים ודלקות פרקים, מווסתת את מערכת החיסון
ועוד המון פעולות אחרות...

פעם הריח היה דוחה. היום יש
את שמן הדגים בקפסולות
לבליעה.

אם עדיין אתם לא מסתדרים
עם דגים, אז תוכלו למצוא
אומגה 3 גם בזרעי פשתן, תרד,
מרווה מרושתת, זרעי צ'יה,
אגוזי מלך ועוד.

