

Estratti Di Frutta E Verdura Per Le 4 Stagioni

Saziati con gusto e freschezza, in qualunque momento dell'anno! Ora hai a portata di mano pi di 70 ricette per creare succhi, centrifugati e frullati freschi di frutta e verdura, ideali per ogni stagione. In questa guida completa, l'appassionata di salute e benessere Roberta Ricci ti mostrer i numerosi benefici che le sostanze nutritive contenute nei succhi potranno apportare alla tua vita quotidiana! Ti baster infatti bere un bicchiere al giorno per fare il pieno di enzimi, vitamine, sali minerali e antiossidanti. Produrre succhi freschi facile e veloce: ottenuta l'abitudine, diventer un rituale giornaliero che riempir la tua vita di benessere e vitalit. Se non sai con certezza quale macchinario acquistare, qui troverai informazioni utili e una lista delle differenze tra estrattori di succo a freddo, centrifughe e frullatori, che potr guidarti all'acquisto dello strumento adatto alle tue esigenze. Potrai scoprire le incredibili qualit dei succhi verdi, divenuti famosi negli USA grazie al Dr. Max Gerson e al suo omonimo metodo per curare se stesso ed i suoi pazienti dal cancro. Oltre a numerose ricette per succhi, centrifugati e frullati, troverai 30 ricette per sorbetti sani e gustosi ed originali ricette antispreco per riutilizzare gli scarti e la polpa di frutta e verdura! Cosa aspetti? Acquistalo ora!

1411.78

Rivolgendo lo sguardo al passato per cercare di comprendere in che punto si trovi oggi l'umanit, con la consapevolezza del presente, emergono tre grandi macro fasi che si mescolano l'una con l'altra ma che al tempo stesso delineano chiaramente l'evoluzione del modo con cui gli esseri umani stanno affrontando l'esperienza su questo pianeta. La prima fase è quella in cui l'uomo si impegna nel progetto di controllo e dominio della Natura. La seconda fase si sviluppa invece a partire della rivoluzione industriale in cui l'uomo si cimenta in modo pi articolato nel controllo e nel dominio dell'uomo sull'uomo. La terza fase, quella nella quale ci troviamo, è guidata invece dalla evoluzione tecnologica rapidissima che ci vede delegare alla macchina, in modo sempre pi massiccio, le nostre stesse funzioni umane. La caratteristica di questa fase è fondamentalmente il tentativo del controllo e dominio della natura stessa dell'uomo. Dall'ascolto del corpo con l'alimentazione fisiologica alcalina, alla conoscenza e il rispetto del proprio sé attraverso il lavoro emozionale, passando dalle informazioni che la fisica quantistica ci offre per una visione pi profonda della nostra appartenenza. Questo libro si colloca nella direzione di riprendere la comunicazione interrotta o claudicante, con la nostra natura umana, con la verit che abita in noi stessi, recuperando la conoscenza di leggi che governano la nostra esistenza ma a cui in genere non portiamo un'attenzione consapevole.

"A volte interroghiamo i medici e la medicina ufficiale su disturbi che ci affliggono e su cui purtroppo non ci vengono fornite risposte o cure..." Illuminanti certezze per conoscere a fondo la prostata e le debolezze dell'uomo e come vincere la malattia senza farmaci e interventi invasivi evitando il "peggio" ad una certa età. Prostatite e disturbi connessi: depressione o alterazioni dell'umore, dolori al perineo, alle gambe, disturbi alla sfera sessuale, confusione mentale.... questa non è vita! Una moltitudine di informazioni utili in un dossier di successo lucido e lineare riservato a pochi "arguti" affinché si possa guarire dai disturbi legati alla prostata: i killers nascosti dietro l'infiammazione e la congestione della ghiandola, il collegamento poco conosciuto tra denti e prostata, il grande imbroglio sulla prostata, come questa influisca su una corretta erezione e i "peggiori esiti" di una prostatite persistente. Un libro che sar bene annoverare tra quelli letti in un'ottica di consapevolezza e benessere. Da acquistare per amore di se stessi o sar il pi bel regalo che una donna, moglie o compagna potr fare al suo lui per liberarlo dalle sofferenze e rivivere egregiamente insieme la vita e l'intimità di coppia. Leggi gratis l'estratto e comincia il viaggio, ti aspettano piacevoli scoperte! "Le convinzioni limitano, il dubbio stimola, la conoscenza rafforza, la consapevolezza illumina!" (cit.)

"Connubio perfetto tra storia, arte, cultura e natura, dietro l'eleganza e l'apparenza austera il Piemonte nasconde un animo vitale e sorprendente, da scoprire a passo lento" (Giacomo Bassi, Autore Lonely Planet). Esperienze straordinarie: foto suggestive, i consigli degli autori e la vera essenza dei luoghi. Personalizza il tuo viaggio: gli strumenti e gli itinerari per pianificare il viaggio che preferisci. Scelte d'autore: i luoghi pi famosi e quelli meno noti per rendere unico il tuo viaggio. In questa guida: le residenze reali; attività all'aperto; cultura e tradizioni.

Viaggiare è un'esperienza che permette di esplorare, ascoltare, immergersi in un mondo diverso dal proprio per uscirne cambiati, rigenerati. Viaggiare a contatto con la Natura, e soprattutto con il mare, ha rappresentato per Lisa Lulù Bortoletto un dono salvifico che le ha permesso di comprendere i propri fallimenti, tra cui l'adolescenza tormentata, gli episodi di autolesionismo, la depressione, e di poter guardare oltre. È riuscita a percepire la Bellezza e l'Amore che risiedono al di là del visibile, a credere solo in ciò che sussurra il cuore. Lo Yoga è stato per lei una meravigliosa scoperta, nell'acqua ha trovato il suo elemento, la sua fonte di ispirazione che le regala libertà e leggerezza. Nel mare si realizza un dialogo non verbale tra Suono, Vibrazione e Silenzio, un contatto autentico e intimo con l'essenza della Vita. L'esperienza dei "Viaggi nel Blu" che lei propone è rivolta a chiunque si senta smarrito e abbia la curiosità di accogliere le parti del proprio essere pi profonde, per aprirsi a un modo di pensare e di vivere totalmente nuovo.

Frutto di oltre trenta anni di studio, riflessione e approfondimento, il presente volume non vuole essere una guida semplicistica su come vivere a lungo né tantomeno un libro atto a rivelare una miracolosa panacea in grado di guarire ogni malattia, bensì un viaggio dove esperienza personale e ricerca si fondono per dare al lettore una visione che pone al centro l'essere umano e il suo bene pi prezioso: la propria salute.

Saziati con gusto e freschezza, in qualunque momento dell'anno! Vuoi avere a portata di mano pi di 20 ricette per creare succhi Allora questo libro è per TE! ??? Leggi questo libro GRATIS con Kindle Unlimited - Scaricalo ora! ??? Vuoi dimagrire e regalarti una continua sensazione di benessere fisico? Perdi peso e nutri il tuo corpo grazie al potere di gustosissimi e rinfrescanti succhi, estratti e frullati di frutta e verdura! Produrre succhi freschi è facile e veloce: ottenuta l'abitudine, diventerà un rituale giornaliero che riempirà la tua vita di benessere e vitalità. Clicca sul pulsante "Acquista Adesso" in alto a destra su questa pagina! Questo libro contiene un BONUS GRATUITO, continua a leggere! Capita d'un tratto che ci rendiamo conto del fatto che c'è qualcosa che non va nella nostra alimentazione quotidiana. Chili di troppo, poca energia, difficoltà ad affrontare lo stress della giornata.. alla base di tutto questo c'è una cattiva alimentazione Immagina di poter risolvere questi problemi con dei piccoli accorgimenti nella tua dieta, senza dover necessariamente seguire diete che sembrano veri e propri digiuni o che comunque sono pesanti da seguire. Sarebbe fantastico vero? Questo libro è una collezione di ricette di succhi freschi, utilissimi per chi vuole dimagrire in maniera efficace o semplicemente per chi vuole migliorare il benessere del proprio corpo. È la guida perfetta per chi vuole perdere peso e contemporaneamente imparare a mantenere un corpo sano, nutrito, giovane e in forma. Questo libro contiene pi di 20 differenti ricette tra succhi di sola frutta, succhi di sola verdura, succhi di frutta e verdura e, in aggiunta, troverai anche alcune ricette per dei buonissimi e pi sostanziosi frullati, ottimi alleati per la tua dieta dimagrante. **SCARICA LA TUA COPIA ORA**

Ritrovare l'armonia tra uomo e natura attraverso il cibo, trasmettere all'organismo la vitalità dei frutti della terra, portare in tavola freschezza e salute sotto forma di piatti fantasiosi ed equilibrati: oltre 700 ricette di cucina vegetariana e naturista raccolte in volume e suddivise per tipologie, con un ricco corredo di suggerimenti, consigli, notizie pratiche.

Tutto quello che c'è bisogno di sapere su una sana e corretta prima colazione in 260 pagine. L'autore spiega l'importanza della prima colazione e il conseguente rilievo nelle scelte degli alimenti, passa poi a spiegare attraverso schede illustrative le caratteristiche degli alimenti di base presenti in quasi sempre nella prima colazione (pane zucchero uova ecc.) in modo da dare al lettore la competenza necessaria per gestire in modo consapevole le proprie scelte. C'è poi una parte dedicata ai possibili menù per la prima colazione e i brunch con ricette riccamente illustrate, con box di approfondimento, e suggerimenti sulle possibili infiammazioni da cibo

"Non puoi insegnare qualcosa ad un uomo. Lo puoi solo aiutare a scoprirla dentro di sé." In questa massima di Galileo si racchiude l'essenza di questo libro: un vademecum per il benessere che potrebbe cambiare le sorti delle "Origini del male". "Le convinzioni limitano, il dubbio stimola, la conoscenza rafforza, la consapevolezza illumina" (cit.)

"Mix inebriante di siti indimenticabili, maestose opere d'arte e strade palpitanti di vita, la Città Eterna è una delle capitali più suggestive e stimolanti del mondo" (Duncan Garwood, Autore Lonely Planet). Poche città al mondo possono vantare il patrimonio artistico di Roma. Nel corso dei secoli la città ha svolto un ruolo da protagonista nelle vicende dell'arte occidentale, richiamando a sé i più grandi artisti e inducendoli a sfidare i limiti dell'estro creativo. Il risultato è una somma incalcolabile di tesori. Camminando per le vie del centro a ogni passo ci si imbatte in un capolavoro: sculture di Michelangelo, dipinti di Caravaggio, affreschi di Raffaello. E poi girare senza meta, osservare il via vai delle piazze, attardarsi ai tavolini all'aperto dei caffè sono tutte attività che fanno parte a pieno titolo dell'esperienza romana. I quartieri: Roma antica, centro storico, Tridente, Trevi e il Quirinale, Città del Vaticano, Monti, Esquilino e San Lorenzo, Trastevere e Gianicolo, San Giovanni e Testaccio, Villa Borghese e Roma nord, Roma Sud. Esperienze straordinarie: foto suggestive, i consigli degli autori e la vera essenza dei luoghi. Personalizza il tuo viaggio: gli strumenti e gli itinerari per pianificare il viaggio che preferisci. Scelte d'autore: i luoghi più famosi e quelli meno noti per rendere unico il tuo viaggio. In questa guida: il Foro Romano; gite di un giorno; itinerari a piedi; la cucina romana.

"Spiagge orlate di palme, una cucina piccante, giungle torride, città piene di vita, i fuochi d'artificio delle fiestas, la creatività di Frida Kahlo: il Messico evoca immagini molto diverse, ma sempre vivide. E la realtà è all'altezza delle aspettative". In questa guida: i siti archeologici; la cucina messicana; viaggiare con i bambini; paesaggi e natura. Questo ricettario importante per imparare a preparare e gustosi estratti e per conoscere i principi nutrizionali ed energetici che ci fanno sentire bene. Gli estratti freschi di frutta e verdura rappresentano, infatti, un modo veloce per arricchire la nostra alimentazione di quei "complessi vitaminici" capaci di tenerci in salute o contrastare malattie. Produrre succhi freschi facile e veloce: ottenuta l'abitudine, diventer un rituale giornaliero che riempir la tua vita di benessere e vitalità. Capita d'un tratto che ci rendiamo conto del fatto che c'è qualcosa che non va nella nostra alimentazione quotidiana. Chili di troppo, poca energia, difficoltà ad affrontare lo stress della giornata.. alla base di tutto questo c'è una cattiva alimentazione. Immagina di poter risolvere questi problemi con dei piccoli accorgimenti nella tua dieta, senza dover necessariamente seguire diete che sembrano veri e propri digiuni o che comunque sono pesanti da seguire. Sarebbe fantastico vero? Questo libro una collezione di ricette di succhi freschi, utilissimi per chi vuole dimagrire in maniera efficace o semplicemente per chi vuole migliorare il benessere del proprio corpo. Scarica ora la tua copia di Succhi - Seconda Edizione! Clicca sul pulsante "Acquista Adesso" in alto a destra su questa pagina!

Perdi peso e nutri il tuo corpo grazie al potere di gustosissimi e rinfrescanti succhi, estratti e frullati di frutta e verdura!? Questo libro contiene un BONUS GRATUITO, continua a leggere! ? Saziati con gusto e freschezza, in qualunque momento dell'anno! Immagina di poter risolvere questi problemi con dei piccoli accorgimenti nella tua dieta, senza dover necessariamente seguire diete che sembrano veri e propri digiuni o che comunque sono pesanti da seguire. Sarebbe fantastico vero? Produrre succhi freschi facile e veloce: ottenuta l'abitudine, diventer un rituale giornaliero che riempir la tua vita di benessere e vitalità. Clicca sul pulsante "Acquista Adesso" in alto a destra su questa pagina! Questo libro una collezione di ricette di succhi freschi, utilissimi per chi vuole dimagrire in maniera efficace o semplicemente per chi vuole migliorare il benessere del proprio corpo. - SCARICA LA TUA COPIA ORA -

Benvenuto/a! Te ne sarai sicuramente accorto: il nostro mondo sta cambiando, il cibo, il clima, il lavoro, i comportamenti delle persone stanno cambiando. Lo stress non lascia tregua, è una realtà, l'inquinamento poi distrugge ambienti e cervelli. Azioni o modi di agire e/o reagire che avevi un tempo adesso ti stai accorgendo e stupendo purtroppo di non avere più. L'età avanza è vero, ma lo stato di salute di parecchie persone sta peggiorando drasticamente già da giovanissimi. Alcuni disturbi fisici o alcune infiammazioni con cui si impara a convivere e di cui si imparano a curare soltanto i sintomi potranno purtroppo minare seriamente alla lunga il proprio stato di salute e influenzare per giunta quello dei nascituri figli. Occorrerà perciò analizzare bene il quadro, prendere in mano la situazione e virare assolutamente e da subito in proprio favore cambiando strategia, modo di vivere, non rassegnandosi mai alla routine dei disturbi che peggiorano la propria qualità di vita o alla malattia stessa e alla cura dei suoi sintomi. L'inazione in tal senso potrebbe essere deleteria! Complimenti intanto per aver scelto la strada della consapevolezza, ti do nuovamente il benvenuto in un mondo totalmente nuovo e assolutamente pieno di positività! Non stai leggendo questo libro per pura casualità...il caso non esiste! Se stai leggendo questo scritto è a causa del tuo divenire, è la tua evoluzione che ti ha portato fin qui e sarà la tua evoluzione che ti indirizzerà verso una maggiore consapevolezza... continua "Alcuni libri tolgono il fiato, altri lasciano il segno..." (cit.)

Il libro non ha carattere enciclopedico e non pretende di rispondere a qualsiasi problema si possa presentare nel corso dell'assistenza domiciliare, ma risulterà utilissimo a quanti, specialisti, volontari o familiari, si occupano a rotazione di malati bisognosi di continua assistenza al loro domicilio. Una flebo che si ferma, ad esempio, non deve creare panico nei familiari, e ciò è possibile soltanto attraverso la corretta informazione. L'intento è quello di costituire una valida piattaforma curativa 24 ore su 24, pur nella consapevolezza dei limiti oltre i quali bisogna lasciare il posto al personale sanitario specializzato.

Primo libro Saziati con gusto e freschezza, in qualunque momento dell'anno! Vuoi avere a portata di mano pi di 20 ricette per creare succhi, centrifugati e frullati freschi di frutta e verdura? Allora questo libro per TE! Produrre succhi freschi facile e veloce: ottenuta l'abitudine, diventer un rituale giornaliero che riempir la tua vita di benessere e vitalità. Clicca sul pulsante "Acquista Adesso" in alto a destra su questa pagina! I frullati sono pieni di superfood e antiossidanti come frutta e ortaggi, facendo di essi il

mezzo pi facile e gustoso per migliorare la propria salute e per avere pelle e capelli splendenti! Questo ricettario sara' il punto di partenza per imparare ad apprezzare i frullati e per fare il pieno di vitamine, nutrienti e antiossidanti cos da poter iniziare a perdere subito peso! Che state aspettando? Sfogliatelo immediatamente!!-----Secondo libroSaziati con gusto e freschezza, in qualunque momento dell'anno!Vuoi avere a portata di mano pi di 20 ricette per creare succhi + Bonus 20 crockpot ricette, centrifugati e frullati freschi di frutta e verdura?Allora questo libro per TE! ??? Leggi questo libro GRATIS con Kindle Unlimited - Scaricalo ora! ??? Vuoi dimagrire e regalarti una continua sensazione di benessere fisico?Perdi peso e nutri il tuo corpo grazie al potere di gustosissimi e rinfrescanti succhi, estratti e frullati di frutta e verdura!Produrre succhi freschi facile e veloce: ottenuta l'abitudine, diventer un rituale giornaliero che riempir la tua vita di benessere e vitalit. Clicca sul pulsante "Acquista Adesso" in alto a destra su questa pagina! Questo libro contiene un BONUS GRATUITO, continua a leggere!Capita d'un tratto che ci rendiamo conto del fatto che c' qualcosa che non va nella nostra alimentazione quotidiana. Chili di troppo, poca energia, difficult ad affrontare lo stress della giornata.. alla base di tutto questo c' una cattiva alimentazioneImmagina di poter risolvere questi problemi con dei piccoli accorgimenti nella tua dieta, senza dover necessariamente seguire diete che sembrano veri e propri digiuni o che comunque sono pesanti da seguire. Sarebbe fantastico vero?Questo libro una collezione di ricette di succhi freschi, utilissimi per chi vuole dimagrire in maniera efficace o semplicemente per chi vuole migliorare il benessere del proprio corpo.E' la guida perfetta per chi vuole perdere peso e contemporaneamente imparare a mantenere un corpo sano, nutrito, giovane e in forma.Questo libro contiene pi di 20 differenti ricette tra succhi di sola frutta, succhi di sola verdura, succhi di frutta e verdura e, in aggiunta, troverai anche alcune ricette per dei buonissimi e pi sostanziosi frullati, ottimi alleati per la tua dieta dimagrante. SCARICA LA TUA COPIA ORA Ottenere 2 libri al prezzo di uno

La guida definitiva che tutti gli amanti di succhi di frutta e verdura freschi devono avere!Scopri attraverso questa guida completa agli estrattori di succhi tutte le incredibili propriet benefiche, disintossicanti, antiossidanti, dimagranti, diuretiche, depurative dei succhi di frutta e verdura freschi. Scopri perch fondamentale bere ogni giorno almeno un succo fresco e perch indispensabile che siano crudi e di stagione. Infine impara ad usare al meglio il tuo estrattore di succo.Grazie a questa esauriente guida imparerai: - Le differenze tra frullati, centrifugati ed estratti di succo fresco - Colori dei vegetali e relative propriet curative - Cosa sono gli enzimi e perch li troviamo solo nei succhi freschi di frutta e verdura - Come e per quanto tempo possibile conservarli senza perdere le preziose propriet benefiche - Le incredibili propriet di principali frutti e verdure - Come inserire la frutta e la verdura nell'estrattore di succhi? Con o senza buccia? - Come utilizzare gli scarti per altre gustose ricette in cucina, senza buttare via nulla! Ed infine attraverso tante ricette per l'estrattore di succhi, corredate di modalit di preparazione ed altri consigli, potrai mettere in pratica quello che avrai appreso e gustare i tuoi succhi con la tua famiglia. Acquista la tua copia adesso e diventa un esperto di salute!!

Estratti di frutta e verdura per le 4 stagioniSucchi freschi di frutta e verduraSucchi freschi di frutta e verdura. Ingredienti e propriet nutritive per migliorare la salute e risolvere disturbi e malattie150 estratti e succhi di frutta e verduraTutto su... Succhi di frutta, estratti di frutta e verdura & drink analcolici. Salute, benessere, vitamine. Tutte le propriet curative e nutritiveEstratti Di SaluteCuriosità, Consigli e Ricette. Tutto Quello Che Devi Sapere Sulle Incredibili Propriet Dei Succhi Di Frutta e Verdura Freschi Hai mai sentito parlare dei fantastici effetti benefici per il nostro corpo di SUCCHI FRESCHI e CENTRIFUGATI DI FRUTTA E VERDURA? Bene, in questa guida scoprirai che grazie ad essi è anche possibile perdere molto peso in poco tempo! Quanto? Dodici chili in soli 30 giorni, come recita il titolo stesso del libro... Ma PERDERE 12 CHILI IN SOLI 30 GIORNI è un obiettivo importante e impegnativo. Non stiamo qui a prenderci in giro, non è uno scherzo ma una sfida seria da affrontare con coscienza e volontà. Nessuna formula magica, solo costanza e olio di gomito. Questa guida ti condurrà passo-passo, un po' come il Virgilio di Dante, in un percorso di 30 giorni dall'inferno dei chili di troppo al paradiso di una nuova vita. Lo stile di questa guida è personale, allegro e motivante, da coach e amica. Col passare del tempo, la meta dei 12 kg in meno si avvicinerà sempre di più, facendoti sentire sempre meglio, sia mentalmente che fisicamente! Ma attenzione, non parliamo di una dieta di soli succhi, frullati, centrifugati e estratti! Assolutamente no! Non sarebbe affatto salutare. In questo libro potrai seguire un PERCORSO DI BENESSERE composto da un'ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA, costituita anche da altri tipi di alimenti, da una vivace attività fisica fatta di esercizi ginnici e pratiche di relax e benessere. Dalla Premessa dell'Autrice... (...) IL PROGRAMMA CHE TI PROPONGO È DIVERTENTE ED EFFICACE! Scommettiamo che questa dieta ti porterà allegria, forza e vigore? Ti potrà sembrare strano che i SUCCHI DI FRUTTA E VERDURA possano dare tutto ciò. In effetti, tutto questo diventa vero se e soltanto se tali succhi diventano i componenti essenziali della tua dieta mensile, che non potrà essere assolutamente priva degli altri nutrienti. Avrai un bel succo a pasto da abbinare con altri alimenti dietetici. Devi privilegiare le proteine in questo periodo e ridurre i carboidrati, assumendoli solo o prevalentemente da succhi e centrifugati! Alla fine del pasto non avrai fame e ti sentirai sazio! Inoltre, con l'apporto corretto dei nutrienti necessari al tuo fabbisogno giornaliero, oltre a dimagrire e restare in forma, ne trarrà beneficio anche il tuo cervello. AUMENTERANNO LA CONCENTRAZIONE E IL RENDIMENTO, in maniera proporzionale alla perdita di peso! Doppio beneficio! Per quanto riguarda invece l'attività fisica, ti piacerà molto quello che sto per proporti. Unitamente a 30' DI ESERCIZIO GIORNALIERO A CASA O IN PALESTRA, durante questo mese ti propongo di andare un paio di volte alle grotte termali (o se riesci una volta la settimana). Rilassante e divertente, la sauna eliminerà tutte le tossine e gli sbalzi termici cui ti sottoporrai, seguendo il "percorso salute" fornito dalla struttura, stimoleranno la tua circolazione. Alla fine del trattamento, una bella tisana (calda o fredda) che aiuta a reintegrare i liquidi, oltre che a depurare l'organismo. Vedrai che PERDERE 12 CHILI IN 30 GIORNI TI RISULTERÀ SEMPLICE E DIVERTENTE!

"E' più importante sapere che tipo di persona ha quella malattia piuttosto che sapere quale malattia abbia quella persona..." Il Colon irritabile, il male nascosto. Disturbi numerosi e debilitanti: nausea, attacchi di panico, alvo irregolare, dolori alle gambe, digestione difficile, depressione, malattie autoimmuni...questa non è vita! E con questi numerosi sintomi le giornate devono pure andare avanti: il lavoro, gli impegni, la famiglia, gli amici. Quello che stai per leggere è un accurato e originale dossier mai scritto prima sui retroscena nascosti del disturbo considerato l'apriporta per molte malattie ben più gravi e come vincerlo senza farmaci o interventi invasivi evitando il "peggio". Metodi e comportamenti naturali, testati e alla portata di tutti per prendersi cura e nutrire il secondo cervello dell'essere umano. Nessuna DIETA, farmaci o altre trovate, perchè non servirà una dieta, ma solo un'educazione alimentare e una dolce disintossicazione. Informazioni riservate a pochi "arguti guerrieri" decisi a battere la malattia: perchè da depressione o disturbi d'umore, il collegamento sottovalutato tra colon e denti, cosa mette ogni giorno in tavola il "malato" continuandolo a danneggiare e quali altri organi potrebbero essere coinvolti da una colite persistente. Un libro di successo per una limpida introspezione che sarà bene classificare tra i libri letti in un'ottica di consapevolezza e benessere personale. Leggi gratis l'estratto, ti aspettano piacevoli scoperte! "Le convinzioni limitano, il dubbio stimola, la conoscenza rafforza, la consapevolezza illumina!" (cit.)

[Copyright: 126b11416165ef9625c9ecde9a767139](https://www.amazon.it/dp/B071141616)