



**I CONSIGLI PER VIVERE SANI
FINO A 100 ANNI**

Antonio Bianchi
Macro Edizioni

Come mantenersi giovani con stili di vita salutari e rimedi naturali: ce lo spiega in questo volume il dott. Roberto Antonio Bianchi, medico chirurgo, che da diversi anni dirige la clinica Casa Salute, dove studia e applica con successo tantissime terapie naturali, curando migliaia di pazienti affetti da patologie anche gravi. E ci fornisce indicazioni su tanti aspetti della vita quotidiana, dalla postura alla dieta, dalla respirazione al movimento fisico, dal sonno al rilassamento.