

## Ο δεκάλογος της μακροζωίας: Τι 30, τι 40, τι 50

[/ Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)

Οι ειδικοί επιμένουν ότι εάν προνοήσετε από τα 30 σας, στα 60 σας θα είστε σε θέση να φαίνεστε και να αισθάνεστε 40 ετών. Τα μαθηματικά... πάνε και έρχονται σε κάποια προοπτική, αλλά η ουσία είναι μια τι μπορείτε να κάνετε για να υχία;



Επειδή η προνοητικότητα είναι η λέξη κλειδί για μια υγιή και ευτυχισμένη ζωή, το click@Life συγκέντρωσε για σας το δεκάλογο της μακροζωίας, που για να επιτύχει καλό θα είναι να ξεκινήσετε να τον εφαρμόζετε ευθύς αμέσως.

[\(περισσότερα...\)](#)