



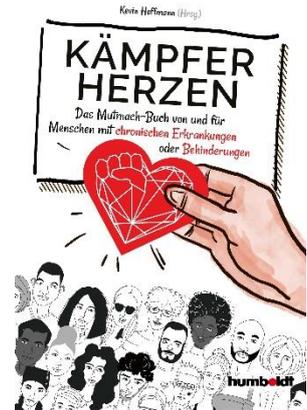
Gesundheit & Ernährung

Heute steht humboldt für Ratgeber mit hoher inhaltlicher Qualität und sehr praktischem Nutzen. Thematisch bewegen sich die Ratgeber rund um Gesundheit & Ernährung, Selbstcoaching, Liebe & Partnerschaft, Eltern & Kind sowie Fotografie. humboldt-Autorinnen und Autoren sind Experten auf ihrem jeweiligen Fachgebiet.

Von PD Dr. Clemens Heiser, Prof. Dr. med. Ulrich Sommer	Schlaf - Das Elixier des Lebens Wieder richtig gut schlafen für ein gesundes, langes und glückliches Leben. Was bei Schlafproblemen wirklich hilft	22,00€	978-3-8426-3166-3	27.02.2024
Von Dr. Cornelia Ott	Die Superkraft der Mikronährstoffe Dein Do-it-yourself-Programm für mehr Energie. Gegen Dauermüdigkeit und Erschöpfung	22,00€	978-3-8426-3172-4	27.02.2024
Von Dipl. Oec. Troph. Anne Iburg	Richtig essen und trinken nach der Adipositas-OP 60 einfache und nährstoffreiche Rezepte nach einer Magenverkleinerung. Mit vielen Erfahrungstipps rund ums Abnehmen	22,00€	978-3-8426-3178-6	27.02.2024
von Kevin Hoffmann	Kämpferherzen Das Mutmach-Buch von und für Menschen mit chronischen Erkrankungen oder Behinderungen	22,00€	978-3-8426-4274-4	27.02.2024
von Dr. Olivia Wartha Dr. Susanne Kobel	111 Healthy Habits Wie du mit kleinen Gewohnheiten dein Leben veränderst. Für mehr Energie, Gesundheit und Zufriedenheit	22,00€	978-3-8426-4271-3	27.02.2024
Von Sonja Unger	Mikrotrauma Wenn kleine seelische Verletzungen krank machen	22,00€	978-3-8426-4268-3	27.02.2024

6 Titel zum Gesamtpreis von 132,00€

./. 10 % Bibliotheksrabatt = 118,80€



6 Titel zum Gesamtpreis von 132,00€
./ 10 % Bibliotheksrabatt = **118,80€**