

5 KEBAIKAN BIJIRIN PENUH

1

MELANCARKAN
SISTEM
PENCERNAAN DAN
MENGELAKKAN
SEMBELIT



2

MENGURANGKAN
RISIKO PENYAKIT
JANTUNG



5

MENINGKATKAN
SENSITIVITI
INSULIN PESAKIT
DIABETES
JENIS 2



3

MENGGALAKKAN
PEMBIAKAN
BAKTERIA BAIK DI
DALAM USUS UNTUK
MEMBANTU SISTEM
PENGHADAMAN



4

MENGURANGKAN
RISIKO PENAMBAHAN
BERAT BADAN
BERLEBIHAN

