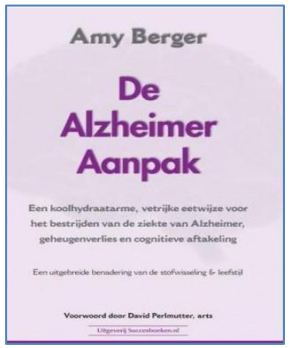
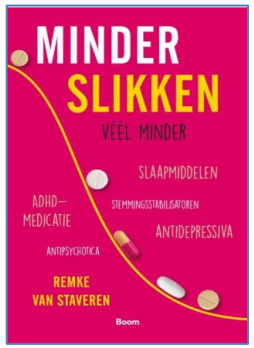
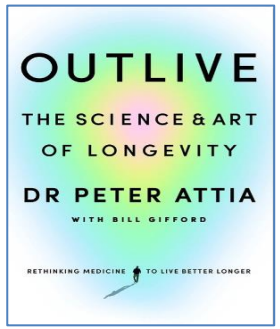
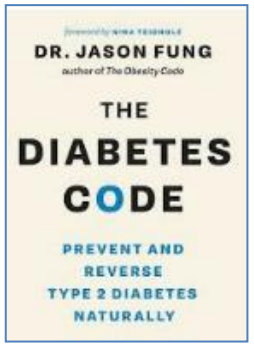
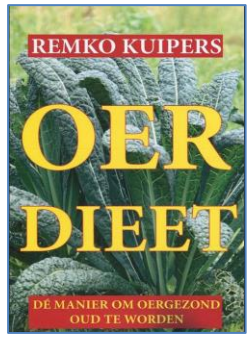

Amy Berger
De Alzheimer Aanpak
Een koolhydraatarme, vetrijke eetwijze voor het bestrijden van de ziekte van Alzheimer, geheugenverlies en cognitieve aftakeling
Een uitgebreide benadering van de stofwisseling & leefstijl
Voorwoord door David Perlmutter, arts

Rudi Westendorp & David van Bodegom
OUD WORDEN IN DE PRAKTIJK
Laat de omgeving het werk doen

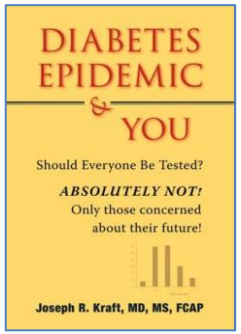

MINDER SLIKKEN
VEEL MINDER
SLAAPMIDDELEN
STEMMINGSSTABILISATOREN
ADHD-MEDICATIE
ANTIDEPRESSIVA
ANTIPSYCHOTICA
REMKE VAN STAVEREN
Boom


OUTLIVE
THE SCIENCE & ART OF LONGEVITY
DR PETER ATTIA
WITH BILL GIFFORD
RETHINKING MEDICINE TO LIVE BETTER LONGER

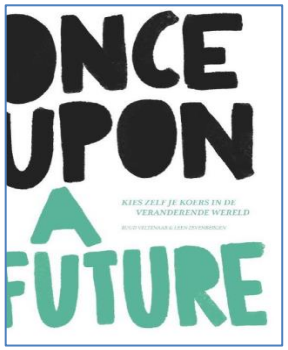

DR. JASON FUNG
author of The Obesity Code
THE DIABETES CODE
PREVENT AND REVERSE TYPE 2 DIABETES NATURALLY


REMKO KUIPERS
OER DIEET
DE MANIER OM OERGEZOND OUD TE WORDEN

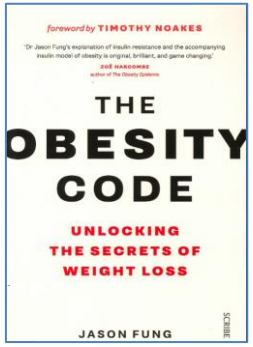
Mariëtte Boon & Liesbeth van Rossum
VET BELANGRIJK
Feiten en fabels over voeding, vetverbranding en verborgen dikmakers


DIABETES EPIDEMIC & YOU
Should Everyone Be Tested?
ABSOLUTELY NOT!
Only those concerned about their future!
Joseph R. Kraft, MD, MS, FCAP

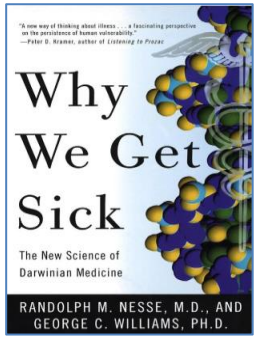
PAULINE DEKKER | WANDA DE KANTER
MET TEKENINGEN VAN MARNIX RUES
MOTIVEREN KUN JE LEREN
GIDSEN NAAR GEZOND GEDRAG. HET HANDBOEK
THOERIS

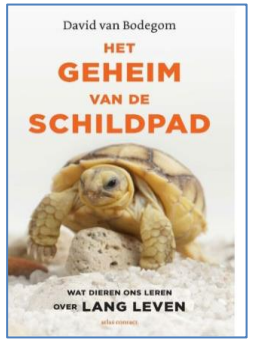

ONCE UPON A FUTURE
KIES ZELF JE KOERS IN DE VERANDERENDE WERELD

BRONNIE WARE
Als ik het leven over mocht doen
Een jonge vrouw op zoek naar de vijf belangrijkste levenslessen


foreword by TIMOTHY NOAKES
THE OBESITY CODE
UNLOCKING THE SECRETS OF WEIGHT LOSS
JASON FUNG

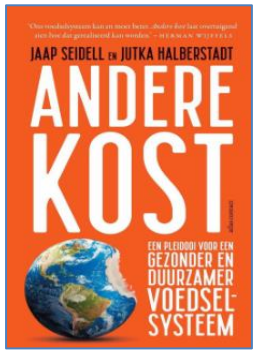
STUDEERDEN WIJ MEDICIJNEN OF GENEESKUNDE?
een nieuwe kijk op de aanpak van chronische aandoeningen
Lieneke van de Griendt

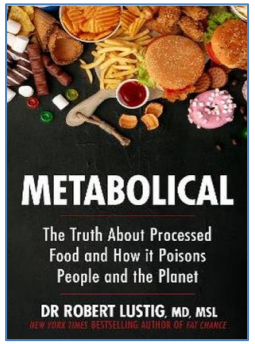

Why We Get Sick
The New Science of Darwinian Medicine
RANDOLPH M. NESSE, M.D., AND GEORGE C. WILLIAMS, PH.D.

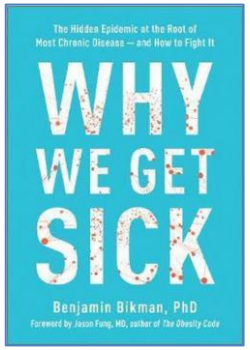

David van Bodegom
HET GEHEIM VAN DE SCHILDPAD
WAT DIEREN ONS LEREN OVER LANG LEVEN

Leefstijl op recept
Jacqui van Kemenade

JAAP SEIDELL | JUTKA HALBERSTADT
Het voedselLabyrint
EEN WEG UIT HET DOOLHOF VAN ETAADVIEZEN EN -TRENDS


JAAP SEIDELL EN JUTKA HALBERSTADT
ANDERE KOST
EEN PLEIDOOI VOOR EEN GEZONDER EN DUURZAMER VOEDSELSYSTEEM

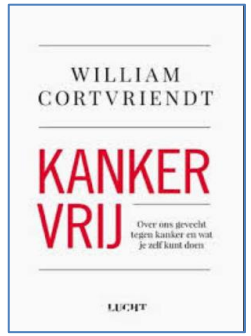

METABOLICAL
The Truth About Processed Food and How it Poisons People and the Planet
DR ROBERT LUSTIG, MD, MSL

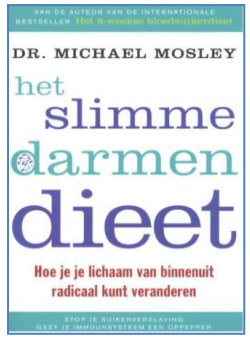

The Hidden Epidemic at the Root of Most Chronic Disease — and How to Fight It
WHY WE GET SICK
Benjamin Bikman, PhD
Foreword by Jason Fung, MD, author of The Obesity Code

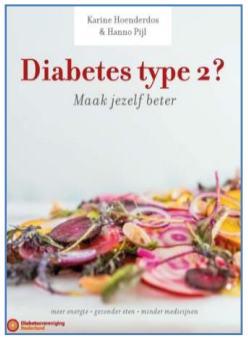
Yuval Noah Harari
Sapiens
Een kleine geschiedenis van de mensheid

Handboek leefstijlgeneeskunde
De basis voor iedere praktijk
Met praktijk-voorbeelden

AP DIJKSTERHUIS
Het slimme onbewuste
Denken met gevoel


WILLIAM CORTVRIENDT
KANKER VRIJ
Over ons gevecht tegen kanker en wat je zelf kunt doen
LUCHT


DR. MICHAEL MOSLEY
het slimme darmen dieet
Hoe je je lichaam van binnenuit radicaal kunt veranderen

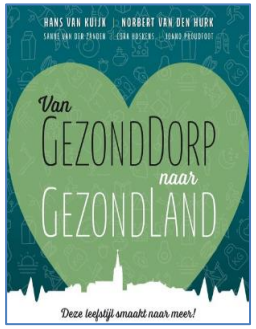

Karine Hoenderdos & Hanno Pijl
Diabetes type 2?
Maak jezelf beter

De cholesterol mythe
Een radicaal nieuwe visie op het ontstaan, voorkomen en omkeren van hart- en vaatziekten
Daan de Wit

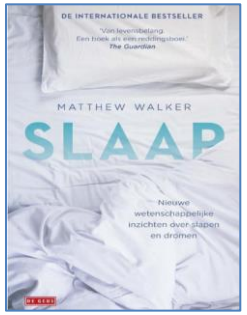
Kleine veranderingen, groot resultaat
Elementaire Gewoontes
Een makkelijke en bewezen manier om goede gewoontes te creëren en te breken met slechte gewoontes
James Clear

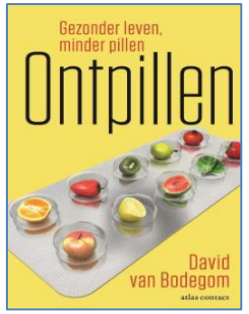
DAVID VAN BODEGOM & RUDI WESTENDORP
10 JAAR CADEAU
NIEUWE INZICHTEN OM LANGER GEZOND TE LEVEN

DE INTERNATIONALE BESTSELLER
HET GEHEIM VAN LANGER LEVEN
DAN BUETTNER
EEN ONTDEKKINGSREIS LANGS VIER BLAUWE GEBIEDEN IN DE WERELD WAAR DE MENSEN LANGER, GEZONDER EN VITALER LEVEN

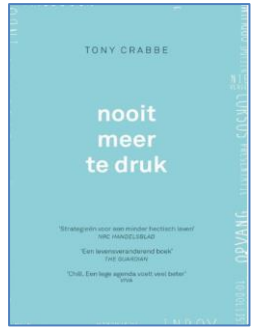

HANS VAN KUIJK | NORBERT VAN DEN HURK
Van GezondDorp naar GezondLand
Deze leefstijl smaakt naar meer!

Slapen als een oermens!
Wat de evolutie ons leert over een goede slaap
dr. Merijn van de Laar


DE INTERNATIONALE BESTSELLER
MATTHEW WALKER
SLAAP
Nieuwe wetenschappelijke inzichten over slapen en dromen


Gezonder leven, minder pillen
Ontpillen
David van Bodegom

REMKO KUIPERS
OER GEZOND
WORD EN BLIJF GEZOND MET DE OERLEEFSTIJL


TONY CRABBE
nooit meer te druk