



<https://lovebooks.com.pl>
888132567
pwh.lovebooks@o2.pl



Życ dobrze z alergią. Karolina i Maciej Szaciłło

Czas wysyłki: 2 dni robocze

Cena

~~49,90 PLN~~

18,99 PLN

Opis produktu

Dobre życie z alergią? Przekonaj się, że to możliwe.

Czym jest alergia? Najprościej tłumaczy ją sama nazwa. Słowo alergia powstało z połączenia dwóch greckich wyrazów: allos inny i ergon reakcja. Alergia to po prostu nieprawidłowa reakcja organizmu na niegroźny zazwyczaj czynnik.

Skala występowania chorób alergicznych zwiększa się z każdym rokiem. Obecnie z powodu chorób alergicznych cierpi niemal połowa Polaków. Czy przyczyną jest wszechobecny stres? A może zanieczyszczenie środowiska lub pełna chemicznych dodatków żywność?

Podobnie jak przy wielu innych schorzeniach, także w przypadku alergii z pomocą może przyjść odpowiednia dieta oraz uporządkowanie emocji. Jak bowiem wiadomo wszystko zaczyna się w głowie.

W książce Życ dobrze z alergią Karolina i Maciej Szaciłło, opierając się na założeniach ajurwedy, najstarszej nauki o zdrowiu, krok po kroku pomogą ci znaleźć sposób odżywiania dobrany do twoich potrzeb.

Prócz tego w książce znajdziesz wskazówki, jak dzięki mocy ziół i przypraw, zabiegów olejowych oraz prostych technik oddechowych i relaksacyjnych możesz poczuć się lepiej. A wszystko to, by życie z alergią stało się dobre. Bo to naprawdę możliwe!

EAN: 9788381880084

oprawa: oprawa: broszurowa

format: 17x24 cm

liczba stron: 256