Nuovo spazio dedicato alla lettura e alla scrittura - Sara

Il CRA FNM è lieto di presentare ai propri soci una nuova iniziativa culturale dedicata a chi nutre una passione per la lettura e la scrittura. Siamo orgogliosi di segnalare il talento di **Sara, impiegata del Servizio Circolazione presso i Posti Centrali di Saronno**, che ha scritto il suo libro dopo il conseguimento del titolo di Naturopata presso la scuola italiana di Scienza Naturopatiche di Messina. Il suo libro è stato pubblicato dalla casa editrice BookSprint Edizioni.

Di seguito vi presentiamo il suo libro, disponibile sul sito di BookSprint Edizioni:

Eternamente Giovani

Questo libro ti guida attraverso i rimedi naturali più efficaci per migliorare la tua alimentazione e rallentare l'invecchiamento. Dalle proprietà benefiche dei cibi integrali alle tecniche di preparazione per ottimizzare la salute, fino ai consigli per ridurre lo stress e migliorare la qualità della vita.
Con un approccio olistico che ti offre gli strumenti per:

- Migliorare la tua alimentazione con cibi naturali e integrali
- Ridurre l'infiammazione e proteggere la tua salute
- Rallentare l'invecchiamento e aumentare la tua energia
- Gestire lo stress e migliorare la tua qualità della vita

Un libro indispensabile per chi cerca di vivere in modo più sano e naturale. Scopri come la natura può aiutarti a raggiungere il tuo massimo potenziale e a vivere una vita più lunga e felice!

🔗 https://www.booksprintedizioni.it/libro/Saggistica/eternamente-giovani

📚 Invitiamo tutti i soci a sostenere e scoprire il talento di chi, anche all'interno della nostra realtà lavorativa, coltiva passioni capaci di arricchire il cuore e la mente.
Questo è solo il primo passo verso un nuovo spazio che il CRA FNM intende dedicare alla creatività letteraria: se anche tu scrivi, leggi o desideri contribuire, contattaci!

Il Segretario
Fabio Monfrecola

Il Presidente
Luciano Ghitti