

Tags: Hälsosam livsstil : och det goda i livet bok pdf svenska; Hälsosam livsstil : och det goda i livet las online bok; Hälsosam livsstil : och det goda i livet MOBI download; Hälsosam livsstil : och det goda i livet epub books download; Hälsosam livsstil : och det goda i livet e-bok apple; Hälsosam livsstil : och det goda i livet ladda ner pdf e-bok

Hälsosam livsstil : och det goda i livet PDF E-BOK

Bo Hagström,Mai-Lis Hellenius



Författare: Bo Hagström,Mai-Lis Hellenius

ISBN-10: 9789153433774

Språk: Svenska

Filstorlek: 1469 KB

BESKRIVNING

I dag vet forskarna att rörelse och mat från Medelhavet gör oss yngre och friskare. Mai-Lis Hellénus berättar varför. Det är aldrig för sent att göra något åt sina (o)vanor och det behöver inte vara krångligt. Små förändringar kan betyda mycket. Mai-Lis Hellénus förmedlar glädjen i rörelsen, kärleken till maten och måltiden, det vilsamma och livgivande i såväl naturen som sömnen. Intressan

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Hej och välkommen till Hälsa som Livsstil! | Hälsa som livsstil

Du kan ta små steg mot goda vanor och en mer hälsosam livsstil. Läs om mat, ... Ta första steget till ett friare liv! ... ska jag kolla upp det?

Härligt hälsosam : ät medvetet med syra/bas-kontroll - Natasha Corrett ...

Medan vi mumsar berättar Mai-Lis om sina erfarenheter och kunskaper, vilket nu senast resulterat i boken "Hälsosam livsstil och det goda livet".

Hälsosam livsstil : och det goda i livet | Snaplit

Köp 'Hälsosam livsstil : och det goda i livet' bok nu. HÄLSOSAM LIVSSTIL : OCH DET GODA LIVET av Mai-Lis Hellenius innehåller 26 läckra ...

HÄLSOSAM LIVSSTIL : OCH DET GODA I LIVET

LÄS MER