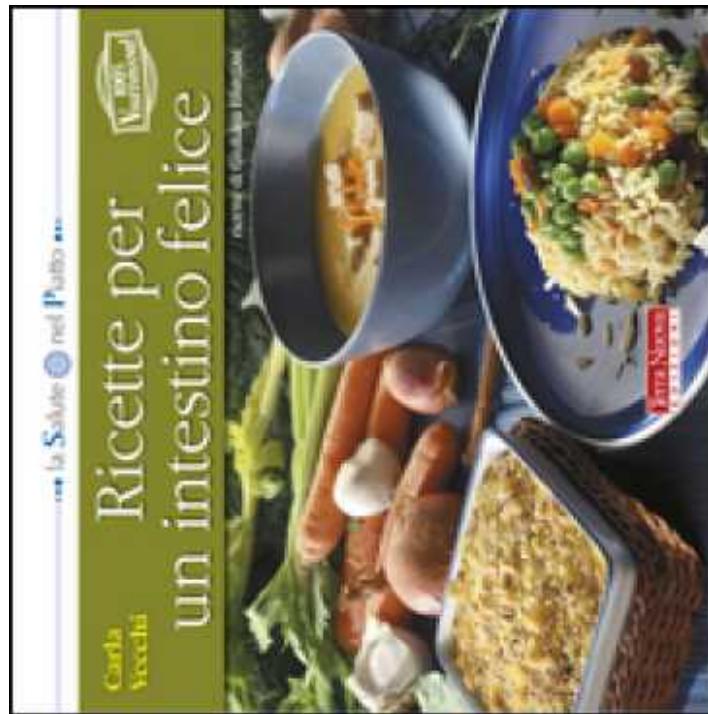


## Ricette per un intestino felice PDF

Carla Vecchi



*Questo è solo un estratto dal libro di Ricette per un intestino felice. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



## DOWNLOAD PDF

Autore: Carla Vecchi  
ISBN-10: 9788866810414  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 3585 KB

## **DESCRIZIONE**

In questo libro l'autrice risponde a molte delle domande che i pazienti le hanno posto in anni di esercizio dell'omeopatia e dell'idrocolonterapia. Sull'intestino vengono scaricate tensioni emotive ed errori alimentari, e chi soffre di "mal di pancia" non sempre è consapevole di quanto accade nel proprio corpo nella sua interezza fisica e psichica. Nell'introduzione sono fornite le indicazioni fondamentali per comprendere lo stato di salute del proprio intestino, conoscere le patologie e le problematiche più comuni, e iniziare un percorso preventivo e curativo. Alimentazione, massaggio addominale, agopuntura, do-in, yoga ed esercizio fisico sono alcune tra le buone pratiche per mantenersi in buona salute. Le ricette sono state pensate per conservare la vitalità della flora batterica intestinale attraverso l'impiego di prodotti integrali e ricchi in fibre. Accanto ai diversi piatti sono indicate le principali caratteristiche degli ingredienti, in modo da utilizzare al meglio le proprietà nutrizionali degli alimenti. Questo volume non è solo un ricettario ma anche una guida per mantenersi in salute e, attraverso la comprensione della propria "pancia", ricercare il benessere complessivo.

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

Consigli utili per prendersi cura del nostro secondo cervello. Menu 100% vegetariani per un intestino sano e felice. Pag. 120 Editore: Terra Nuova

Ricette per un intestino felice, Libro di Carla Vecchi, Giuliana Lomazzi. Sconto 4% e Spedizione con corriere a solo 1 euro. Acquistalo su [libreriauniversitaria.it!](http://libreriauniversitaria.it)

Download immediato per Le ricette e la dieta per un intestino felice, E-book di Christine Bailey, pubblicato da Newton Compton Editori. Disponibile in EPUB, Mobipocket.

**RICETTE PER UN INTESTINO FELICE**

[Leggi di più ...](#)