

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.

Brighton nomeia Fabian Hürzeler como novo treinador

Espera-se que o Brighton anuncie esta semana a nomeação de Fabian Hürzeler como seu treinador principal, com o treinador de 31 anos que levou o St Pauli à promoção no mês passado pronto para se tornar o treinador mais jovem permanente na história da Premier League.

O alemão, que foi comparado a Julian Nagelsmann e é conhecido por **novibet italy** abordagem baseada **novibet italy** dados, está previsto para substituir Roberto De Zerbi depois que o Brighton o identificou como **novibet italy** escolha preferida. Eles obtiveram uma permissão de trabalho **novibet italy** antecipação a confirmar que Hürzeler assumirá o cargo.

A compensação ainda não foi acordada com o St Pauli, mas está quase resolvida, de acordo com fontes próximas ao negócio. O dono do Brighton, Tony Bloom, e o diretor técnico, David Weir, são ditos impressionados com o feito de Hürzeler **novibet italy** retornar o clube de Hamburgo à Bundesliga pela primeira vez desde 2011.

Tabela: Idade dos Treinadores na Premier League

Treinador	Idade
Fabian Hürzeler	31
Graham Potter	47
Roberto De Zerbi	43
Thomas Tuchel	48

O Brighton havia considerado recontratar Graham Potter e teve conversas preliminares com seu ex-técnico depois de ser recusado por **novibet italy** primeira escolha, Kieran McKenna, que optou por ficar no Ipswich.

Com Bloom ansioso por seguir **novibet italy** uma nova direção e Potter sendo cortejado pelo Leicester, Hürzeler está agora prestes a suceder Chris Coleman como o treinador mais jovem na história da Premier League.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: novibet italy

Palavras-chave: **novibet italy - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-26