

## Gezond leven is kinderspel PDF

Sonja Kimpen



*Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.*



**DOWNLOAD PDF**

Schrijver: Sonja Kimpen  
ISBN-10: 9789002240430  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 3242 KB

## OMSCHRIJVING

Sonja Kimpen schrijft een boek samen met haar twee zonen! Gezond leven is kinderspel. Dé trukendoos voor ouders Niels en Arne, de twee zonen van Sonja Kimpen, kregen tijdens hun jeugd (en nu nog) vaak vragen als: Is het niet vreselijk om een gezondheidsfreak als mama te hebben?, Krijgen jullie nooit snoep?, Was er nooit frisdrank in huis, of taart en ijs? Moesten jullie altijd sporten? Mocht je ooit in de zetel zitten niks? Drinken jullie alleen maar water thuis? Wat als er vrienden komen? Niels (sportieveling) en Arne (levensgenieter) waren Sonja's eerste proefkonijnen. Op hen testte ze haar 10 principes voor een gezonde levensstijl uit. Met succes, al was het niet altijd even makkelijk. Haar zonen prikkelden haar om elke dag nieuwe dingen te bedenken, aangepast aan hun leeftijd. Sonja heeft alles uitgetest: van slinkse trucs, over leugentjes om bestwil, spelletjes, confrontaties, verhaaltjes en (te) lange uiteenzettingen. Dit alles met maar één intentie: de ontwikkeling van hun gezonde verstand te stimuleren. Met hun frisse no-nonsensekijk bewijzen Niels en Arne dat gezond leven geen dagtaak is en geen negatieve invloed heeft op hun persoonlijke en sociale leven. Ze stofferen hun verhaal met grappige anekdotes, handige tips en vele ideeën om spelenderwijs en op elke leeftijd goed voor je lichaam te zorgen. Niels De Jonck (1988) is voetballer in hart en nieren, en speelde o.a. bij Atlético Madrid. Momenteel zit hij in zijn laatste jaar Bachelor in de Verenigde Staten, waarvoor hij een volledige beurs gekregen heeft. Arne De Jonck (1991) volgde de middelbare opleiding Lichamelijke Opvoeding en Sport. Het belangrijkste in het leven vindt hij om elke dag zoveel mogelijk te genieten. Sonja Kimpen is al jarenlang de autoriteit in Vlaanderen als het gaat over het overbrengen van een gezonde levensstijl naar alle lagen van de bevolking. Haar bestsellers staan steeds wekenlang in de top 10-lijsten. Coole trucs en verrassende tips van twee hippe jongens om je kinderen gezond te laten eten, zonder geruzie aan tafel Hét handboek om je kinderen spelenderwijs een gezonde levensstijl aan te leren.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Titel: Gezond leven is kinderspel ISBN: 9789002240430 Auteur: Sonja Kimpen Jaar uitgave: 2011 Blz.: 308 Gewicht: 840 gram. Staat: zeer goed...

Gezond leven: het klinkt als iets dat een pak tijd en moeite kost. Terwijl je helemaal geen uren in de keuken of de sportschool hoeft te staan. Met enkele kleine ...

Fnac: Coach Jezelf Gelukkig, GEZOND LEVEN IS KINDERSPEL, Kimpen Sonja". Levering bij je thuis of in de winkel en -5% korting op alle boeken. Koop nieuw of tweedehands .

## **GEZOND LEVEN IS KINDERSPEL**

[Lees verder...](#)