



## **OMSCHRIJVING**

VOEDING DIE SCHAADT, VOEDING DIE BAAT is een complete gids over de invloed van voedsel op onze gezondheid. SCHADEN kan elk voedingspatroon dat niet uitgebalanceerd is. Vooral een teveel aan vet en suiker is ongezond. Maar ook voeding die algemeen als gezond wordt beschouwd, kan in sommige gevallen eerder een nadelig dan een positief effect hebben. Daarom is het belangrijk te weten wat men bij bepaalde klachten het beste kan eten en welke voedingsmiddelen men in dergelijke gevallen beter kan laten staan. BATEN zal een uitgebalanceerde voeding vrijwel altijd. Goed gekozen voeding kan bepaalde klachten verminderen en zelfs een genezingsproces bevorderen. Wie de voor- en nadelen van de verschillende voedingsmiddelen kent, is in staat ze doelgericht in het eetpatroon op te nemen.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

In mijn praktijk zie ik veel sporters die gebruik maken van ... Baat het niet, schaadt het ... Een kans op een overdosering vanuit alleen voeding is tevens ...

Voeding Die Schaadt, Voeding Die Baat (hardcover). VOEDING DIE SCHAADT, VOEDING DIE BAAT is een complete gids over de invloed van voedsel op onze gezondheid. SCHADEN ...

Get this from a library! Voeding die baat, voeding die schaadt : complete gids over de invloed van voedsel op onze gezondheid. [Rachel Warren Chadd; Ron ter Borg ...

**VOEDING DIE SCHAADT, VOEDING DIE BAAT**

[Lees verder...](#)