

## Οι γιατροί έχουν μείνει έκπληκτοι! Αυτή η Αρχαία Ελληνική συνταγή δυναμώνει και αποκαθιστά τα κόκκαλα, τα γόνατα και τις αρθρώσεις

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Σύμφωνα

με πολλούς ειδικούς υγείας, η κακή στάση σώματος, είναι ένας από τους βασικούς παράγοντες που ευθύνονται για τους πόνους στη μέση, στην πλάτη, στις αρθρώσεις και στα πόδια. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να τη διορθώσουμε, προκειμένου να αποφευχθούν περαιτέρω επιπλοκές.

Επιπλέον, σας συνιστούμε τη χρήση της παρακάτω φυσικής συνταγής που είναι ικανή να δυναμώσει και να αποκαταστήσει τα κόκκαλα και τις αρθρώσεις σας και να σας ανακουφίσει από τον πόνο.

Αυτή η απλή συνταγή προέρχεται από την Αρχαία Ελλάδα και παρέχει εξαιρετικά θετικά αποτελέσματα.

Οδηγίες για να την φτιάξετε:

## Συστατικά

1κιλό ανθόμελο  
10 κουταλιές της σούπας λιναρόσπορος  
50γρ σπόροι κολοκύθας  
5 κουταλιές της σούπας ταχίνι  
3 κουταλιές της σούπας σταφίδες  
50γρ ηλιόσποροι  
50γρ σπόροι σιταριού  
Μέθοδος προετοιμασίας

Αναμείξτε όλα τα συστατικά σε ένα μεγάλο μπολ, ανακατέψτε καλά και αποθηκεύστε το μείγμα σε ένα γυάλινο βάζο.

### Χρήση:

Πρέπει να τρώτε μια κουταλιά της σούπας από αυτό το μείγμα πριν το πρωινό σας και το μεσημεριανό σας.

Η κατανάλωση αυτής της ισχυρής φυσικής θεραπείας θα ενισχύσει το μεταβολισμό, τις αρθρώσεις, την καρδιά τους μυς σας και θα αποκαταστήσει και θα ενισχύσει την ελαστικότητα των συνδέσμων και των τενόντων.

Επιμέλεια-Μετάφραση: copyrights © www.hippieteepee.gr via  
healthyfoodhouse.com

**Πηγή:** [hippieweepee.gr](http://hippieweepee.gr)