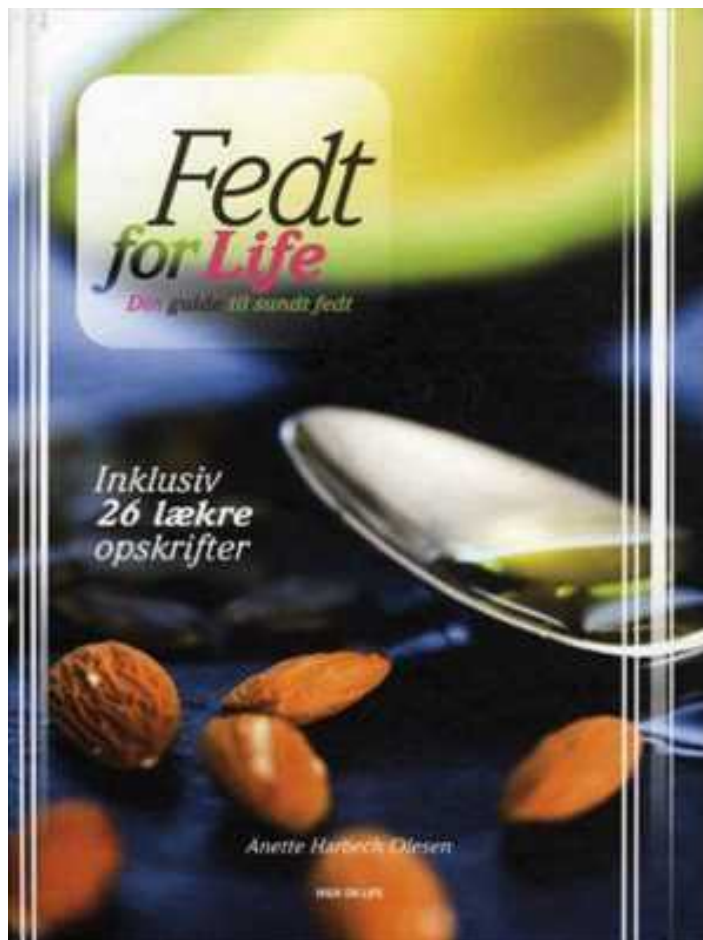


Fedt for Life PDF

Anette Harbech Olesen



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Anette Harbech Olesen

ISBN-10: 9788799266739

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2193 KB

BESKRIVELSE

Med denne bog gør Anette Harbech Olesen op med den herskende fedtforskrækkelse. Noget fedt er nemlig livsvigtigt, for at din krop er i balance, andet er lige det modsatte. Ved at læse denne bog får du redskaber til at kunne skelne mellem det sunde cellefedt og det usunde delfed. Din hjerne, dit nervesystem og din hormonbalance fungerer ikke optimalt, hvis du mangler det gode fedt, og det kan give dig symptomer som udslet, hovedpine, ledsmerter, hårtab, talgknopper, træthed, hjerteproblemer og ligefrem depression. Bogen giver dig konkret og lettilgængelig viden og er også fyldt med lækre opskrifter og ideer til, hvordan du let får alle de gode fedtstoffer ind i dit køkken - som erstatning for dårligt og usundt fedt. Til gavn for din og din families sundhed. Anette Harbech Olesen Forfatter, foredragsholder og underviser Anette Harbech Olesen er uddannet indenfor kost og ernæring både i Danmark og USA. Hun har tidligere skrevet bøgerne 'Det er ikke lige fedt', 'Mad for livet', 'Din optimale vægt' og 'Sund mad før under og efter kræftbehandling'.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

BECHEM High-Lub FA 67-220 er en long-life EP-fedt, gode forseglingssegenskaber, excellent vandresistens, excellent pumpbarhed i centralsmøre systemer.

"Fedt for Life" [1. udgave, 1. oplag] af Anette Harbech Olesen - Indbundet (Indbundet bog). På dansk. Genre: Grøn Mad, Slankekost. Udgivet 18/03-2010. Vejer 554 g ...

Fedt for Life: Din guide til sundt fedt (Forfatter: Anette Harbech Olesen, Forlag: High on Life, Format: Indbundet, Type: Bog, ISBN: 9788799266739)

FEDT FOR LIFE

[Læs mere ...](#)