

על הספר: הסוד הקדמוני : לחיות כמו שהגוף שלך רוצה

מחברים: מחבר/ת: שלו, דעאל

סימן מדף: שלו

מספר מיון: 613.2

משפט אחריות: דעאל שלו : עורך ליעד לבנה ; איורים - יהונתן קינן

מדיה: ספרים

סוג: ספר עיון

ז'אנר: עיון - טכנולוגיה, רפואה, ניהול

קהל היעד: מבוגרים

עמודים: 320 ע'

גובה: 23 ס"מ

מוציא לאור: דביר

שנת הוצאה: 2014

מקום הוצאה: אור יהודה

מסת"ב: 1-771-552-965-978

מס. מרכז הספר: 14-0435

שפה: עברית

תאריך קטלוג: 26/05/2025

מילות מפתח: הרגלי אכילה, מתכונים, מוצרי טבע

הערות: ביבליוגרפיה: ע' 318-320.

תקציר:

בספר מפורט ונגיש מגלה לנו דעאל שלו את "הסוד הקדמוני": איך אימוץ דפוסי ההתנהגות, התזונה והתנועה של האדם הקדמון יכול לשנות את חיינו. "הסוד הקדמוני" מציג לראשונה לקהל הישראלי את תנועת ה"פֶּלִיאו", שכבשה את ארצות הברית, ומציע לנו לבחור באורח חיים עתיק ומוכח: לצאת לדרך נטולת תסכול ועשירה בבריאות, נטולת מיתוסים ועשירה בעובדות, נטולת "דיאט" ועשירה במזון טעים.