**Jakie są zalety czytania książek Stanisława Wiąckowskiego?**

**Dowiedz się więcej o książkach Stanisława Wiąckowskiego i poznaj ogromne zalety czytania książek. Zachęcamy do przeczytania naszego artykułu!**

**Stanisław Wiąckowski książki - Dlaczego warto czytać?**

**Publikacje Stanisława Wiąckowskiego dotyczyły tematyki ekologii, biologii oraz przyrody. Jeśli jesteście zainteresowani takimi tematami to są to książki godne polecenia**. Ukazały się takie tytuły jak: "Ekologiczne kierunki w medycynie naturalnej", "Przyrodnicze podstawy inżynierii środowiska", "Żywienie, żywność, składniki pokarmowe a zdrowie", "Abecadło witamin i pierwiastków", "Próba ekologicznej oceny żywienia, żywności i składników pokarmowych". Dlaczego warto czytać książki? Jest wiele zalet dla których warto przekonać się do książek. Pierwszą z nią są wartościowe informacje jakich możemy się dowiedzieć, chociażby z książek Stanisława Wiąckowskiego o ekologii. Czytanie redukuje stres, jest to potwierdzone naukowo, że wystarczy 6 minut czytania, aby zredukować uczucie stresu aż o 60%.

**Zalety czytania książek Stanisława Wiąckowskiego i nie tylko**

Do zalet możemy uznać pogłębienie wiedzy z zakresu ekologii oraz zdrowia. Oprócz tego samo w sobie czytanie książek znacznie poprawia pamięć. W mózgu tworzą się nowe synapsy, a te które już istnieją wzmacniają się. Czytanie książek to, również źródło inspiracji i poznawania nowych doświadczeń. Ta czynność, również pozytywnie wpływa na rozwój naszej wyobraźni. Czytanie stymuluje prawą półkulę mózgu.

**Korzyści z czytania o których warto wiedzieć**

Oprócz wspomnianych wcześniej zalet warto, również powiedzieć, że czytając znacznie poszerzamy swój zasób słownictwa. Poprawiamy, również skupienie uwagi oraz koncentracje. Czytanie książek, również pomaga zasnąć i zrelaksować się. Jest to rozluźnienie dla naszego mózgu. Zachęcamy do sprawdzenia: [Stanisław Wiąckowski książki](https://www.ceneo.pl/Ksiazki;030ps1=stanis~~saw~~Mwi~~ockowski.htm), aby dowiedzieć się nieco więcej o ekologii.