

Tags: Hjärtsmart: Att Förebygga Hjärt & Kärlsjukdom las online bok; Hjärtsmart: Att Förebygga Hjärt & Kärlsjukdom e-bok apple; Hjärtsmart: Att Förebygga Hjärt & Kärlsjukdom MOBI download; Hjärtsmart: Att Förebygga Hjärt & Kärlsjukdom ladda ner pdf e-bok; Hjärtsmart: Att Förebygga Hjärt & Kärlsjukdom epub books download; Hjärtsmart: Att Förebygga Hjärt & Kärlsjukdom bok pdf svenska

Hjärtsmart: Att Förebygga Hjärt & Kärlsjukdom PDF E-BOK

Henrik Beyer



HENRIK BEYER

Författare: Henrik Beyer
ISBN-10: 9789174635393
Språk: Svenska
Filstorlek: 2334 KB

BESKRIVNING

Vi kan förebygga minst 80 procent av alla hjärt-kärlsjukdomar och våra levnadsvanor är avgörande. Levnadsvanor som förebygger hjärt-kärlsjukdom har visat enastående resultat och hälsovetare Henrik Beyer presenterar konkreta livsstilsråd för vardagen. Genom att följa dessa vetenskapligt baserade råd kan man öka möjligheten att skydda sig från att drabbas av hjärt-kärlsjukdom. Hjärtsmart stöttar läsaren till ett hälsosamt liv i vardagen genom en 'Hjärtsmart Vecka' samt en 'Hjärtsmart Matdagbok' samt en handlingsplan för långsiktig livsstilsförändring. "Det är viktigt att presentera vetenskapligt baserad hälsoinformation på ett begripligt och konkret sätt som stöttar individen", säger Henrik. "Henrik Beyer är utbildad hälsovetare och har en magisterexamen samt har genomfört forskningsstudier inom livsstilsfrågor och hälsa. Han har arbetat ett flertal år som utredare på Statens Folkhälsoinstitut samt arbetat för WHO och Healthy Cities Project m.m.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Lagrad vitlök kan förebygga hjärt-kärlsjukdom | Kurera.se

SBU visar att det idag finns mycket kunskap som baseras på god forskning och som kan användas för att förebygga hjärt-kärlsjukdom kopplat till arbetet.

Hjärtsmart: Att förebygga hjärt & kärlsjukdom ... - amazon.co.uk

Hjärtsmart: Att förebygga hjärt & kärlsjukdom (Swedish Edition) eBook: Henrik Beyer: Amazon.de: Kindle-Shop

Bra kost - Hjärt-Lungfonden

Pris: 129 kr. E-bok, 2015. Laddas ned direkt. Köp Hjärtsmart: Att förebygga hjärt & kärlsjukdom av Henrik Beyer på Bokus.com.

HJÄRTSMART: ATT FÖREBYGGA HJÄRT & KÄRLSJUKDOM

LÄS MER