

Un giardino antistress

Scritto da Administrator

Quando ci si sente stanchi o un po' fuori forma, tristi o spaesati si cerca un luogo dove trovare rifugio e conforto, dove meditare in pace e dialogare con se stessi, un posto tranquillo e solitario in cui nascondersi dal mondo. Questo posto per me è il giardino. (...)

L'articolo:

<http://giardinonaiadi.blogspot.it/2015/10/un-giardino-antistress.html>

Passato... presente:

http://www.fabio Manzoni.it/index.php?option=com_content&view=article&id=9035:cosi-gli-alberi-ci-salvano-la-vita&catid=126:salute&Itemid=147

* * *

A proposito di... "Stress ed altri equivoci":

<http://www.radio3.rai.it/dl/radio3/programmi/puntata/ContentItem-bad00fd7-6de0-48e4-9481-d5313bc9120e.html>

Sull'argomento:

<http://www.doppiozero.com/rubriche/336/201512/riflessioni-sullo-stress-e-sugli-equivoci>

Il libro:

<http://www.einaudi.it/libri/libro/simona-argentieri-nicoletta-gosio/stress-e-altri-equivoci/978880621576>

Lo stress è ereditabile?:

<http://oggiscienza.it/2015/11/12/stress-epigenetica-ereditarieta/>

Stress - Il potere logora... chi ce l'ha?:

<http://www.galileonet.it/2015/12/politici-diventare-presidenti-fa-male-alla-salute/>

Informazione di base:

https://it.wikipedia.org/wiki/Stress_%28medicina%29

https://en.wikipedia.org/wiki/Stress_%28biology%29

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Stress>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Estr%C3%A9s>

Passato... presente:

http://www.fabiomanzione.it/index.php?option=com_content&view=article&id=10028:connessioni-tra-stress-e-cibo&catid=112:nutrizione&Itemid=104