

Publicca i tuoi articoli nelle nostre rubriche.

Publicità	Fare Soldi Online Guadagnare Denaro su Internet e Creare Rendite	Guadagnare Fare soldi con i Blog e i MiniSiti	Web Marketing Segreti per fare denar
	Ebay Denaro coi segreti di aste online e powerseller	Google Adwords La formula segreta per essere primi su Google	Investire in Bor Segreti per Investire c



BELICEWEB
Semplicemente gratis

HOME	NEWS	SITI WEB	SOFTWARE	BENESSERE	CULTURA	BELICE	GU
------	------	----------	----------	-----------	---------	--------	----

Home Benessere
 Agopuntura
 Alimentazione e Salute
 Buddismo
 EFT
 Enneagramma
 Ipnosi
 Karma
 Meditazione
 Metodo X
 My Mind
 PNL,Psico e Seduzione
 Poesie
 Reiki
 Sahaja Yoga
 Sfondi motivazionali
 Sport
 Storie Profonde
 Stress
 Tantra
 Yoga

Home Cultura
 Animali
 Astrologia
 Arte
 Cartoline
 Cartoni anni 80
 Cinema
 Cosa fare se...
 Cucina
 Donne
 Film e Trame
 Galleria Immagini
 Giochi e Emulatori
 Guinness
 Illusioni Ottiche
 Le nostre inchieste
 Mistero
 Musica
 Numerologia
 Pазze storie
 Persone famose
 Proverbi
 Salute
 Scienza e Tecnologia
 Sogni e Numeri
 Sport
 Telefilm anni 80
 Test Drive
 Test,Quiz e Curiosità
 Video Divertenti
 X-Web

Ricerca Home Directory Software Benessere Rubriche

Ricerca con Google [Blog](#)

[Ricerca facile](#) [Directory](#) [Beliceweb.it](#) [Web](#) [Immagini](#) [Video](#) [Libri](#)



Prima degli esami riso, uova bollite, frutta



Via libera in tavola a piatti a base di pasta, riso, frutta e verdura, uova bollite e latte caldo, mentre vanno abolite le sostanze eccitanti come il caffè che tradizionalmente accompagna le notti prima degli esami. È quanto emerge dalla lista dei cibi «in & out» elaborata dalla Coldiretti per gli esami scolastici che provocano stress, ansia e insonnia. Preoccupazioni che è possibile contribuire a vincere con alimenti ricchi di sostanze rilassanti a tavola dove - sottolinea la Coldiretti - non devono mancare pane, pasta o riso, lattuga, radicchio, cipolla, formaggi freschi, yogurt, uova bollite, latte caldo, frutta dolce e infusi al miele che favoriscono il sonno e aiutano l'organismo a rilassarsi per affrontare con la necessaria energia e concentrazione la sfida scolastica. Da evitare perché possono provocare insonnia sono invece caffè, patatine in sacchetto, salatini e cioccolata che sono invece spesso presenti tra le scorte di emergenza delle ansiose viglie. Anche gli alimenti in scatola per l'eccesso di sodio e di conservanti sono da tenere lontani. Bene un bicchiere di latte caldo, giusto prima di andare a letto.

Statistiche

Visite dal 04/11/2006 :

Il segreto di Victoria? I fagioli di soia

E' molto magra. E nello stesso tempo non pare sofferente per qualche


1906815 641 utenti online
Sezioni Secondarie:  Pagine 593.736

strana dieta. Come fa Victoria Adams, la moglie di David Beckham, ad essere così in forma? L'ha svelato un cuoco dell'hotel di lusso Blakès di Londra ad un quotidiano britannico. La «Posh», che potrebbe tornare nelle Spice Girls per il chiacchierato tour verso fine anno, mangia quasi esclusivamente fagioli di soia verdi lessati. Si tratta di un alimento non particolarmente comune, e comunque relativamente poco diffuso in Europa, anche conosciuto col nome di edamame.

Incontinenza urinaria, visite gratis il 28 giugno

Saranno duecento gli ospedali italiani che, il prossimo 28 giugno, apriranno le loro porte ai cittadini in occasione della giornata nazionale per la prevenzione e la cura dell'incontinenza urinaria. L'iniziativa, promossa dalla Federazione italiana incontinenti (Finco), servirà a informare le persone, ma anche per diagnosticare gratuitamente un disturbo che in Italia colpisce 5 milioni di persone. Nonostante l'incontinenza sia un problema molto diffuso e che influenza notevolmente la qualità della vita, spiegano gli esperti, solo una persona su quattro vince l'imbarazzo e si rivolge al medico. «E invece la malattia - spiega Vincenzo Mirone, presidente della Società italiana di urologia - può essere curata con successo con la rieducazione, i farmaci, la chirurgia mini-invasiva, con iniezioni locali di sostanze usate in medicina estetica (ad esempio il collagene o il botulino) e così via». Per le prenotazioni si può chiamare il Numero Verde Finco: 800.050415 www.giornataincontinenza.com www.finco.org

Adriana Bazzi
Fonte : <http://www.lastampa.it>
04/07/2007

[Stampa] - [Altri articoli della stessa categoria]

Numero di accessi a questa pagina : 133

Questo sito è stato totalmente realizzato da R.Sancetta utilizzando Web Maker © Copyright 1991 - 2008 | www.beliceweb.it ©
2001 - 2008 |

[Home Page](#) | [Disclaimer](#) | [Privacy](#) | [Copyright](#) | [Mappa del sito](#) |

BeliceWeb.it non è collegato ai siti recensiti e non è responsabile dei loro contenuti

^ Torna Su ^