

Het voedsellabyrint PDF

Jaap Seidell

JAAP SEIDELL | JUTKA HALBERSTADT



Het voedsellabyrint



EEN WEG UIT HET DOOLHOF VAN EETADVIEZEN EN -TRENDS



atlas contact

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: Jaap Seidell
ISBN-10: 9789045027159
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 1592 KB

OMSCHRIJVING

Er is te veel tegenstrijdige informatie over gezond worden en blijven. Uit onderzoek naar waarom mensen zien en/of dik worden blijkt dat chronische stress, een ongezond voedselaanbod, gebrek aan kennis en vaardigheden en armoede belangrijke oorzaken zijn van ongezond eetgedrag, maar een samenhangende visie op een oplossing ontbreekt. Jaap Seidell en Jutka Halberstadt bieden in Het voedsellabyrint een nieuwe kijk op de manieren waarop voedsel ons en onze samenleving gezonder kan maken. Eetadvies alleen geeft onvoldoende houvast voor een gezondere levensstijl. De auteurs geven inzicht in de oorzaken van ons (eet)gedrag, maar ook praktische aanbevelingen om onze gewoontes te veranderen zodat we gezonder en duurzamer kunnen eten. 'Je kunt beter dit boek twee keer lezen, dan twintig verschillende dieetboeken. Maar ook voor mensen die vinden dat ze heel gezond eten, biedt Het voedsellabyrint een nuttig inzicht in de rol van voedsel in onze maatschappij en de keuzes die we dagelijks (denken te) maken.' Joël Broekaert, culinair journalist 'Het voedsellabyrint maakt duidelijk dat ongezond eetgedrag niet één, maar vele en totaal verschillende oorzaken heeft. Van ongezond naar gezond kom je niet met wonderpillen of dito diëten; de meesten van ons kunnen het alleen als de hele omgeving meewerkt. Tegelijkertijd staat het boek vol simpele praktische tips waar je morgen zo mee kunt beginnen om je leven in kleine en misschien onverwachte stapjes te veranderen.' - Dick Veerman, hoofdredacteur Foodlog 'In een tijd van voedselverwarring en dieetgoeroes is een boek als Het voedsellabyrint een verademing.' - Samuel Levie, oprichter Youth Food Movement

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Deze week kwam het nieuwe boek van Jaap Seidell en Jutka Halberstadt uit. Na het succes van het Voedsellabyrint komen de onderzoekers van de VU in...

Het voedsellabyrint: Jaap Seidell en Jutka Halberstadt bieden in Het voedsellabyrint een nieuwe kijk op de manieren waarop voedsel ons en onze samenleving ge...

Het voedsellabyrint | ISBN 9789045027159 direct en eenvoudig te bestellen bij Boekhandel De Slegte. Uniek aanbod (tweedehands) boeken.

HET VOEDSELLABYRINT

[Lees verder...](#)