

Van dik naar dun PDF

Annette Born



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



Schrijver: Annette Born
ISBN-10: 9789089752932
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 3087 KB

OMSCHRIJVING

Dieten, afvallen, slank zijn. Televisieprogramma's, tijdschriften en boeken zijn er genoeg over deze onderwerpen. Maar wat helpt? Hoe is het eigenlijk om heel dik te zijn? 'Je voelt je een aangespoelde walrus', aldus ervaringsdeskundige Annette Born. Want als er iemand is die weet hoe het is om superdik te zijn dan is het Annette Born zelf. Annette werd mollig geboren, was een stevig kind, een welgedane tiener en werd uiteindelijk een dikke vrouw. Zeer tegen haar zin. Talloze diëten, afslankprogramma's, Weight Watchers, sportscholen en zelfs een maagband mochten niet baten. Op haar 40ste verjaardag woog Annette Born 123 kg. Nadat zij de jaren daarvoor ieder gewicht boven de 100 kg. op de weegschaal een keer voorbij had zien komen, besloot ze die dag niet langer machteloos toe te zien hoe haar lichaam zwaarder en zwaarder werd. Nu, anderhalf jaar later weegt Annette nog maar 68 kg. Op haar 42ste is Annette niet dik meer. Ze shopt in confectiemaat 40. En ze wordt niet langer meewarig aangekeken. Annette Born is nu een dolgelukkig mens! Bestaat dat dan, nooit meer dik zijn? Ja, dat bestaat. Door de combinatie van een gastric bypass, een mentaliteits verandering en een ander eetpatroon. Dikke mensen kijken al jaren uit naar de definitieve oplossing voor hun dik zijn. Dit boek biedt die oplossing. Lees het allemaal mee in 'Van dik naar dun', het enige boek dat 'na het allerlaatste dieet' de geheimen prijsgeeft over de zin en onzin van afvallen. Annette Born (1971) was jaren werkzaam als zorgcoördinator bij de Nederlandse Obesitas Kliniek in Hilversum. Hier begeleidde ze honderden patiënten. Annette Born heeft al een aantal jaren een succesvolle adviespraktijk in Zeist.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

... spellen spelen waar in verschillende begrippen worden aangeboden. De boeken gaan van dik naar dun. ... die in deze les naar voren komen: dik - dun links ...

VAN DIK NAAR GESPIERD - Mijn verhaal & Transformatie Johannes Bittag. Loading... Unsubscrib from Johannes Bittag? Cancel Unsubscribe. Working... ...

Dieten, afvallen, slank zijn. Televisieprogramma's, tijdschriften en boeken zijn er genoeg over deze onderwerpen. Maar wat helpt? Hoe is het eigenlijk om...

VAN DIK NAAR DUN

[Lees verder...](#)