

מיטוואך

פר' לך לך

ד' חשוון, תשפ"ה

October 29 '25

Year 18 | Issue #3553

עקרת הבית

וויליאמסבורג'ס טעגליכע

718.388.7744 Ext. 2

718.954.9788

Sales@AkeresHabayis.com

RENT A SPACE

at the **Flushing Expo**

473 FLUSHING AVENUE

(bet. Lee & Bedford)

Where every week is a shopping event

Call early to reserve:

917.627.3574 - 845.397.0085

5,000
SQ. FEET AREA WITH
ROOM FOR MANY
STORES
EXPERIENCED
SALES LADIES
AVAILABLE TO HELP FOR
YOU
NOW YOU CAN AFFORD
A STORE
WITHOUT A LONG
TERM INVESTMENT

WE ALSO TAKE BOOKINGS FOR GATHERINGS,
CLASS PARTIES, YACHNACHTS, SHABBOS, ETC.

Nov. 2 -
Nov. 6

Hours:
12pm-7pm

Separate entrance to Stuart Weitzman - Forever Living - Headlines with no access to Hopscotch from that side.

Sunday

STUART WEITZMAN

Sale on Boots - Loafers
- Flats - Pumps



FOREVER
Natural Care Products
347-423-0118

HOPSCOTCH

With Shoes & Clothing

Sunday-Thurs

Headlines

New Fall Hats - Capes - Shawls - White Tichels - Accessories

Friday

BOUQUETS

Magnificent Flower Arrangements
Huge Variety of Styles & Choices 347.525.7420

The Flushing Expo Presents:

MAJOR KALLAH SHOPPING EVENT
and family

at 473 Flushing Ave. Brooklyn Ny 11205 917.627.3574 | 12:00 Sun & Mon - Nov. 16 & 17 12pm-7pm

VENDORS: Grab the opportunity to showcase to thousands of shoppers

SHOPPERS: Save the date for selection, saving & pleasant shopping experience

LAST CHANCE TO JOIN

שבע ברכות
זמנים
היחידים
לזמן קריספי

Per Couple
פאר בלויז \$54.99



Crispies
delicatessen

Hatzlacha Supermarket
744 Bedford Ave.
347-380-4984



ואך נאכט
זמנים
היחידים
לזמן קריספי

Starting Price
פאר בלויז \$324.99



\$8/mo Unlimited Talk & Text

US MOBILE

KOSHER PLAN

Switch Now! 878.205.8510 usmobile.com/kosher

8 דולער
א חודש!

פאר א פריוואי,
פיד בעק, הסכמה,
זיך איינצושרייבן,
רופט:
845-299-8900

**Early Bird
Special
\$250/\$350
deadline
this Thursday**

עריין אמת'ע ענדלאזע
סיפוק פון א אידישע
פרוי און טיפע אהבה
אחוה שלום וריעות.
בהסכמת הרה"ג שלמה יונגער שליט"א
דומ"ץ טאהש קרית יואל

**שעשפי
כרצונו**
ביפא אבי וויין סאלא

Podiatry | Dermatology | Audiology | Pulmonology | Cardiology | Gastroenterology | Colon and Rectal | Infectious Disease



דו. מיכאל קאיטוב MD

**Infectious Disease
Specialist**

ליידט איר פון:

וואונד אינפעקציעס?

אימפעטיגאוו?

אויסשלאגן?

ליים דעזיז?

רויזן?



W CARE - MULTI-SPECIALTY GROUP

70 Lee Ave. | Call/Text 718.408.8877

שידוכים

מחותנים/שדכנים: געשלאסן א שידוך?

רופט/טעקסט 718-388-7744 אימעילט mail@gitmorgan.com

החתן לייבוש ניי מור"ה יוסף גאלדשטיין הי"ו - ב"פ מור"ה חיים יודא - מור"ה בצלאל שטערן	הכלה החשובה תח"י מור"ה קלמן צבי ווייס הי"ו - ב"פ מור"ה אברהם אלי - מור"ה יצחק ראזענבוים	שדכן: ר' יחזקאל אייזענבאך (ב"פ)
החתן דוד ניי מור"ה יואל משה הערשקאוויטש הי"ו - טאהש הרב אברהם יעקב - הרב אהרן פריעד	הכלה החשובה תח"י מור"ה יואל פאלאטשעק הי"ו - מאנטרעאל מור"ה חיים שמעון - מור"ה שלום פאפאנעוויטש	שדכן: מרת פרושניבסקי אשת ר' דוד (טאהש)
החתן אברהם ניי מור"ה חיים וואלף ווייס הי"ו - לינדען מור"ה יצחק משה - מור"ה זעליג מייער	הכלה החשובה תח"י מור"ה חיים דוד קליין הי"ו - ב"פ מור"ה שמואל - מור"ה משה דוב ווילהעלם	שדכן: מרת ראזענבערג אשת ר' אליעזר זוסיא (ב"פ)
החתן מרדכי ניי מור"ה משה אלי עסטרייכער הי"ו - ק"י מור"ה נחום שמשון - מור"ה משה אברהם דעססער	הכלה החשובה תח"י מור"ה יואל גליק הי"ו - ק"י מור"ה יושע צבי - מור"ה אברהם חיים פריעדמאן	שדכן: מרת לויפער אשת ר' משה (ק"י)
החתן יודא ארי' ניי מור"ה יקותיאל שווארטץ הי"ו - וומ"ס מור"ה אביעזר מרדכי - מור"ה שאול יחזקאל פערלשטיין	הכלה החשובה תח"י מור"ה אביגדור פיש הי"ו - וומ"ס מור"ה יושע - מור"ה מכל פריינד	שדכן: מרת פאוועל אשת ר' מענדל בער (וומ"ס)
החתן יוסף ניי מור"ה יצחק שווימער הי"ו - מאנסי מור"ה משה - מור"ה שמואל גרינבערגער	הכלה החשובה תח"י מור"ה לוי יצחק זילבערשטיין הי"ו - ב"פ מור"ה יעקב יחזקי' - הרב אברהם יצחק מערמלשטיין	שדכן: ר' יוסף יחפא שטיינמעטץ (מאנסי)
החתן שלום אליעזר ניי מור"ה בערל שטיין הי"ו - ק"י מור"ה מאיר - מור"ה וואלף פריינד	הכלה החשובה תח"י מור"ה משה הערש בערנאטה הי"ו - ק"י מור"ה יצחק - מור"ה יעקב מאיר ווייס	שדכן: ר' אהרן יוסף בערגער (ק"י)
החתן מענדל ניי מור"ה דוד יודא שטערן הי"ו - ק"י מור"ה הערשל - מור"ה אלעזר אלימלך שטערן	הכלה החשובה תח"י מור"ה אליעזר יואל ראזענבערג הי"ו - ק"י מור"ה אהרן - מור"ה דוד זינגער	שדכן: ר' מיכל ברינגער (ב"פ)
החתן מנחם מענדל ניי מור"ה בן ציון יצחק שפילמאן הי"ו - ב"פ מור"ה לייבל - הרב ישראל פארסטער	הכלה החשובה תח"י הרב יעקב זאפערן שליט"א - ב"פ מור"ה נפתלי - מור"ה איילוש באכנער	שדכן: ר' מיכל ברינגער (ב"פ)

שבע ברכות

החתן שמואל ניי	מור"ה שמעון ישראל שטיינמעטץ הי"ו מור"ה נפתלי הערשל - הרה"צ צבי פריעדמאן, חזק"י שארמאט	מור"ה יעקב מרדכי טייטלבוים הי"ו מור"ה שלמה ברוך - הרב עמרם כהן	עטרת אסתר 255 Heyward
-----------------------	---	--	--------------------------

תנאים

החתן יודא ארי' ניי	מור"ה יקותיאל שווארטץ הי"ו מור"ה אביעזר מרדכי - מור"ה שאול יחזקאל פערלשטיין	מור"ה אביגדור פיש הי"ו מור"ה יושע - מור"ה מיכל פריינד	פרדס יואל 125 Heyward
---------------------------	---	---	---------------------------------

חתונות

החתן בערל ניי	מור"ה אהרן דניאל אינזליכט הי"ו מור"ה חיים מרדכי הלוי - מור"ה שלמה זלמן אבעלאנדער	מור"ה יואל דיאמאנט הי"ו מור"ה שלמה משה - מור"ה יששכר ווייס	אימפעריאל
החתן שמעון ניי	מור"ה יואל נפתלי וויזנער הי"ו מור"ה אשר - מור"ה דוד באש	מור"ה יעקב שלום טרעגער הי"ו מור"ה משה לייב - מור"ה יצחק אייזיק וויינבערגער	גינת אסתר
החתן יושע ניי	הרב ישכר דוב כ"ץ שליט"א ר"מ בישיבת סערעדאלי כ"ק גאביר סערעדאלי - הרה"צ אבריק בעסערמין	הגה"צ לוי יצחק גרינוואלד שליט"א דומ"ץ פאפא ב"פ כ"ק אדמו"ר מפאפא - כ"ק אדמו"ר מבורשטין	לאנשים ביהמ"ד הגדול פאפא לנשים כתר ויזל
החתן יואל דוד ניי	מור"ה בנימין צבי גאלדשטיין הי"ו מור"ה אברהם יושע - מור"ה יוסף יוחנן העשיל	מור"ה יוסף פיש הי"ו מור"ה אברהם משה - מור"ה הערש אלימלך געווייץ	פרדס פיגא
החתן אהרן עוזר ניי	מור"ה יוסף אלי שלעזינגער הי"ו מור"ה יודל - מור"ה מענדל מאיר ווייס	מור"ה נחמן קלאר הי"ו מור"ה עזריאל - מור"ה אלימלך פריעד	פרדס צבי
החתן אברהם ניי	מור"ה משה פריעדמאן הי"ו מור"ה שלמה אהרן - מור"ה לייבוש קליינבערגער	מור"ה נפתלי הירצקא שטערן הי"ו מור"ה יושע - מור"ה חיים יושע פריינד	קאנטיניענטאל
החתן נפתלי ניי	מור"ה חיים מאיר דוד ניימאן הי"ו מור"ה משה - מור"ה יאיר כהן	מור"ה אביגדור יושע פריעדמאן הי"ו מור"ה יוסף - מור"ה משה ענגלבערגער	לעגאסי, ב"פ

החתן אהרן ניי	הרב בן ציון יואל פאלמאן שליט"א הרה"צ מרדכי - הרה"צ נפתלי אלימלך אויש	הרב דוד כ"ץ שליט"א הגה"צ חיים מרדכי, אב"ד סלאוויטא - הרב אלעזר ווייס	עמיניענס, ב"פ
----------------------	--	--	----------------------

החתן ישעי' ניי	מור"ה בנימין זאב איצקאוויטש הי"ו מור"ה שלמה - מור"ה מרדכי שלמה גאלדבערגער	מור"ה יחזקאל פריעדמאן הי"ו מור"ה שמעון - מור"ה חיים שמואל וואקסמאן	תפארת מרדכי, ב"פ
החתן זידא יעקב ניי	מור"ה אברהם איינהארן הי"ו מור"ה הערשל - מור"ה נחום קארנעפלד	מור"ה ישראל כהנא הי"ו מור"ה שמעון יודא - הרב נפתלי האגער	ווילחאוויץ, מאנסי
החתן יעקב יודא ניי	הרב יונתן ניהויז שליט"א מור"ה שלמה זלמן - מור"ה ראובן רביאט	מור"ה משה מרדכי ביללער הי"ו מור"ה ישעי' - מור"ה לוי ראזענבערג	עטרת חי' שרה, מאנסי
החתן יצחק זידא ניי	מור"ה שמעון לאנדא הי"ו מור"ה אברהם שלום - מור"ה דוד רובינשטיין	מור"ה יואל ווייסמאן הי"ו מור"ה שלום - מור"ה יעקב מאיר דאסקאל	גינת קליין, ק"י
החתן מרדכי שמואל ניי	מור"ה שמעון יצחק פילעפס הי"ו הרב חיים בעריש - הרה"צ ישראל יעקב הימלד	מור"ה יעקב הכהן פריעדמאן הי"ו הרב שמואל הכהן - הרב שלום האלפערט	כינור דוד, ק"י
החתן נחמן ניי	מור"ה יושע הערש פריעדמאן הי"ו מור"ה אברהם חיים - מור"ה יוסף לייב לאזאר	מור"ה דוד אלי ניישטאדט הי"ו מור"ה זושא - מור"ה אברהם משה אייגער	פאראדיי, ק"י

Hearts and Minds is a program offering private, confidential counseling in a heimishe environment for people with addictions, as well as support for their family members. You are not alone.
Call Hearts and Minds. A project of Pesach Tikvah.

Hearts and Minds
718.875.6900

GLOW
WITH NATURE

Organic Facials
by Maria

ClearAssure
FROM HAIR, TO CLEAR.

209 ROSS STREET (BSMT)
718-388-3730

MARIA IS ALSO
AVAILABLE FOR
LASER HAIR
REMOVAL

Perl
Fashion

Coming to
Flushing Expo
473 Flushing Ave.
TODAY WEDNESDAY

מיטצוהאלטן די
שיעורים
פאר מחותנ'סטעס

פאר מאמעס פון כלות/חתנים

דורך מרת ק. טייטלבוים תחי'

ערשטע שיעור - מאנטאג וירא
צווייטע שיעור - מאנטאג חיי' שרה

מאמעס פון חתנים רופט | מאמעס פון כלה'ס רופט
845-782-5256 | 347-451-9350

Leader
154 Lee Ave.

**30% OFF
DRESSWEAR**

New outerwear has arrived!!

ברענגט אריין
הרחבת הדעת ביי איין אינדערהייט
מיט אינסטאלירן נייע

**Spotlights
/LED Strips**

רופט אדער טעקסט

Highlight Electric
347-860-5890

Free
Estimates

South Fallsburg
Private Brand New House 7 Bed,
4 Bath. Fully Furnished. Sleeps
21+. Next to Shul & Mikvah.
Big Porch, Large Dining/Living
Room. Linen/Towels Provided.
Available weekends +
Call/text: **347-688-4509**

Beth Chana Playgroup is
**opening two
new classrooms**

Beautiful classrooms
with great &
experienced staff

waiting to take
care of your child
(2-3 years old)

To apply please call:
718-802-1613
ext. 230



בית חנה
Kiddy
corner

ADD HAIR

BY T. MANDEL

NEW! MONO PRE CUT

Now in stock:

Victoria • Estel • Adella • Syntastics
• Tulip • Paisley • MIA • GW •
Noriko mono top • Shannons

Call: **718-387-1141**

More Than a Space.

**A Kitchen
Built Around
You.**



AP Kitchens

718.387.8016 | sales@apkitchensny.com
www.apkitchensny.com | @apkitchens_ny



Every Hour, Every Day
ODA is By Your Side.

ODA Primary
74 Wallabout St.
718.260.4600

Open until
11:30 p.m.

ODA Park Ave
517 Park Ave.
718.260.4640

Open until
8:30 p.m.

Oda Quality Health
432 Bedford Ave.
718.387.2408

Open until
8:30 p.m.

ODA Pharmacy
74 Wallabout St.
718.534.6000

Open until
11:30 p.m.

X-Rays
available until
11:00 p.m.
at our
Wallabout
location.





Yeshiva Head Start

274 Keap Street

718-388-2800

Ext. 2171

If no answer, please leave a message

בשורה טובה

מיר עפענגען נאך קלאסן אין אונזער

Early Head Start Program

פאר קינדער 2 יאר
און העכער

With and
without
vouchers

Eye exams. Medical eye care. Vision therapy. Optical. Contact lenses.



ahava
VISION

718.438.3002

The Eye Experts Center™

the phone number to see clearly

מיר האבן
פרישע געשמאקע
Sourdough
חלות
פרובירט
עס אויס!

קולט אין 13 טונג פאר
די בעסטע
חלות - קיפּעלעך
קאקאש קעיק
און איר וואלט האבן אן טונג שבת!

מ'קען שטענדיג
ברענגען חלות צו
פארברענגען

Oneg Bakery

188 Lee Ave.

718.797.0971

Rejuvenate & Refresh

In bi-level luxury ultimate privacy

Great idea for

**GIFT
CERTIFICATE**

for someone special

Lavender

Walk-in
welcome

848 Bedford Ave. 718-643-1957

Bet. Park & Myrtle

Open Daily 10-7

- Makeup • Manicure
- Pedicure • Massage
- Facial • Waxing • Tinting
- Professional Acne Treatment

Long Lasting Makeup Available

Freshly POPPED JOY

**AVAILABLE
AT YOUR
LOCAL
GROCERY.**

Don't see it on the
shelves? Request it!



718.797.1959 | 194 Wallabout St.



וועטער
איסקוק

מיטוואך
57° - 53°
פארוואלקענט

דאנערשטאג
62° - 42°
רעגן / ווינטן

פרייטאג
59° - 49°
זוניג / ווינטן

שבת
60° - 45°
פארוואלקענט

זונטאג
57° - 45°
פארוואלקענט

מאנטיאג
61° - 47°
פארוואלקענט

קלאסיפידס

א קלאסיפיד אין "עקרת הבית" ברענגט די שנעלסטע רעזולטאטן!

AHAVA MEDICAL - Women's-Only Aqua Cardio & Core Therapy
Sessions every Thursday @ 12:30 PM - By Appointment Only
Led by caring female therapists - Clean heated pool
Perfect for post partum, posture and core strengthening!. Call 718-336-9500

געזוכט ווער ס'קען אוועקגעבן לשם מצוה א גענוצטע פריזשידער אין א גוטע צושטאנד, פאר א ביהמ"ד, מיר וועלן עס אויפפיקן 917-744-8358

סגולה להצלחה ולשמירה ולכ"ט מקובל מאת הגה"ק מטשענגער זי"ע
לומר בכל יום שני מזמורי תהלים קאפיטל פ' ואח"כ ע"ב. נתפרסם לזכות אליעזר בן זלאתא לזוזה"ג בקרב

Professional Cuts, Styles, Blows - אלט וויליאמסבורג געגענט, ביטע רופט 718-388-1070

The Best Premier Garter Yarn, Unmatched Quality, Unbeatable Price, Available in Regular & Silk. We carry all sizes (up to 21 oz)—Free delivery throughout the US. We can start it for you. Call **Strings Attached** 718-909-0768

זענט איהר אן אפראוד ?peer support specialist

מיר קענען אפראודן און אריינברענגען אייער client אין בילינג ביז צוויי וואכן בעזח"ש - רופט 845-243-6708

For all your locksmith needs, call **Optimal Locksmith 347-924-0379**

מיר פארקויפן קעיסעס קאווע, קאצקע צוקער, ספלענדא פאר האלסעיל פרייזן. ביטע לאזט א מעסעדזש / טעקסט אויף 718-855-1100

התרת קללות להחיד"א דורך 10 תלמידי חכמים - צוגענגליכע פרייזן, רופט 917-744-8358

"הילף פאר צוויילינג" - מיר זוכן volunteers צו העלפן מאמעס פון צוויילינג אדער גרעסערע משפחות פאר 2 שעה א וואך. תזכו למצוות - ביטע רופט 718-972-8289

באשיינט אייער שמחה מיט Personalized חלה דעקל, צו באשטעלן רופט 917-635-4668

אינגערמאן נעמט אן מעסעדזשער טריפס / עירפארט, בעסטע סערוויס, רופט 347-219-4846

גמ"ח פאר "נייע און הערליכע" Poya און ברית Outfit לע"ג הבתולה שרה ע"ה בת ר' אשר יעקב - הודא שווארטץ הי"ו - 718-388-3273

Specialty Shadchen - Professional Shadchen for singles with a medical diagnosis.
Strictly confidential. Mrs. Steinberg 347-405-4331 / Medicmatch4u@gmail.com

פדיון נפש - צוגענגליכע פרייזן, רופט 917-744-8358

עין הרע?

די השתדלות וואס איז זייער וויכטיג, עס זאל ביי אייך אלע ענינים ווערן ליכטיג!
אפשפרעכן עין הרע דורך בליי - לוצקין א"י - רופט: 929.884.1662 929.884.1813

וומ"ס - צו פארדינגען 4 בעדרום דירה פאר 3 יאר, וואלאבאט (ליע/מארסי), דארף האבן עקזיט פלאן, ביטע אימעילט friedmanaron04@gmail.com

וומ"ס - צו פארדינגען נייע גרויסע 1 בעדרום אפט. + גרויסע פארטש, דעקאלב/מארסי, **דער פארמיטלער** 929-359-2546

וומ"ס - א בעדפארד גארדנס דירה צו פארדינגען פאר שבתים און ימים טובים. רופט 929-745-9539

ק"י זעלטענע געלעגנהייט - צו פארקויפן פריזאטע down & up דירה, ספעציעל געמיינט פאר קינדער וואס ווילן אריינגען די עלטערן וואלן. אויך עוועיל. הייזער אין די גלילות 845-537-5126

ק"י / שבתים - צו פארדינגען א גרויסע דירה אין קרית יואל פאר / וואך / חודש, א גאנץ יאר, 718-384-5157

פאלקאוויטש
פיט
718.258.3129

מיר דעליווערן יעדן טאג

רויע און געקאכטע פיש

אין וויליאמסבורג, בארא פארק,
פלעטבוש און קרית יואל



Glaze

WEEKLY SPECIAL
STRAWBERRY SHORT CAKE

\$6.99

REG. \$8.99

ENDS 11/4

שמועסן, געדאנקען און
פראקטישע טיפס, צו
לערנען און זיך לערנען

בינה יתירה

ווינקל

מיטוואך לך לך, תשפ"ו | #600

פעטנס, עס רופט זיך בלענד-באדער, דאס גיבט מען אין רוב רעסטוראנטן אלס פוטער און דאס איז ווייטער די זעלבע פראבלעם. זיי נוצן דאס פשוט וועגן פראקטישקייט ווייל עס איז ווייכער און עס שמירט זיך גרינגער. מען קען דאס דערקענען אז עס האט מער א ווייכע texture און מער א ליכטיגע קאליר.

נו, וואס מעג מען יא נוצן! פאר שטארק הייסע טעמפּעראטורן ווי deep frying א.ד.ג. איז די בעסטע צו נוצן אוואקאדא איל, ווייל דאס האט אויך אן אייגנשאפט אז עס טוט נישט קלעבן. מען קען נוצן ממש אביסל מען מוז אפילו נישט נוצן א non-stick טאפ, ווייל דאס איז די טבע פון אוואקאדא איל. אויך איז גוט צו נוצן גרינע-סיעד איל, קאקאנאט איל, פאלם איל, שמאלץ ביי פליישיגע און עכטע פוטער (ביי פוטער איז יא דא צווישנשיידן איבער איר געזונט, נישט וועגן די פעטנס פראבלעם נאר ווייל עס פארמאגט פראטעאין. עס איז גראדע דא א טייערע פוטער וואס רופט זיך Ghee וואס איז יא גענצליך געזונט צו נוצן)

פאר נישט זייער הייסע טעמפּעראטורן, ווי באקן אדער א זוף, קען מען נוצן עקסטער-וויירזשין-אליוו איל. עס איז דא נאך איל, געמאכט פון א געוויסע טיי און רייז-ברען איל. עס איז נישט געהעריג דא צו באקומען מיט א הכשר, אפשר דארף זיין א גרעסערע פארלאנג אז מען זאל דאס פראדוצירן אין כשר.

עס לוינט זיך צו באצאלן מער, ווייל עס איז אלס ביליגער ווי זיך צו געפונען שפעטער אין די יארן מיט איינע פון די ערנסטע פראבלעמען, זיין אונטער מעדיצינישע און דאקטוירישע אויפזוכט און האבן די קאנסקווענצן פון די גאנצע פראבלעם ארום. ביליג איז טייער!

מיר זענען משועבד צו די טבע. אויב מיר וועלן טון וואס מען האט צו טון, אויסער וואס מען האט זכותים אז מען טוט די ריכטיגע השתדלות, וועט מען בעז"ה זוכה זיין צו זיין געזונט און פריי פון די אלע פראבלעמען.

■ ■ ■

#3693

צו די "בינה יתירה" ווינקל
אין וויל מיטטיילן מיט די "עקרת הבית" ליינער א פראקטישע עצה צו פארגרינגערן דאס אפשערן ביי א דריי יעריג אינגל. בערך צוויי וואכן בעפאר די אפשערן זאל מען געבן פארן קינד דעם שער מאשין אין האנט אז ער זאל פילן ווי עס דריזלט. ווען ער איז שוין צוגעוואוינט צו דעם קען מען צולייגן דעם מאשין אויף זיין קאפ ווען עס איז אנגעצינדן אויף די פארקערט זייט, עס זאל נישט אפשערן די האר אבער ער זאל שפירן וואו עס דריזלט אויפן קאפ.

דאס טוט בעז"ה צוהעלפן ביי אסאך קינדער אז זיי זאלן נישט פארפירן ביים אפשערן, ווייל געווענליך א קינד באקומט א פחד ווען מען לייגט ארויף א מאשין אויף זיין קאפ וואס מאכט א גערודער. הצלחה רבה. שמחה נחת.

#3691

צו די "עקרת הבית"
קודם וויל איך זיך באדאנקען פאר די "בינה יתירה" ווינקל, עס איז אויסערגעווענליך!
איך וויל מיטטיילן מיט די חשובע ליינער אז עס איז דא א גמ"ח פון Lactose Free Yogurt פאר Crohn's ליידנדע וואס קענען נישט עסן מילכיגס. צו באקומען קען מען רופן 6525-709-718.
הצלחה.

■ ■ ■

#3692

לכבוד די "עקרת הבית"
אין האב בס"ד אנגעהויבן א געזונטע דייעט. איך געדענק אז אין די פריערדיגע אויסגאבעס האט מען שוין אויסגעשמועסט איבער די טעמע פון געזונטע פעטנס. איך וויל בעטן אויב איר קענט ביטע נאכאמאל שרייבן דערוועגן און איך גלייב אז נאך פילע ליינער וועלן זיכער הנאה האבן.

פאלגט איז א בריוו וועלכע א חשובער ליינער האט מיטגעטיילט אין די פארגאנגהייט איבער די שעדליכקייט פון אומגעזונטע פעטנס און די איל וואס זענען יא געזונט צו נוצן:

איך וויל מאכן אן אפיעל פארן גאנצן עולם צוליב מיין אחריות און אהבת ישראל: "שטייט אוועק פון אומגעזונטע פעטנס". דאס איז ח"ו דער דירעקטער גורם צו הארץ, אדערן און מח פראבלעמען. לעצטנס האט מען אויך אנטדעקט פאר צוקער פראבלעמען, ווי דייעביטיס און נירן.

אומגעזונטע פעטנס רעכנט אריין יעדע סארט פעטנס וואס איז מיט free radicals, דאס מיינט וואס עס שאפט זיך א געוויסע קעמיקאל סם דורך די אופן וויאזוי מען טוט דאס פראצעסירן, עס רופט זיך hydrogenation, אז מען טוט צולייגן היידראזשען אויף א סינטעטישע וועג. דאס איז די אלע shortenings וואס איז געמאכט דורך Partially-hydrogenation.

אויך טוט אומגעזונטע פעטנס אריינרעכענען אלע פעטנס וואס איז אקסידירט. דאס הייסט, ווען מען האט פראצעסירט די פעטנס אויף אן אופן מער וויפיל די פעט קען דערהייבן. צ.ב.ש. אויב מען האט געקאכט אויף א גאר הויכע טעמפּעראטור און עס איז געווארן אזויווי אש. געוויסע חלקים אין די איל וואס האט זיך פארברענט און פון דעם האט זיך געשאפן אקסידירטן. לדוגמא, מען זעט ביי אן עפל אז עס ווערט ברוין, מיינט דאס אז עס איז געווארן אקסידירט. ביי אן עפל איז עס טאקע נישט שעדליך, אבער אין איל איז עס גאר שעדליך ווייל עס נעמט אריין אין זיך פארשידענע כוחות פון סם וואס אנטוויקלט זיך דורכדעם און עס מאכט ל"ע א חורבן אין דער מענטש.

דאס טוט אריינרעכענען אלע געווענליכע קאמערשל איל, ווי soybean, גרינצייג, קארן, אפילו קאנאלא און sunflower איל און אויך די שטארק עקסטער-לייט-אליוו איל. אפילו די פוטער מאכן פירמעס געמישט מיט מארגארין וואס מארגארין איז א היידראזשעניטעד

קלארשטעלונג: די עצות און געדאנקען וועלט ווערט פארגעשטעלט אין דער קאלום איז בלויז פאר אינפארמאטיווע צוועק. עס איז אלעמאל וויכטיג איבערצושמועסן יעדע ספעציפישע באשלוס מיט א דאקטאר אדער פראפעסיאנאל אין זיין געביט.



Tips@AkeresHabayis.com



718.954.9788



718.388.7744 Press 0 to leave your message



187 Hewes St, Brooklyn, NY 11211

