

## Più sani, più ricchi PDF

Diego Balducci



*Questo è solo un estratto dal libro di Più sani, più ricchi. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



**DOWNLOAD PDF**

Autore: Diego Balducci  
ISBN-10: 9788868150228  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 1409 KB

## **DESCRIZIONE**

Se si riesce a prolungare di qualche anno il periodo di attività lavorativa, si crea maggior ricchezza per sé e per l'intera comunità. La corretta gestione della salute e quella del proprio benessere economico sono gli aspetti più importanti per cercare di godersi una vita serena. D'altro canto un certo benessere economico è di fondamentale importanza per potersi garantire un efficiente servizio sanitario o una copertura assicurativa valida. Di questo stretto legame occorre avere una maggiore consapevolezza. Occorre avere degli obiettivi precisi, occorre fare in tempo delle scelte sui problemi fondamentali della vita e delle nostre abitudini che, malgrado i grandi progressi della scienza indichino quello che conviene fare, non sempre vengono tempestivamente recepiti. Per evitare o ridurre malattie e sofferenze occorre che i responsabili della Sanità siano consapevoli del moltissimo che si può oggi fare per elevare in mille modi lo stato di benessere della popolazione e garantire a tutte le persone la possibilità di esprimere interamente il proprio potenziale.

## **COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Gli alimenti più ricchi di proteine. Le proteine sono un elemento indispensabile per la funzionalità e la salute dell'organismo: ma quali sono le fonti alimentari ...

Un elenco degli alimenti non-latticini più ricchi di calcio per prevenire l'osteoporosi

Quali sono i cibi più sani: ... ad esempio, il pollo, mentre il pesce da prediligere è quello ricco di omega 3, come lo sgombero e il salmone.

## **PIÙ SANI, PIÙ RICCHI**

[Leggi di più ...](#)