

الدواء منك وفيك!

الكتاب:

في هذا الكتاب الذي بيع منه 490 ألف نسخة في فرنسا فقط، يشرح لنا الدكتور فريدريك سالدمان، طبيب القلب الفرنسي والأخصائي المعروف في الصحة الغذائية، أن الدواء لكل أمراضنا كامنٌ فينا، ويكفي أن نفعله لنشفى من الأمراض أو حتى لنستيق حدوثها. المبدأ بسيط: «لا تتعامل مع صحتك بسلبية المتلقي وإنما بإيجابية المبادر»، يقول سالدمان، ساردًا نصائح وإرشادات هي بمثابة مفاتيح أساسية ليسيّط الإنسان على صحته، ويعزز كل مجالاتها: الطعام، الوزن، الحساسيات، النوم، حركة الأمعاء، الحياة الجنسية، الشيخوخة...

باتّباع نصائح الدكتور سالدمان، ستعالج سبب توّعكك مهما كان وليس نتائجك فحسب.

المؤلف:

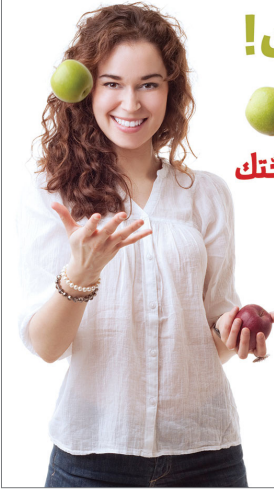
فريدريك سالدمان — طبيب قلب فرنسي متخصص في أساليب الوقاية من الأوبئة وفي الصحة الغذائية. أسّس عدّة شركات استشارية في مجال الصناعات الغذائية، وهو وجه إعلامي يظهر بشكل منتظم على الشاشات. لاقت كتبه نجاحًا باهرًا في فرنسا حيث حققت أعلى المبيعات.

من الصحافة الفرنسية:

«الدكتور سالدمان يذكرنا بما نعرفه جميعًا في الصميم. لكن من المُطمئن أن يصدر ذلك عن طبيب.»

فريدريك سالدمان

الدواء منك وفيك!



مصير صحتك بين يديك

490.000
نسخة مباعه
في فرنسا فقط

هاشيت أنطوان
A. صيف

الدكتور فريدريك سالدمان

النوع: صحّة

اللغة: عربيّة-مُترجم من الفرنسيّة

الغلاف: عاديّ

القياس: 21x14.5 سم

الوزن: 233.5 غ

عدد الصفحات: 208

ر.د.م.ك: 9786144380246

الطبعة / السنة: الأولى / 2015

490,000
نسخة مباعه في
فرنسا فقط