

VareseNews

Bacche di goji o cioccolato?

Pubblicato: Lunedì 2 Marzo 2015



Bacche di goji o merendina al cioccolato? Chips di mela o patatine? Che dilemma se davanti alla macchinetta degli snack non hai più l'alibi della "scelta unica" ma puoi decidere se mangiare "junk food" o fare una pausa naturale e salutare.

Ecco come un semplice cambio di macchinetta della pausa caffè può aprire lo spazio a molte riflessioni e ad un'indagine sulla longevità delle popolazioni del Tibet. Il tutto raccontato con garbo e ironia da Pierre Ley nel suo blog "Expo sulla mia pelle", diario personale di un cambiamento... globale.

[Leggi "Ho provato: lo snack salute della macchinetta in azienda"](#)

Mariangela Gerletti

mariangela.gerletti@varesenews.it