

Gezond eten voor je ogen PDF

Karlijn de Winter



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: Karlijn de Winter

ISBN-10: 9789081699808

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 1876 KB

OMSCHRIJVING

Het verhaal van de worteltjes kent iedereen. Maar dat gezond eten goed is voor de ogen, is echt geen fabel. In dit boek staat te lezen hoe u uw ogen beschermt tegen leeftijdgebonden maculadegeneratie (LMD), de grootste oorzaak van slechtziendheid bij vijftigplussers. Het gaat over spinazie en amandelen, over zalm en nectarines, over smakelijke gerechten boordevol vitamines en mineralen. Geen abstracte wetenschap, maar adviezen die u direct aan het aanrecht in praktijk kunt brengen. Eet bewust en laat uw ogen er de vruchten van plukken.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Gezond eten voor je ogen bestaat uit drie delen. In het eerste deel 'LMD' vind je informatie over deze oogziekte. Wat het precies is, hoe je het herkent en wat je er ...

Je ogen zijn een waardevol bezit. Goed kunnen zien is belangrijk. Lief zijn voor je ogen dus ook. Met deze tips verklein je de kans op oogproblemen.

Worteltjes zijn goed voor de ogen, dat vertelt elke moeder haar kind. En het zal u misschien verbazen, maar ze heeft meer dan gelijk. Wortelen bevatten namelijk ...

GEZOND ETEN VOOR JE OGEN

[Lees verder...](#)