

Personaliseer je voeding PDF

Lode Dossche



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: Lode Dossche
ISBN-10: 9789002239816
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 1034 KB

OMSCHRIJVING

Gezond zijn en gezond blijven is niet zozeer een kwestie van geluk, het is eerder een kwestie van weten en werken. Zelf kunnen beslissen hoe gezond je bent, zou dat niet je ultieme droom zijn? Welnu, helemaal onbereikbaar is die droom niet: leer je lichaam goed kennen en stem je voeding erop af. Zodra je dat gedaan hebt en het consequent toepast, kun je een leven leiden waarin ziekte weinig kans krijgt. Lijden wordt leiden. Elk individu heeft uniek genetisch materiaal. Dit betekent dat elk individu uniek is, met unieke kenmerken. Volg daarom geen algemene adviezen als 'melk is goed voor elk', 'je moet veel water drinken' en 'je moet elke dag stevig ontbijten'. Je voeding is even uniek als je vingerafdruk. Voeding is maatwerk. Vergeet de algemene adviezen en volg geen modedieten. De auteur neemt je bij de hand en laat je ontdekken welke voeding voor jou ideaal is. De gemakkelijkste en goedkoopste manier om je gezondheid grondig te verbeteren is via je voeding. Voeding opent de weg naar een blijvend gezond en dynamisch leven. Wat je eet, bepaalt je gezondheid.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Post vragen over voeding en leer de juiste principes. ... Selecteer hier of je gepersonaliseerde ... Deze website gebruikt cookies om inhoud te personaliseren, ...

Indien je de link zelf hebt ingetypt, gelieve dan spelling te controleren. Indien je hier bent gekomen via een link uit je verlanglijstje, gelieve deze dan te updaten.

Op TNOTIME vind je blogs, interviews en achtergrondverhalen. Ontdek het werkveld van TNO gevat in foto's, animaties, video's en tekst.

PERSONALISEER JE VOEDING

[Lees verder...](#)