

Czas na zdrowie w Trójce!

Nowy Rok przynosi ze sobą zazwyczaj nadzieje, oczekiwania i... postanowienia noworoczne. Po okresie świątecznych przysmaków i słodkości przyszedł czas na wdrożenie zdrowych nawyków. Przygotowaliśmy więc wybór książek, aby pomóc i ułatwić realizację dietetycznych postanowień.

Dla czytelników pragnących odzyskać lekkość takie dzieła jak „Jedz i chudnij z dietą SIRT” czy „Dieta ketogeniczna”

Dla pragnących upiększenia na trwający karnawał „Dieta dla urody” lub „Zielone koktajle”

Dla tych, którzy chcą odzyskać równowagę w organizmie „Dieta odkwaszająca” lub „Zdrowie zaczyna się na talerzu”

Dla zmagających się z chronicznymi dolegliwościami „Dieta przeciwmigrenowa” i wiele, wiele innych...