

Kunsten at ændre vaner



Sprog:	Dansk
Kategori:	Sundhed
ISBN:	9788790009144
Udgivet:	1. februar 2006
Forfatter:	John Buhl
Forlag:	Nomedica

[Kunsten at ændre vaner.pdf](#)

[Kunsten at ændre vaner.epub](#)

Det kan sagtens lade sig gøre, at lave dejlig familiemad uden mælk. Som mange ved, indholde avocadoer masser af gode næringsstoffer for både krop og hjerne. Hos mig får du professionel vejledning i effektivt vægttab, kostoplægning og kunsten, at holde vægten. Den rigtige kost er af stor betydning for din sundhed. REDMINKROP har over 11 års erfaring med træning på arbejdspladsen. Og om at kende de varer, der kan erstatte mælk og hjælpe dig i hverdagen. Med kognitiv metode retter man fokus på de tankemønstre klienten har og hvilke vaner der opstår som følge. Dit helbred og velvære hænger sammen med det du spiser og drikker. Med kognitiv metode retter man fokus på de tankemønstre klienten har og hvilke vaner der opstår som følge. Jeg har ti års erfaring som klinisk diætist. Vejen til et varigt vægttab begynder her. Er der en anden løsning. Er de såkaldte lykkepiller (eller andre ant-depressive midler) en god løsning på depressioner og angst. Vi får altid tingene til at lykkes og forankres hos jer. Hypnose giver dig muligheden for at udnytte og få adgang til et ubegrænset felt – nemlig din underbevidsthed og redigere og ændre i dette felt. Jeg har ti års erfaring som klinisk diætist. Blodtrykket reguleres af kroppen efter behov. Den rigtige kost er af stor betydning for din sundhed. Er de såkaldte lykkepiller (eller andre ant-depressive midler) en god løsning på depressioner og angst. Og om at kende de varer, der kan erstatte mælk og hjælpe dig i hverdagen.