



Grün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Grün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller

Joachim Mutter

Grün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller Joachim Mutter

 [Download Grün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem ...pdf](#)

 [Online lesen Grün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihre ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Grün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller Joachim Mutter

176 Seiten

Kurzbeschreibung

Schluss mit den Ernährungsmythen: Die besten Gesundheitsmacher auf Ihrem Teller sind grün, wild, roh und chlorophyllreich. Das brauchen Sie nicht zu glauben – probieren Sie es einfach aus! Dr. Mutter zeigt Ihnen hier, wie Sie mehr von diesen gesunden Nahrungsmitteln in Ihre Ernährung integrieren. Das macht nicht nur fit, die Vitalstoffpower hilft auch, sich von Krankheiten rasch zu erholen, und bringt bei chronischen Erkrankungen oft die entscheidende Wende.

Gesundheit geht durch den Magen! Die wichtigste Quelle für Gesundheit und Vitalität haben wir selbst in der Hand – unsere Ernährung. Jeder kann sich „gesund essen“ – mit diesem Motto macht der Autor auch den vielen chronisch Kranken Mut. Dr. Mutter hat sich selbst mit dieser Nahrungsumstellung von einer schweren Erkrankung geheilt und so am eigenen Leib erfahren, wie wir uns wirklich fit und gesund essen können: mit einer rohkostbetonten, chlorophyll- und vitalstoffreichen Ernährung. Sein Buch bietet:

- Informationen über die wichtigsten Krank- und Gesundheitsmacher in der Ernährung
- Konkrete gesunde Ernährungsempfehlungen
- Unterstützung beim Umstellen der Ernährung
- Praktische Tipps und einfache Grundrezepte für den Alltag
- Selbsthilfe bei (chronischen) Krankheiten

Mit seinem Plädoyer für mehr Chlorophyll auf dem Teller liefert Dr. Mutter überraschende neue Impulse für Gesunde und Kranke, für Ärzte und Heilpraktiker, für Ernährungsberater und Sportler, ja, für alle, die voller Energie und Vitalität sein wollen und ihre Gesundheit selbst in die Hand nehmen möchten.

Extra:

- Die Rangliste der heilkräftigsten Nahrungsmittel
- Die 14 gesündesten Wildpflanzen Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. med. Joachim Mutter (Jahrg. 1967) arbeitete von 2000 bis 2008 an der Uniklinik Freiburg und absolvierte dort die Ausbildung zum Facharzt für Hygiene u. Umweltmedizin. Zusatzausbildungen in Naturheilverfahren und Akupunktur. Seit 2009 führt er eine eigene Praxis für Integrative Medizin in einer Tagesklinik in Konstanz. Er absolvierte weitere Ausbildungen, u.a. in Mikronährstofftherapie bei Krebs, Ernährungsmedizin sowie in Regulationsdiagnostik nach Dr. Klinghardt. Der Schwerpunkt seiner Tätigkeit liegt auf der Verbesserung der Leistungsfähigkeit nicht nur von Kranken, sondern auch von Gesunden und Sportlern. Der Autor von "Gesund statt chronisch krank" und "Amalgam – Risiko für die Menschheit" ist ein gefragter Referent mit Vortrags- und Seminartätigkeit im In- und Ausland. Er ist Gutachter für wissenschaftliche Zeitschriften und durch Interviews in Zeitschriften, Radio und Fernsehen bekannt.

Download and Read Online Grün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller Joachim Mutter
#OYU3ET1R20Q

Lesen Sie Grün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller von Joachim Mutter für online
ebookGrün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller von Joachim Mutter Kostenlose PDF
d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher,
Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek,
greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Grün essen!: Die
Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller von Joachim Mutter Bücher online zu lesen.Online Grün essen!: Die
Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller von Joachim Mutter ebook PDF herunterladenGrün essen!: Die
Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller von Joachim Mutter DocGrün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf
Ihrem Teller von Joachim Mutter MobipocketGrün essen!: Die Gesundheitsrevolution auf Ihrem Teller von
Joachim Mutter EPub