



## **Was die Seele essen will: Die Mood Cure**



**Download**



**Online Lesen**

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

# Was die Seele essen will: Die Mood Cure

*Julia Ross*

## Was die Seele essen will: Die Mood Cure Julia Ross

Die Mood Cure

Broschiertes Buch

Viele Menschen leiden unter Ängsten, Stress, Essstörungen oder an Stimmungsproblemen bis hin zu Depressionen. Schon mit ausgewogener Ernährung und der gezielten Zufuhr von Nahrungsergänzungsmitteln können wir unsere seelische Gesundheit zurückgewinnen. Die Mood Cure [mu:d kjur] hilft Ihnen bei: - Stress - Reizbarkeit - geringem Selbstwert - AD(H)S - jahreszeitlich bedingter Niedergeschlagenheit - Verstimmungen bis hin zu Depressionen - Ängsten - PMS (prämenstruelles Syndrom) - hormoneller Unausgewogenheit - Schlafstörungen - Suchtproblemen - Essstörungen - Lebensmittelunverträglichkeiten - Schritt 1: Das Buch bewertet Ihr emotionales Profil mit einem vierteiligen Fragebogen. - Schritt 2: Sie erkennen das zugrunde liegende chemische Ungleichgewicht in Ihrem Körper. - Schritt 3: Sie erhalten einen zielgerichteten Plan für Nahrungsergänzungen, "Gute-Laune-Lebensmittel" und Gerichte, die Ihr Körper wirklich braucht. - Schritt 4: Das Buch bietet speziell ausgearbeitete Behandlungspläne bei hormoneller Unausgewogenheit, Lebensmittelunverträglichkeiten, Sucht und Schlafstörungen. Wichtiger Hinweis: Den Verlag erreichen in jüngerer Zeit Klagen, dass im Ausland, vor allem in den USA, bestellte Waren wie Nahrungsergänzungsmittel von den nationalen Zollbehörden zurückgehalten werden. Wir raten daher dazu, von derartigen Bestellungen abzusehen oder sich beim Anbieter direkt zu erkundigen, ob solche Bestellungen zu den genannten Problemen führen können. Eine Haftung des Verlages in solchen Fällen ist ausgeschlossen.

 [Download Was die Seele essen will: Die Mood Cure ...pdf](#)

 [Online lesen Was die Seele essen will: Die Mood Cure ...pdf](#)

## Downloaden und kostenlos lesen Was die Seele essen will: Die Mood Cure Julia Ross

---

432 Seiten

Pressestimmen

"...intellektuell und kulinarisch interessant. Und auf dem neuesten Stand der Wissenschaftsaufbereitung."  
Die Welt, 10.04.2010

"Wertvolles Wissen in einem umfangreichen Werk, das etwas Geduld beim Lesen erfordert."  
LEO, 08.04.2010

"Wohlfühlbotschaft: Essen gegen trübe Stimmung oder Übersensibilität - wer sich an die Tipps des anspruchsvollen Textes hält, wird mit einem gesünderen, aktiveren Leben belohnt. "  
Vital, 05/2010

"Dass Liebe durch den Magen geht, ist nur die halbe Wahrheit. Sie geht auch durchs Gehirn. Genauso wie Trauer, Freude, Stress und alle anderen Emotionen, die uns von Zeit zu Zeit heimsuchen. Wie wir uns fühlen, hängt zu einem Großteil davon ab, ob wir unser Gehirn ausreichend mit Nährstoffen versorgen. Fehlen regelmäßig wichtige Nährstoffe, so geht unsere Stimmung auf Dauer in den Keller."  
bewusster leben, 05/2010 Werbetext

Durch richtige Ernährung zum seelischen Gleichgewicht - in vier Schritten Kurzbeschreibung  
Viele Menschen leiden unter Ängsten, Stress, Essstörungen oder an Stimmungsproblemen bis hin zu Depressionen. Schon mit ausgewogener Ernährung und der gezielten Zufuhr von Nahrungsergänzungsmitteln können wir unsere seelische Gesundheit zurückgewinnen.

Die Mood Cure [mu:d kjur] hilft Ihnen bei:

- Stress
- Reizbarkeit
- geringem Selbstwert
- AD(H)S
- jahreszeitlich bedingter Niedergeschlagenheit
- Verstimmungen bis hin zu Depressionen
- Ängsten
- PMS (prämenstruelles Syndrom)
- hormoneller Unausgewogenheit
- Schlafstörungen
- Suchtproblemen
- Essstörungen
- Lebensmittelunverträglichkeiten

- Schritt 1: Das Buch bewertet Ihr emotionales Profil mit einem vierteiligen Fragebogen.
- Schritt 2: Sie erkennen das zugrunde liegende chemische Ungleichgewicht in Ihrem Körper.
- Schritt 3: Sie erhalten einen zielgerichteten Plan für Nahrungsergänzungen, »Gute-Laune-Lebensmittel« und Gerichte, die Ihr Körper wirklich braucht.
- Schritt 4: Das Buch bietet speziell ausgearbeitete Behandlungspläne bei hormoneller Unausgewogenheit, Lebensmittelunverträglichkeiten, Sucht und Schlafstörungen.

Wichtiger Hinweis:

Den Verlag erreichen in jüngerer Zeit Klagen, dass im Ausland, vor allem in den USA, bestellte Waren wie Nahrungsergänzungsmittel von den nationalen Zollbehörden zurückgehalten werden. Wir raten daher dazu,

von derartigen Bestellungen abzusehen oder sich beim Anbieter direkt zu erkundigen, ob solche Bestellungen zu den genannten Problemen führen können. Eine Haftung des Verlages in solchen Fällen ist ausgeschlossen.

Download and Read Online Was die Seele essen will: Die Mood Cure Julia Ross #RC4ATVEO9I6

Lesen Sie Was die Seele essen will: Die Mood Cure von Julia Ross für online ebook Was die Seele essen will: Die Mood Cure von Julia Ross 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 Was die Seele essen will: Die Mood Cure von Julia Ross Bücher online zu lesen. Online Was die Seele essen will: Die Mood Cure von Julia Ross ebook PDF herunterladen Was die Seele essen will: Die Mood Cure von Julia Ross Doc Was die Seele essen will: Die Mood Cure von Julia Ross Mobipocket Was die Seele essen will: Die Mood Cure von Julia Ross EPub