

## Hormonel harmoni PDF

Caroline Fibæk



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



**DOWNLOAD PDF**

Forfatter: Caroline Fibæk  
ISBN-10: 9788771596120  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 4076 KB

## BESKRIVELSE

At være udmattet er en følelse, mange kvinder kender til. Når du mangler energi, kan det både mærkes og ses på din krop. I årevis kan man gå rundt med stress, humørsvingninger, menstruationssmerter, hedeture, fertilitets- og -vægtproblemer. Årsagen kan være, at du simpelthen har kaos i hormonerne. Men det er ikke noget, du bare skal finde dig i, du har nemlig mere magt over dine hormoner, end du måske går og tror. I *Hormonel harmoni* hjælper Caroline Fibæk og Stine FÜRST dig til at få dine hormoner under kontrol og viser dig vejen til en hverdag med mere energi og overskud. Bogen er en let introduktion til hormonernes verden, der indeholder ”hormontests”, som hjælper dig med at finde ud af, hvor din ubalance ligger. *Hormonel harmoni* guider dig til hormonal balance og giver dig opskrifter på lækker, sund og hormonvenlig mad. Dine hormoner skal på kur, for når dine hormonniveauer er i harmoni – og hverken for høje eller for lave – så har du det fantastisk!

## **HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde Hormonel harmoni og en masse andre bøger til en god pris.

Hormonel harmoni guider dig til hormonal balance og giver dig opskrifter på lækker, sund og hormonvenlig mad. Dine hormoner skal på kur, ...

Forfatter: Caroline Fibæk, Titel: Hormonel harmoni, Pris: 208,95 kr., Kategori: Bøger, Format: Hæftet

## HORMONEL HARMONI

[Læs mere ...](#)