

Een gezonde eter voelt zich beter



Irene Lelieveld & Veronique Hundscheid
Voedingsdeskundigen

Taal:	Nederlands
Auteur:	Irene Lelieveld ; Veronique Hundscheid
ISBN:	9789038921075
Verschenen:	15-10-2011
Genre:	Koken
Uitgever:	Elmar B.V., Uitgeverij

[Een gezonde eter voelt zich beter.pdf](#)

[Een gezonde eter voelt zich beter.epub](#)

Een gezonde eter voelt zich beter past helemaal in de trend van orthomoleculaire voedingsleer en gezonde voeding. Veel mensen willen gezonder eten, maar beschikken niet over de juiste kennis en informatie. Irene Lelieveld en Veronique Hundscheid zijn werkzaam in een eigen voedingspraktijk en hebben dagelijks te maken met mensen met een verkeerd en/of ongezond voedingspatroon. Door ongezonde voedingsproducten worden de kansen op welvaartsziekten onnodig vergroot. Daarom hebben ze dit uitgebreide, informatieve boek geschreven om jou te leren wat echt gezonde voeding inhoudt. Je kennis zal toenemen waardoor de juiste keuze voor gezonde en lekkere producten snel is gemaakt. Dit boek is de slimme upgrade voor je lijf! Met oa: - Top 10 van gezonde en ongezonde producten- Vitamines en mineralen- Overgewicht en ondergewicht- Welvaartsziekten- Allergieën- Candida- Detoxkuur- Reuma- Recepten: Passie op het aanrecht