

# Uzun Yaşamanın Sırri

– AhmetZeytinci · 29 Ocak 2025

91 yaşındaki adam, ömrü boyunca katkı maddeleri, koruyucular, emülgatörler, tatlandırıcılar ve yapay renkler gibi bileşenleri içeren "ultra işlenmiş" gıdalardan uzak durduğunu söylüyor.

Benim yaptığımı yapın uzun yaşayın diyor amcamız...