

Metodicheskie rekomendatsii po razvitiu i sovershenstvovaniu trudovykh pochinov

In-t ekonomiki AN USSR - 6



Description: -

-

Socialist competition. Metodicheskie rekomendatsii po razvitiu i sovershenstvovaniu trudovykh pochinov

-Metodicheskie rekomendatsii po razvitiu i sovershenstvovaniu trudovykh pochinov

Notes: Includes bibliographical references.

This edition was published in 1979



Filesize: 20.49 MB

Tags: #6

6

Избегнувајте ги стресните ситуации Настапувањето на менопаузата често доведува до драстични промени во расположението. Наместо тоа, потребно е да ги практикуваат следните најдобри едноставни совети: Најдобрите совети за слабеење за дамите над 45 години 1.

6

Потребното дневно минимално количество е 1,5 литри. Наместо тоа, релаксирајте се со други омилен активности. Наместо тоа, одделете еден ден од неделата кој ќе биде наменет за прочистување на вашиот организам.

6

Пробајте со брзо пешачење, односно по 45 минути брзо одење секој ден.

6

Ден за прочистување на организмот Заборавете на ригорозните диети и уште повеќе, на гладувањето. Со цел да ја одржат својата фигура и лесно да го решат проблемот со вишокот килограми, дамите треба да се воздржат од експериментирање со диети, бидејќи во спротивно може да предизвикаат појата на бројни несакани последици. Не ја заборавајте физичката активност Не е потребно да го преоптеретувате вашето тело со прекумерена физичка активност, но исто така не е во ред истата целосно да ја занемарувате.

6

Внимавајте со консумирањето на масти Не мора целосно да ги исфрлите мастите од вашето дневно мени, но потребно е да ја ограничите нивната консумација. Производството на естроген од кој зависи женската фигура значително се намалува.

- [How to organize a better conference](#)
- [Basic cataloguing curriculum in the United States America - an examination of its context, relevance](#)
- [From Byzantium to El Greco - Greek frescoes and icons](#)
- [Aspekte der Verbalgrammatik](#)
- [Honor de Dios - mártires palotinos, la historia silenciada de un crimen impune](#)