

Homem do Titanic com 108 anos diz que moderação é chave para vida longa

Vida longa e história interessante

Um homem chamado Tinniswood, sobrevivente do naufrágio do Titanic, passou por duas guerras mundiais, servindo no British Army Pay Corps na Segunda Guerra Mundial.

Dicas para vida longa

- Não fume
- Beba com moderação
- Não siga nenhuma dieta especial, exceto uma refeição de peixe e batata frita uma vez por semana

Filosofia de vida de Tinniswood

Tinniswood afirma que a moderação é a chave para uma vida longa e Saudável. Ele nunca fumou, raramente bebe e não segue nenhuma dieta especial.

"Se você beber muito ou comer muito ou andar muito - se fizer muito de qualquer coisa - você vai sofrer tarde ou cedo", disse Tinniswood à Guinness World Records.

Mas no fundo, ele disse, "é puramente sorte. Você vive longo ou vive pouco, e não há muito o que você possa fazer a respeito".

Pessoa mais velha do mundo

A pessoa mais velha do mundo, e o ser humano vivo mais antigo, é Maria Branyas Morera, de 117 anos, da Espanha.

Alguns ângulos, parece um assento de vaso sanitário gigante no céu. De outros ele se assemelha a uma língua grande e que sai para lambear migalhas do vizinho Cheese grater ou nas palavras da William Upton KC membro dos comitês e planejadores: "Parece-se com aquelas colheres plásticamente usadas **bet365 bbb** cafés baratos nos quais você faz o seu café".

Qualquer que seja a alusão você prefere, esta protrusão branca inchada – definida para manter um "jardim de pódio" no alto 40 metros e acima da rua - é uma das características mais controversas do propostas for: o novo torre maior planejada pela cidade. Os projetos eram esperado ser borracha-carimbado depois sendo recomendado à aprovação pelos oficiais planejamento; Mas início deste mês após três e meia maratona e reunião hora tomada pelo comitê planejador foi feito "deferimento **bet365 bbb** decisão".

Fazer ajustes para este gigante é como mexer com um assento de vaso sanitário enquanto o banheiro queima. O design não precisa pequenos ajustamentos, mas uma reconsideração e por atacado a mais recente e maior safra **bet365 bbb** constante expansão das torres que são infladas até os limites e do tímido restrições da cidade tenta impor juntos tentando engolir as últimas goles no espaço na rua ou céu restante e nas milhas quadrada...".

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: bet365 bbb

Palavras-chave: **bet365 bbb - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-24