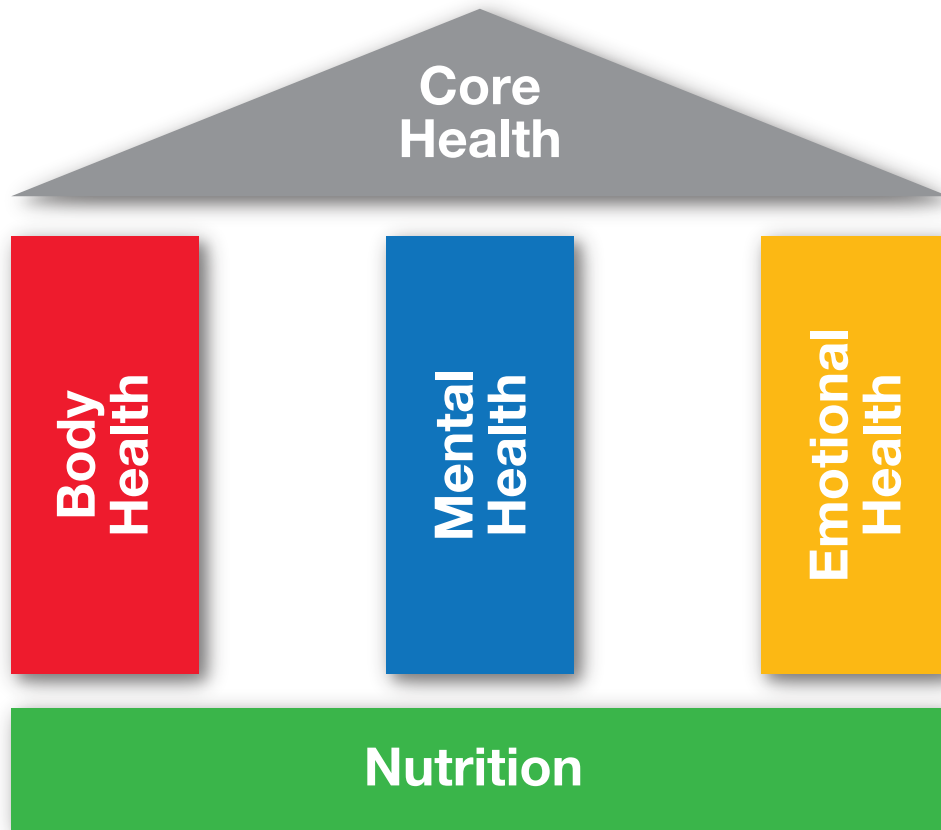


Lucia Käufeler

IL MIO TEMPIO



PERCORSI DI SALUTE INTEGRATA DOPO LA DIAGNOSI

LA TUA GUIDA RAPIDA AL BENESSERE

MANUALE PRATICO – SECONDA EDIZIONE

Indice

Introduzione	3
PARTE 1	6
Il mio viaggio attraverso la guarigione	7
La creazione del Tempio della Salute	15
Prevenire il cancro	24
Conclusioni e sviluppi futuri	27
PARTE 2	34
Riassunto dei fattori protettivi	35
Nutrition	36
Body Health	46
Mental Health	54
Emotional Health	67
Core Health	82
Bibliografia	88
ALLEGATI	99
Metodo „Stella“	100
Checklist Nutrition	109
Checklist Body Health	111
Checklist Mental Health	113
Checklist Emotional Health	116
Checklist Core Health	118
Formulari del metodo	120
Bonus al libro: lista di domande	122
Excursus	126
Metadati del libro e parole chiave	128
Colophon	130
Note Legali e Disclaimer	130