

## Fra syg til rask PDF

Umahro Cadogan



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



Forfatter: Umahro Cadogan

ISBN-10: 9788797013304

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2071 KB

## BESKRIVELSE

FRA SYG TIL RASK er bogen til dig, der er syg, har helbredsproblemer eller symptomer, og som gerne vil være rask igen eller have det bedre. Bogen indeholder: Inspiration og motivation til at komme i gang Forklaringen på, hvorfor sygdom og helbredsproblemer aldrig er din egen skyld, men at der næsten altid er noget, du selv kan gøre Viden om, hvordan du bruger kost, ernæring, motion, bevægelse, søvnoptimering, afstresning og Functional Medicine til at blive rask igen eller få det bedre Programmet, hvor du trin for trin forstår dig selv, din sygdom og de bagvedliggende mekanismer, så du kan lægge den rette plan for at blive rask igen eller få det bedre Motivation og inspiration hvis du går i stå i processen Et helt online-univers med materiale fra bogen og meget mere: spørgeskemaer, handouts, diagrammer, gra k, videoer, opskrifter, viden og yderligere inspiration Bogen er også til dig, der er pårørende til en, der er syg, og til behandlere, der gerne vil vide endnu mere om, hvordan de kan hjælpe deres patienter.

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

Få adgang til det online univers om at gå fra syg til rask der er tilknyttet bogen. Pris: 299kr + forsendelse. Køb den nu ...

Din guide til at blive rask igen eller få det bedre med kost, motion, bevægelse, søvn, afstressning, livsstilsændringer og Functional Medicine

Køb 'Fra syg til rask' bog nu. FRA SYG TIL RASK er bogen til dig, der er syg, har helbredsproblemer eller symptomer, og som gerne vil være rask igen ...

## FRA SYG TIL RASK

[Læs mere ...](#)