

Trefwoorden: De Vier Maaltijden Revolutie download gratis pdf, De Vier Maaltijden Revolutieboek pdf gratis, De Vier Maaltijden Revolutie lees online, De Vier Maaltijden Revolutie torrent, De Vier Maaltijden Revolutie epub gratis in het Nederlands, De Vier Maaltijden Revolutie mobi compleet

De Vier Maaltijden Revolutie PDF

Meijke van Herwijnen



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



Schrijver: Meijke van Herwijnen
ISBN-10: 9789082140330
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 1913 KB

OMSCHRIJVING

In Nederland gaan we uit van een basis eetpatroon met drie maaltijden en twee tussendoortjes. Maar mensen krijgen over het algemeen drieënhalve tot vier uur na hun laatste maaltijd weer honger. Dus als je ontbijt om 7.00 uur en avondeten krijgt om 18.00 uur, heb je in de tussentijd niet één maaltijd nodig... maar twee! Anders is de kans groot dat je gaat zoeken en snaaien. De Vier Maaltijden Revolutie maakt een eind aan geworstel met tussendoortjes, je hand die in de droppot verdwijnt, het stuk taart dat je niet had willen nemen en al je energie kwijtraken na vier uur 's middags. Hij zorgt ervoor dat je mag eten als je honger hebt en stopt als je genoeg hebt. Dat je weet wat je moet eten, wanneer en hoeveel. Je krijgt meer rust, meer plezier in eten, meer energie en minder centimeters middelomtrek als dat nodig is. Start vandaag nog met je eigen revolutie!

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

De Franse Revolutie (1789-1799) was ... en de paar gevangenen (vier valsemunters, twee krankzinnigen en de graaf van Solages, mogelijk een seksuele delinquent, ...

De titel die overigens geen letterlijke vertaling is van de Hebreeuwse verwijst naar de vier maaltijden die de hoofdpersoon Zejde om de tien jaar heeft met Jacob, ...

De vier maaltijden. Zejde heeft één moeder, Judith, en drie mogelijke vaders. Een van hen, Jakob, schenkt Judith zijn verzameling duizend gele kanaries en vraagt ...

DE VIER MAALTIJDEN REVOLUTIE

[Lees verder...](#)