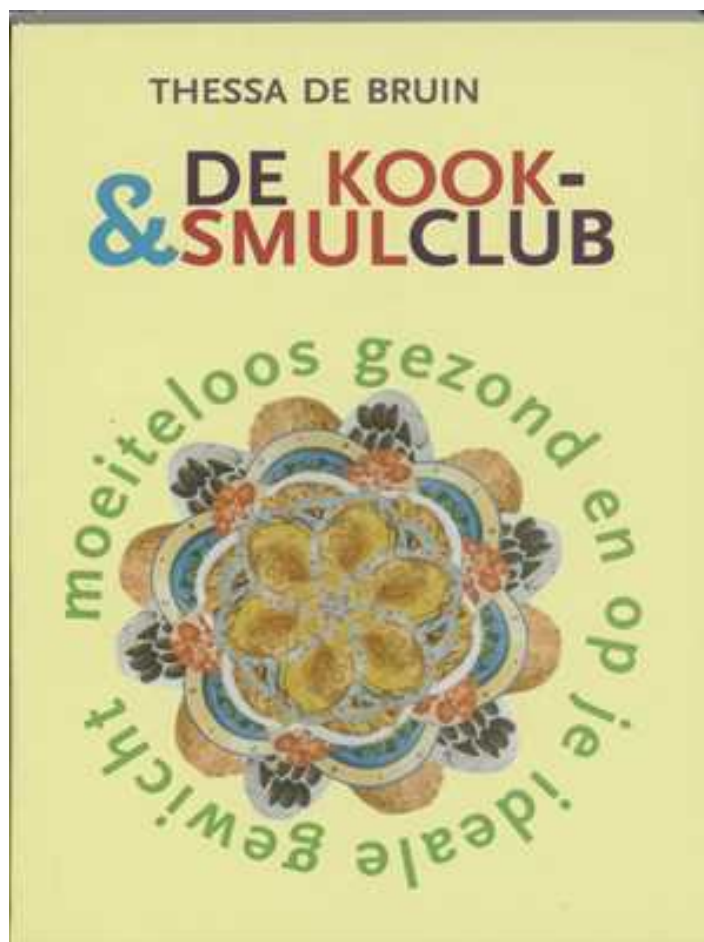


De Kook- & Smulclub PDF

T. de Bruin



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



DOWNLOAD PDF

Schrijver: T. de Bruin
ISBN-10: 9789066655607
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 3549 KB

OMSCHRIJVING

Een ideaal gewicht is niet alleen een voorwaarde voor, maar ook een onderdeel van een goede gezondheid. Steeds meer volwassenen en kinderen kampen met overgewicht. De voedingswijze in dit boek zal jong en oud helpen op een natuurlijke en gezonde wijze het gewicht te bereiken dat bij hen past. Volgens de cijfers van het CBS nemen welvaartsziekten epidemische vormen aan! Recente wetenschappelijke onderzoeken tonen aan dat onze ideeën over voeding en onze voedingspatronen, die we vanuit onze jeugd hebben meegekregen, achterhaald zijn. Dit boek helpt je een gezonde voedingswijze tot een vast onderdeel te maken van je dagelijks leven. Naast interessante theorie en smakelijke recepten biedt het je ook richtlijnen voor het vormen van je eigen Kook- & Smulclub. 'Ondanks het feit dat zo'n boek onmogelijk volledig kan zijn, is Thessa's belichting van een aantal belangrijke invalshoeken een krachtige en duidelijke aansporing om eetpatronen te doorbreken. Om verandering op gang te brengen; om zelf meer te gaan ontdekken; om vooral ook te experimenteren met andere mogelijkheden; om een verband te leggen tussen wat u eet en hoe u zich daarna voelt. En ten slotte: om bewuster te bepalen wat het beste voor u werkt.' David Bloch
Presentatiespecialist

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

De nieuwe feministische stroming zal leiden tot een terugkeer naar huis en haard en het herwaarderen ... het geheim van een huwelijksparadijs' en 'De Kook- & Smulclub'.

De kook erover. Als de appels openbarsten zijn ze gaar genoeg om door een passeviet te halen. ... Lees meer » Foto reportage eerste smulclub diner bij Boreas.

354 titels gevonden met de huidige zoekopdracht . Gesorteerd op: ...

DE KOOK- & SMULCLUB

[Lees verder...](#)