

BLIV YNGRE MED ALDEREN

ANTI-AGE LIVING by BETTINNA DELFS



Hør hvordan du kan støtte og forbedre helbred, energi og dit udseende

Vi har to aldre, vores kronologiske og vores biologiske. Din biologiske alder afhænger af dig selv. Det er muligt at blive 15 år yngre end din kronologiske alder, og så er det ikke engang besværligt.

90% af dine gener ligger i dine hænder. Derfor er det vigtigt, bevidst at vælge vaner og livsstil som støtter de sunde gener, og samtidig holder de aldersfremmende inaktive.

Forskning viser nemlig, at en inflammatorisk forurenet krop har langt større risiko for at blive syg, trætt og gammel før tid. Heldigvis er det let, både at teste kroppens pH-værdi og inflammationsniveau.

ANTI-AGE LIVING skaber det rette miljø i kroppen for at cellerne kan regenerere og opbygge på ny. Det er dét der gør at du vokser baglæns.

Jeg tager udgangspunkt i min bestseller ALKALINE LIVING - Anti-inflammatorisk livsstil "Træn - Spis - Elsk". Du vil få viden om de stærkeste Superfoods, kosttilskud og hudpleje, alt sammen evidensbaseret.

Jeg har læst denne bog, og kan varmt anbefale den til mennesker, som ønsker at leve et sundere og glattere liv. Kroppens pH-værdi er vigtig, når man vil forblive vital, men også når man ønsker at komme oven på efter sygdom. Når miljøet i din krop er svagt basisk, fungerer dine celler optimalt, og de vil forblive sundere og leve længere end celler i et surt miljø. Alle burde kende til ALKALINE LIVING – den basiske livsstil.

Dr. Claus Hancke, professor i og founder af Institut for Orthomolekylær Medicin i Lyngby, Danmark.

Udlandet efterspørger bogen, den er udkommet på engelsk, kinesisk samt indonesisk. Bettinna Delfs, forfatter og underviser, vil på en let og humoristisk måde formidle det sunde budskab.

Sunde hilsener
Bettinna Delfs



Bettinna Delfs

Creating Human Balance

Bettinna Delfs ApS - kontakt@alkalineliving.dk - www.alkalineliving.dk - T + 45 2625 5513