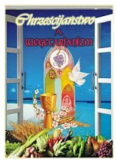
Ksiazki

Książki wegetariańskie i o zdrowiu -	



gratis	

Chrześcijaństwo a wegetarianizm

Bezpłatna broszura zawierającanajważniejsze informacje na temat diety bezmięsnej, a także związkuwegetarianizmu z chrześcijaństwem. Zosała ona równ

Niniejsza publikacja została opracowanaprzez Chrześcijańskie Towarzystwo Wegetariańskie (Christian VegetarianAssociation), międzynarodową grupę chr

Autorzy publikacji uważają, że skorodieta oparta na produktach roślinnych jest korzystna dla ludzi,zwierząt i środowiska naturalnego, to współczujący i miło

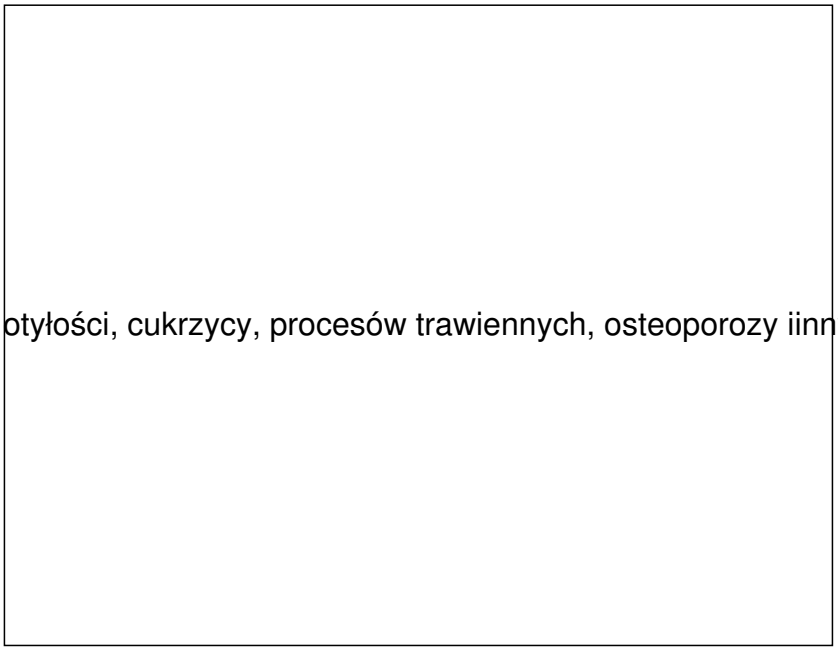
Nauki Jezusa sąprzesłaniem miłości [illegible] , gdziemi

Format A5, cena: pozycja bezpłatna



Świa	dome odżywianie.

- Agatha i Calvin Thrash



roblem otyłości, cukrzycy, procesów trawiennych, osteoporozy iinnych,ważnych zagadnień związanych ze zdrow

FormatB5, s. 200, cena 25,00 zł

Więcej o książce



Zdrowiej jesz -zdrowiejesz! -	700przepisów kuchni wegańskie

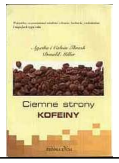
- Roman Rupowski



kacjata skierowana jest nie tylko do wegetarian czy ludzi zainteresowanychzdrowym style życia, ale również do c

FormatA5, s. 325, cena	- 25,00





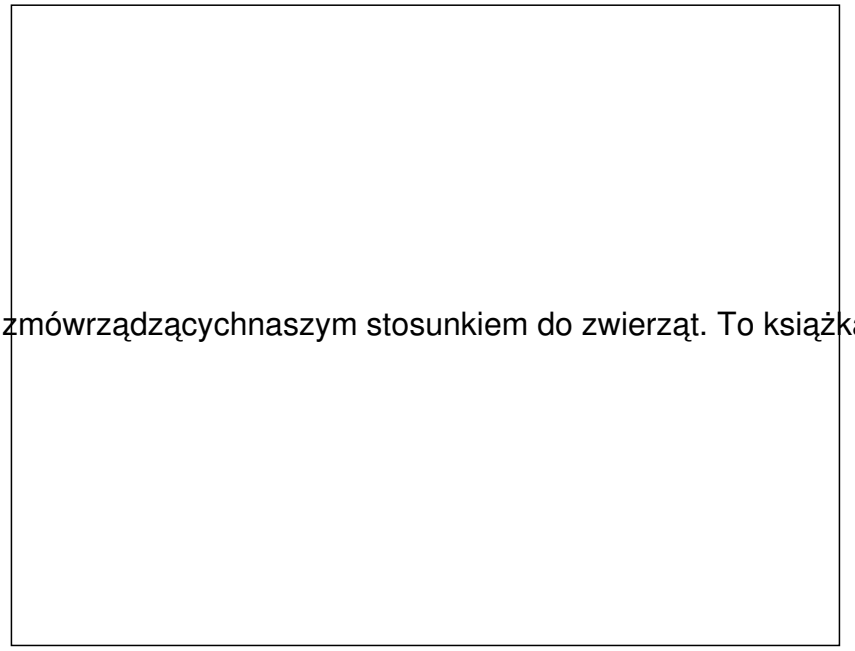
Ciemne strony kofeiny	Agata i Calvin Thrash, Donald Miller

Produkty kofeinowe tworzą grupę substancji, które mają podobny wpływ na	Profilaktyczne działanie kofeiny jest przedmiotem dyskusji. Jej spożycie

Format 140 x 200, s. 40	papier kredowy, opr.	miękka lakierowana
cena 6,00 zł		


WIECZNA TREBLINKA
CHARLES PATTERSON

WiecznaTreblinka - Charles Patterson



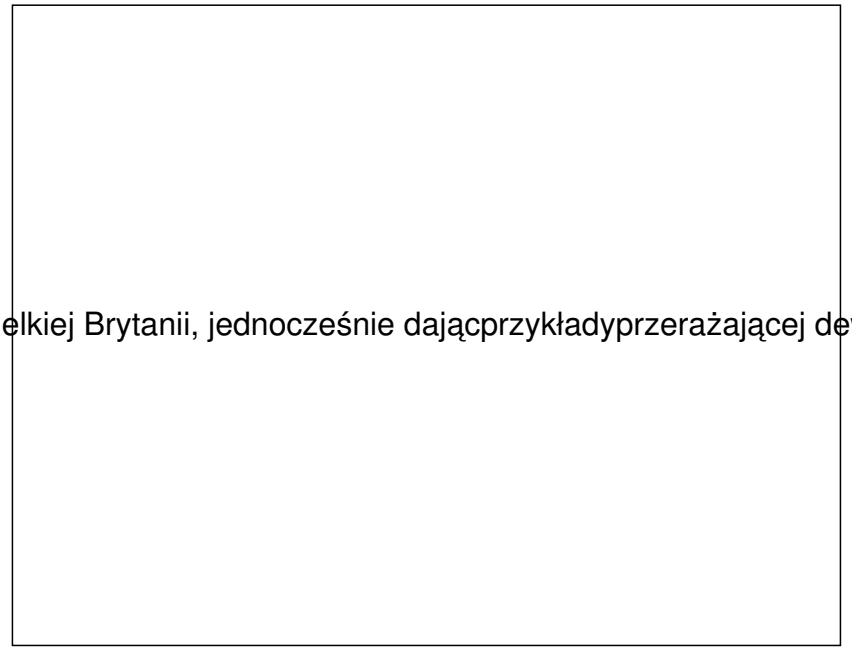
mechanizmówrządzącychnaszym stosunkiem do zwierząt. To książka uniwersalna, dla każdego, ktointeresuje się

Format A5, s.323, cena - 25 zł


SZALONY KOWBOJ
Historia amerykańskiego farmera, który przestał jeść mięso
HOWARD F.LYMAN
i
GLEN MERZER

Szalony kowboj

- Howard F. Lyman i GlenMerzer



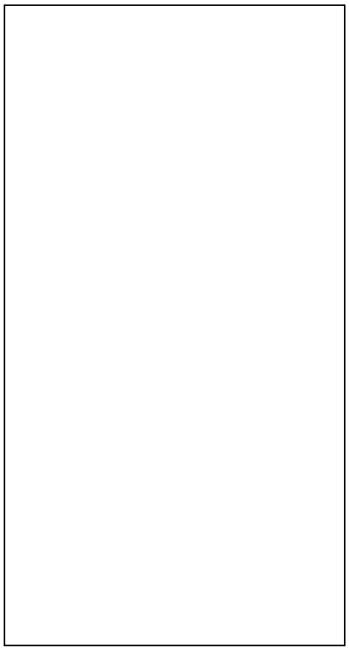
w" w Wielkiej Brytanii, jednocześnie dającprzykładyprzerażającej dewastacji naszego środowiska naturalnego. Ks

FormatA5, s. 246, cena	25,00 zł

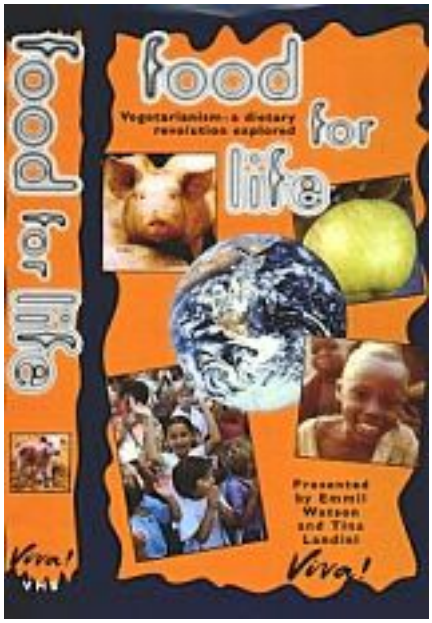

wolność dla
zwierząt
INGRID NEWKIRK

Wolność dla zwierząt	**- Ingrid Newkirk**

To jest prawdziwahistoria o początkach podziemnego ruchu uwalniającego zwierzęta w Stanach Zjednoczonych (	AnimalLiberation Front)	„Jednak ze względu na to, iż rząd federalny powziął zdecydowane kroki w celu wsadzenia za kratki wszystkich angażujących się w nielegalne uwalnianie zwierząt z rąk tych, którzy jelegalnie torturują, koniecznością stała się zmiana imionaktywistówALF, jak również niektórych szczeg



FormatA5, s. 376, cena	-27,00 zł


food for life
Vegetarianism - a dietary revelation explored
food for life
Presented by Emmit Watson and Tina Landini
Viva!
Viva!

Food for Life (	***Jedzeniedla życia***

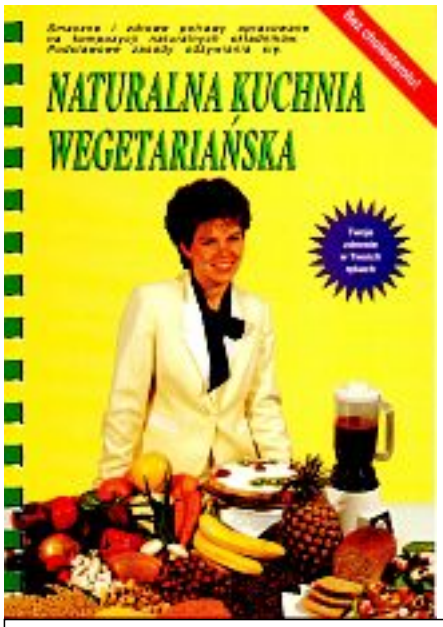


ą tuwszystkie argumenty świadczące o tym, że człowiek jest roślinożercą iże nie ma najmniejszych podstaw do tego, by obawiać się dietybezmięsnej. Pokazane zostały tu również obrazy z ferm drobiu, atakżeodkryto różnego rodzaju fakty dotyczące niehumanitarnychwarunkówhodowli zwierząt, a także ich uboju. Czas filmu 22 minuty.

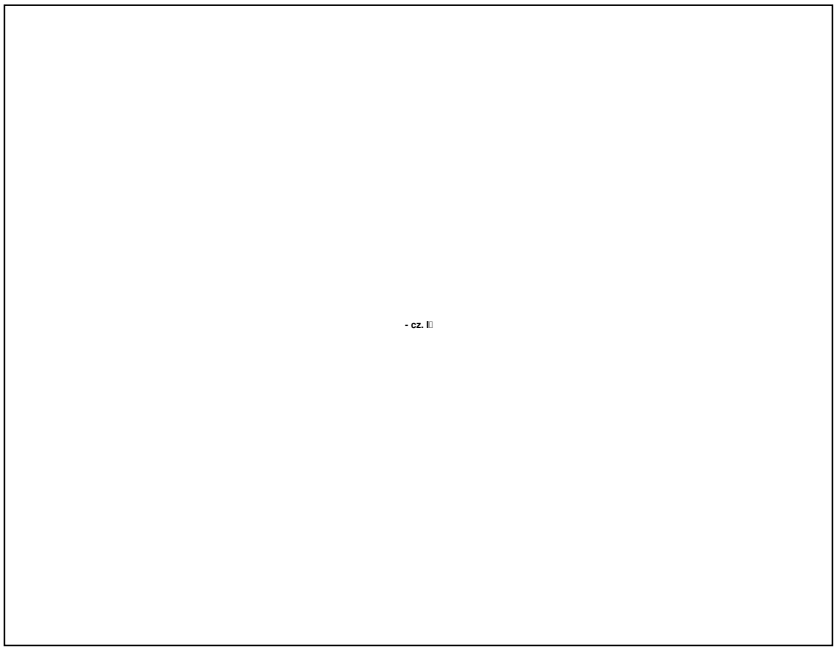


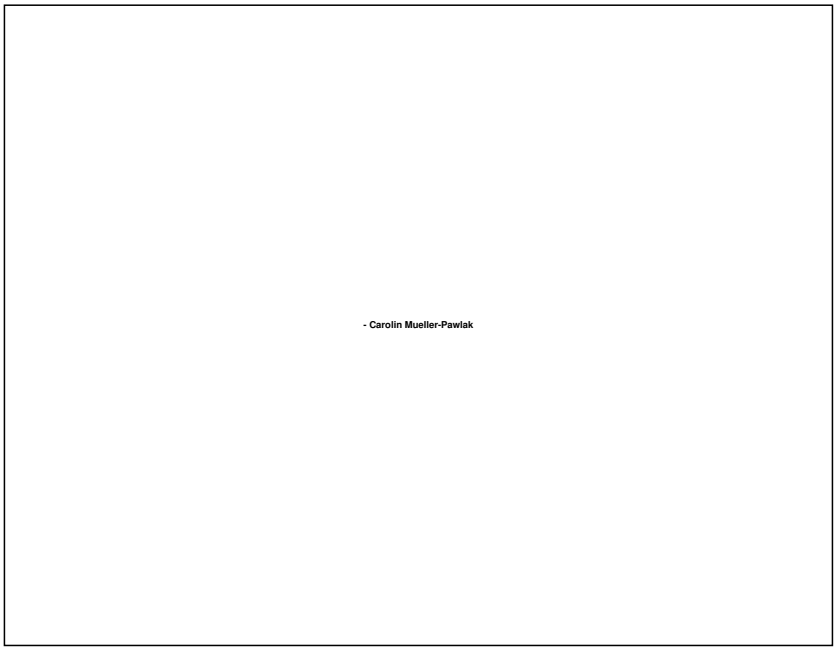
Na kasecieznajduje się również drugi film, pt. "Planeta Ziemia natalerzu". Tenfilm jest w oryginalnej wersji językowej (jęz. angielski), niemniej dokasety dołączony jest tekst tłumaczenia. Ten film trwa 20 minut.

Kaseta kosztuje	**27,00**



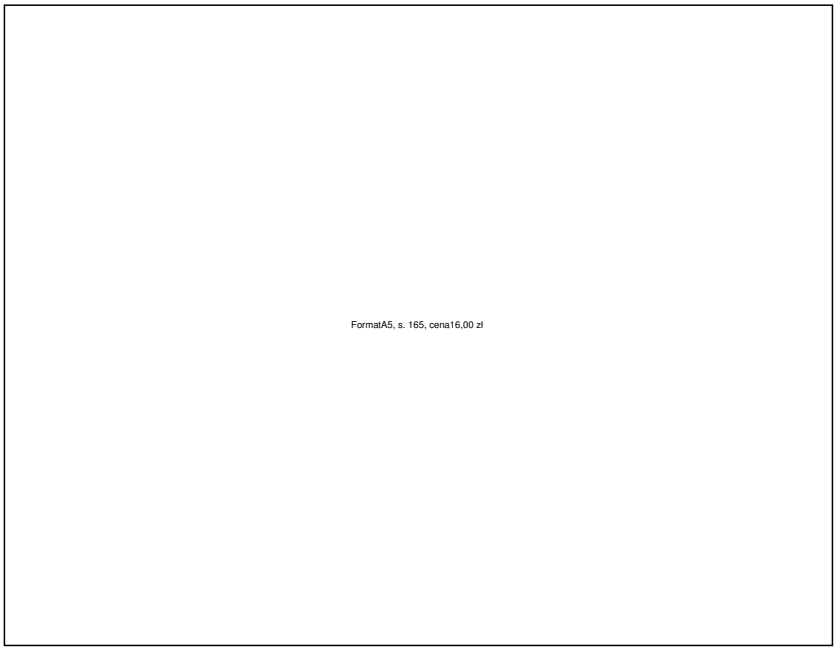
Naturalna kuchniawegetariańska

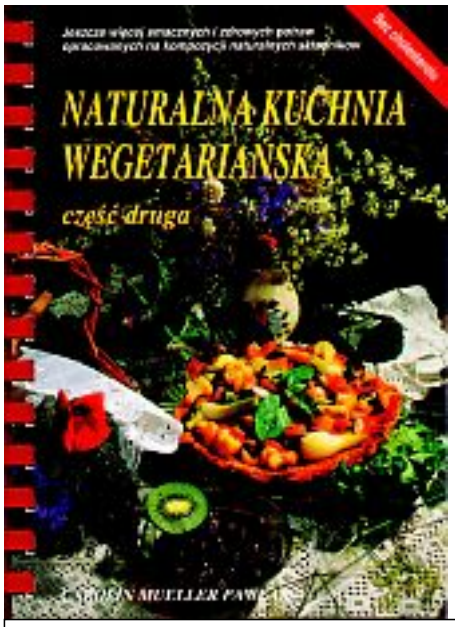

- cz.


- Carolin Mueller-Pawlak

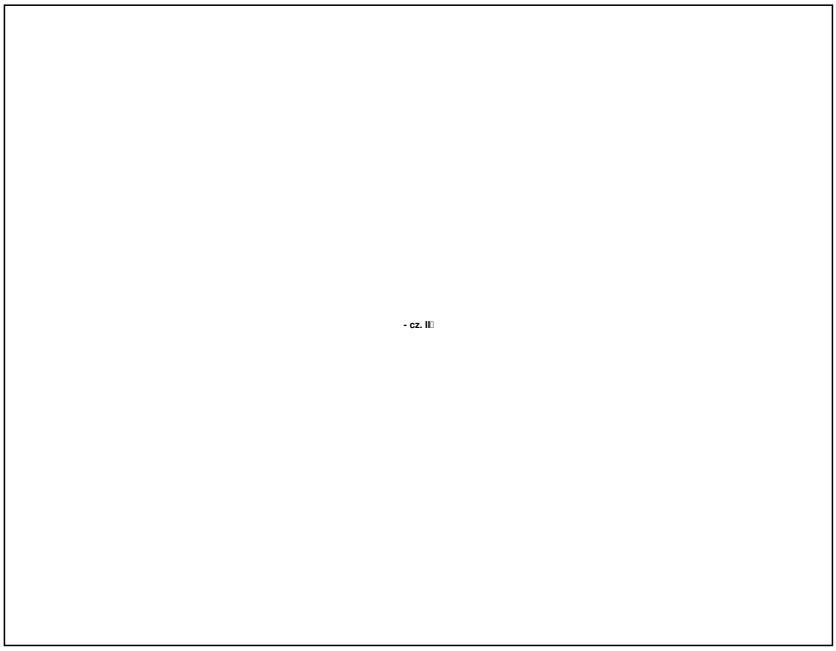


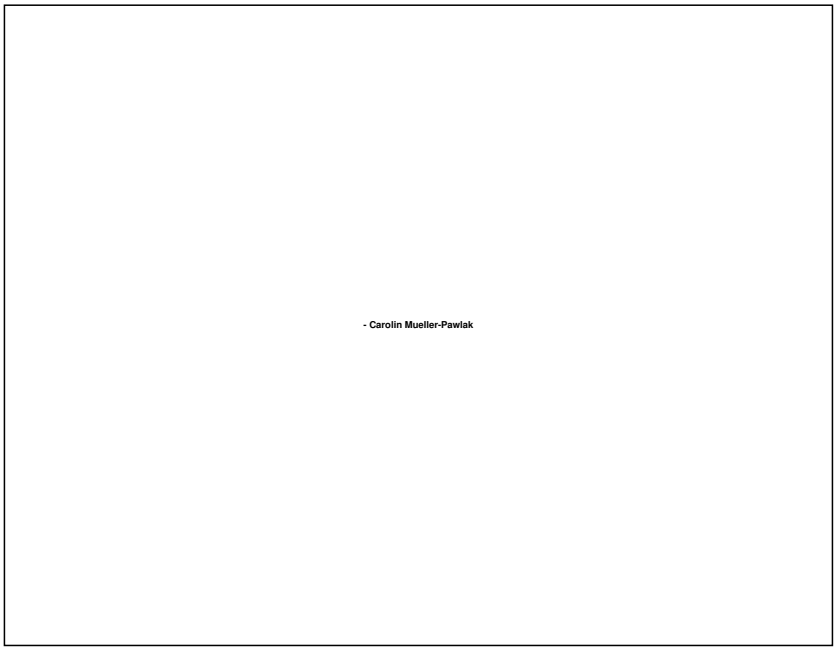
znych i zdrowych potraw,opracowanych nakompozycji naturalnych składników, nie zawierającychcholesterolu.Niezwykle pomocna w prowadzeniu zdrowego stylu życia. Oprócczęści zprzepisami, książka zawiera szereg cennych i praktycznych rad odnośniezdrowego odżywiania i stylu życia.


FormatA5, s. 165, cena16,00 zł

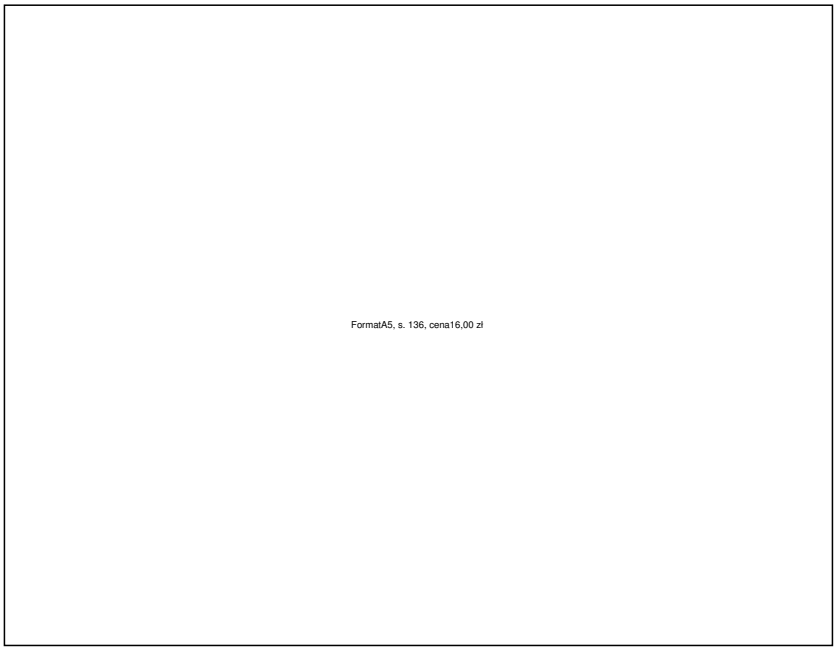


Naturalna kuchniawegetariańska


- cz. II


- Carolin Mueller-Pawlak

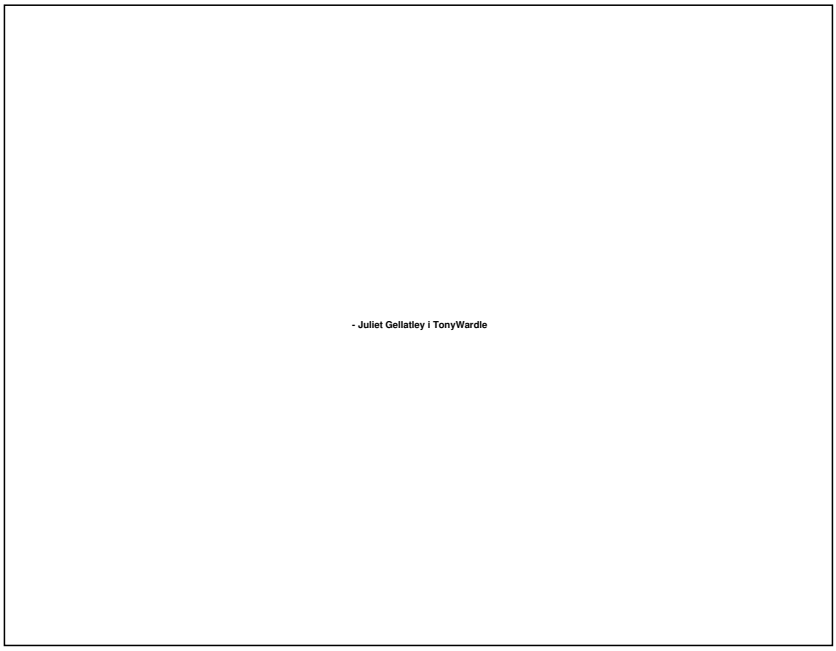
Książkapowstała na skutek ogromnego zainteresowania tomem pierwszym tej serii.Zawiera równie ciekawe i sprawdzone przepisy, cenne dla każdego,ktodba o swoje zdrowie.


FormatA5, s. 136, cena16,00 zł





Milcząca arka


- Juliet Gellatley i TonyWardle



ębiserca, pasjonująca opowieść - napisana w formie autobiografii.przedstawiająca nieznane nam fakty oraz ujawniająca polityczne oszustwai dezinformację w wykonaniu potężnego przemysłu mięsnego. Wieluprzedstawicieli z kręgu biznesu mięsno-hodowlanego, nazwalo autorkęMilczącej arki - "wrogiem publicznym nr 1".

FormatA5, s.312, cena	- 25,00 zł

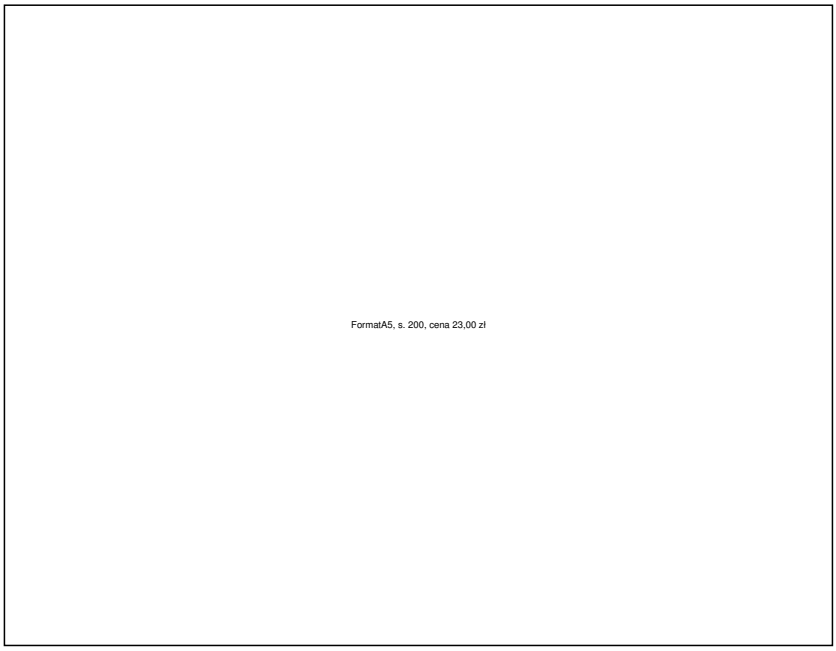
Więcej o książce

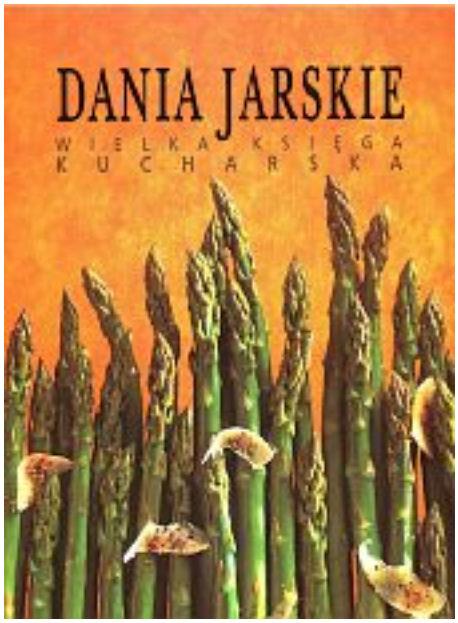


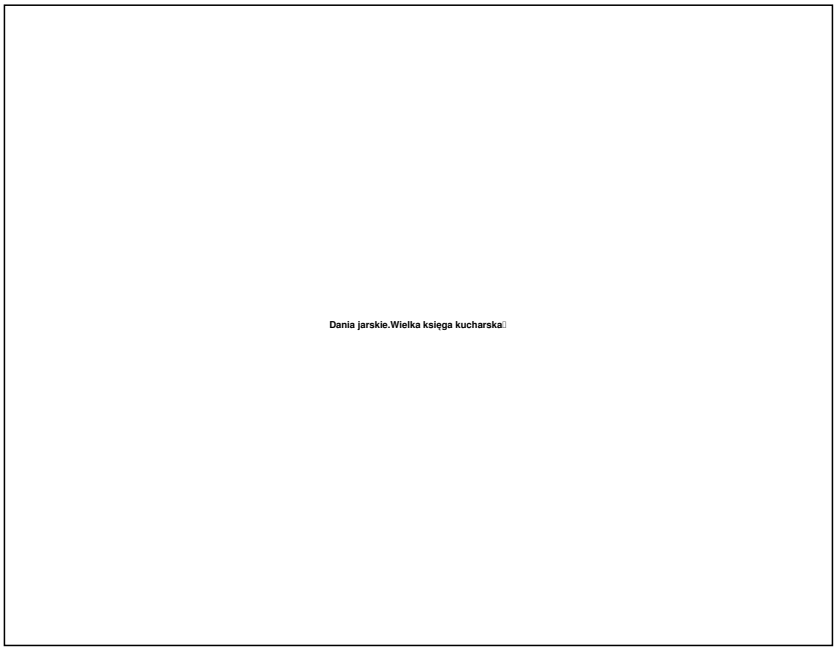
Viva!Wegetarianizm - Juliet Gellatley



ni środowisko naturalne,zawiera wszystkie potrzebne składniki odżywcze, pomaga w rozwiązaniuproblemu głodu na świecie. Książka ta jest źródłem cennychinformacjizwłaszcza dla młodych wegetarian lub osób chcących zmienić dietęnawegetariańską. Sugeruje sposoby pokojowego postępowania z rodzicami,nauczycielami, kolegami i przeciwnikami, udzielając odpowiedzi na


FormatA5, s. 200, cena 23,00 zł


DANIA JARSKIE
WIELKA KSIĘGA
KUCHARSKA


Dania jarskie.Wielka księga kucharska



całe bogactwo znakomitych jarskich przepisów, odprzegryzek popełne dania, od deserów po napoje. Wykorzystując kulinarnetradycjecałego świata i stosując najlepsze, świeże produkty, jarska kuchnianigdy już nie będzie czymś drugorzędnym. Ponadto książka zawiera:

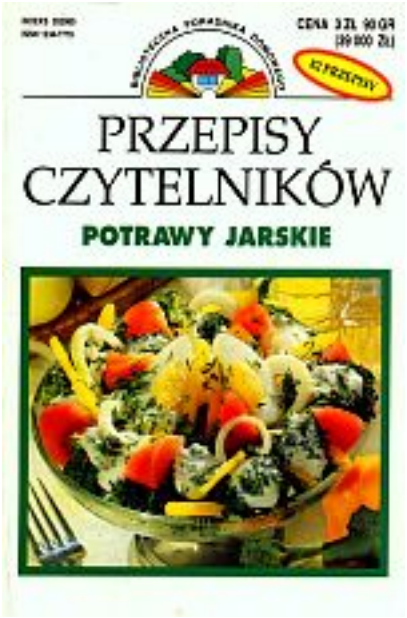
- wiadomości o składnikach odżywczych i porady na tematzrównoważonejdiety

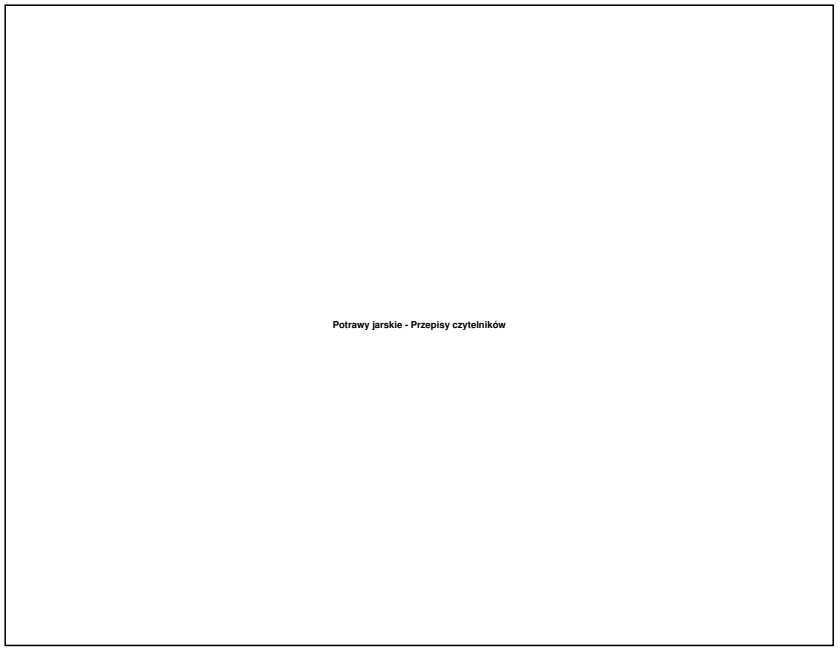
w produktach węglowodanów, błonnika,tłuszczu ibiałka oraz "pokarmy-idole"- bogate w składniki, którychwegetarianommoże brakować - dwanaście barwnych stron rozkładowych na tematprzekąsek, polenty, czipsów jarzynowych, jarzynowego puree,owoców iwielu innych

- łatwe do odnalezienia w tekście "szybkie przepisy"


- fotografie poszczególnych etapów przepisu,wskazówki i informacje natemat mniej znanych składników i szczególnychsposobów gotowania.

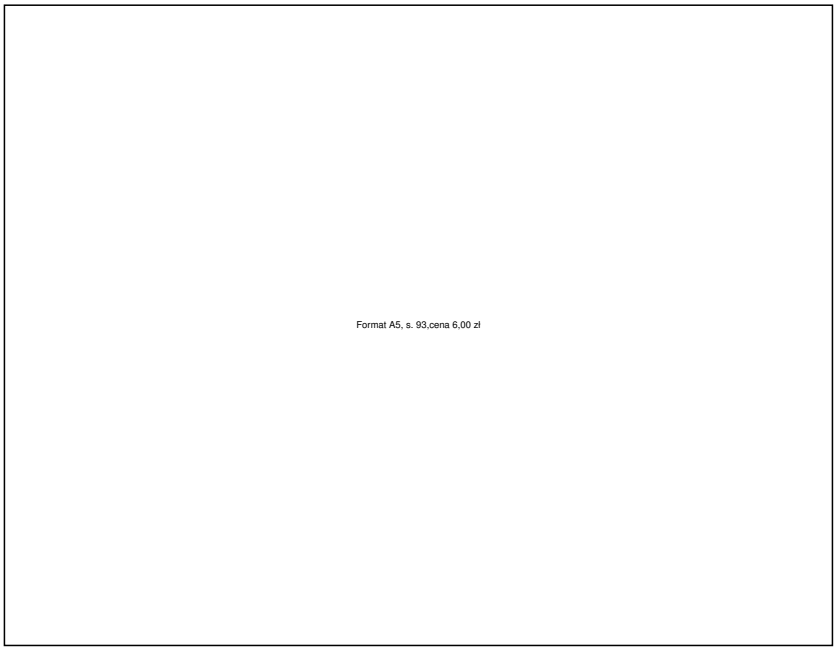

Wydawnictwo Könemann,format 220 x 285 mm, s. 304, okładka twarda, cena 48,00 zł

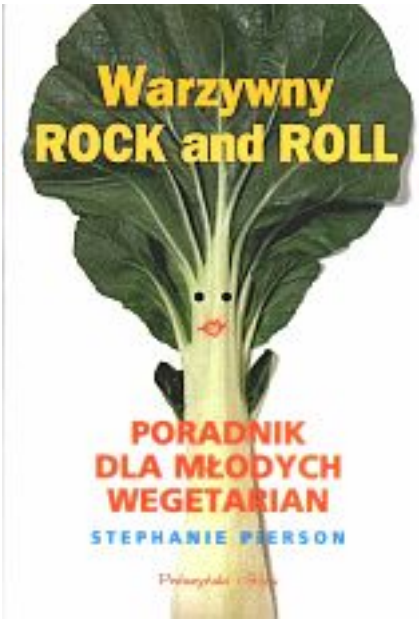

PRZEPISY
CZYTELNIKÓW
POTRAWY JARSKIE


Potrawy jarskie - Przepisy czytelników



maczne potrawy jarskie. Znajdziemy tu ponad osiemdziesiąt ciekawychpropozycji kulinarnych, zimne i gorące przekąski, dania obiadowe isurówki. Co ciekawe, również przepisy na dobry chleb ibułki, a takżepasty i pasztety. Dodatkową zaletą książki jest to, że wszystkieopisane w niej potrawy zostały opatrzone kolorowymi zdjęciami.


Format A5, s. 93,cena 6,00 zł

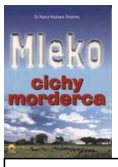

Warzywny
ROCK and ROLL
PORADNIK
DLA MŁODYCH
WEGETARIAN
STEPHANIE PIERSON


Warzywny rock and roll - Poradnik dla młodych wegetarian,Stephanie Pierson



ałt przyszłego świata. Według niej młodzi ludzie lepiejrozumieją problemy współczesnego świata - głód, wojny,prawa zwierząt.Wielkie zmiany zaczynają się od małych kroków, kroków,których młodzieżnie obawia się stawiać. Zmiana świata, krok po kroku, to właściweokreślenie dla tego, co niesie ze sobą wegetarianizm. W książeznalazło się sporo informacji na temat ideologii v

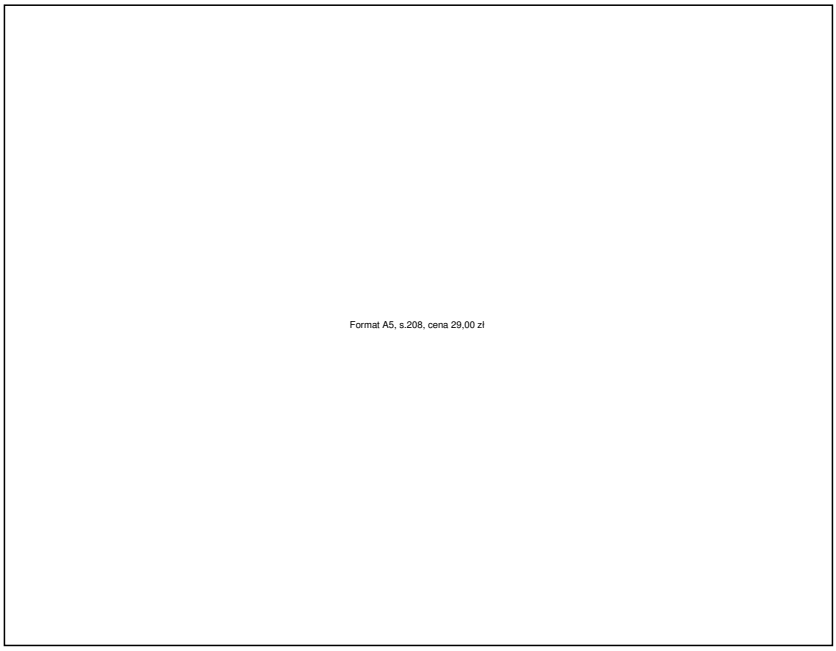
Format A5, s.159, cena	**22,00**


Mleko
cichy
morderca

Mlekocichy morderca	- dr Nand Kishare Sharma



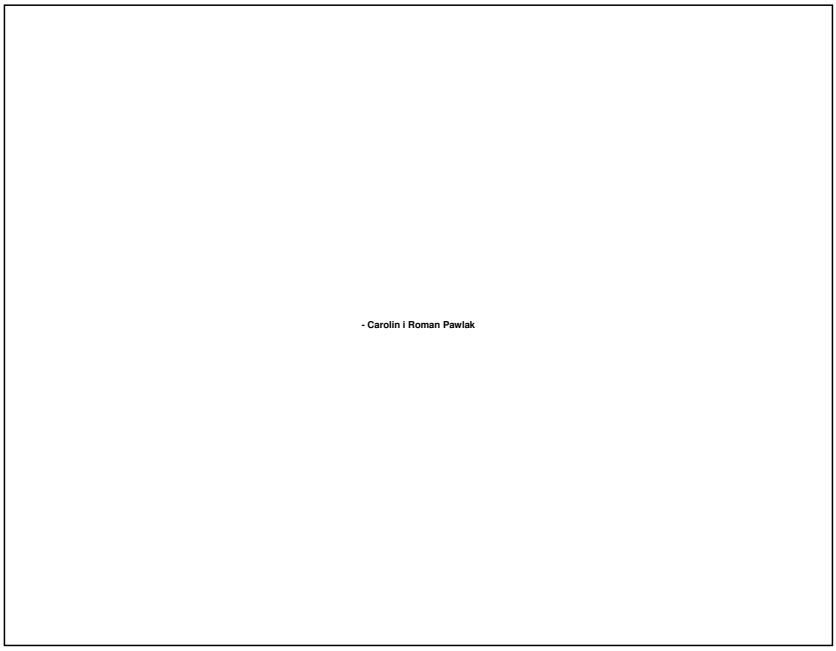
e w organizmieniesłychanieszkodliwą molekułę zapychającą naczynia krwionośne –homocysteinę.Blokuje ona żyły i tętnice, a także osłabia tkankę łączną. Spożywaniemleka przyspiesza zatem powstawanie wszelkich chorób krążenia izawałyserca. Autor tej książki jest rewolucjonistą w dziedzinie zdrowia.


Format A5, s.208, cena 29,00 zł



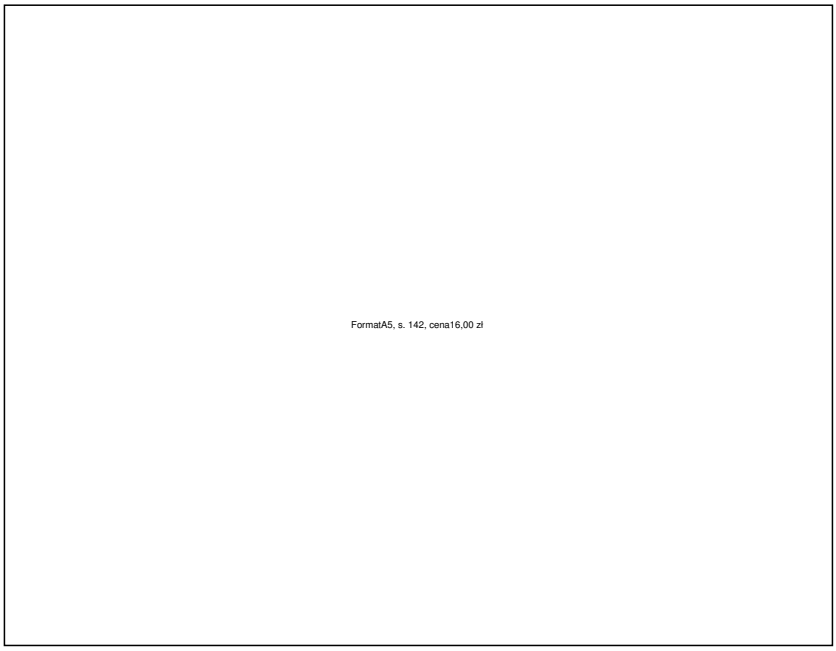


Matka wegetarianka i jejdziecko


- Carolin i Roman Pawlak

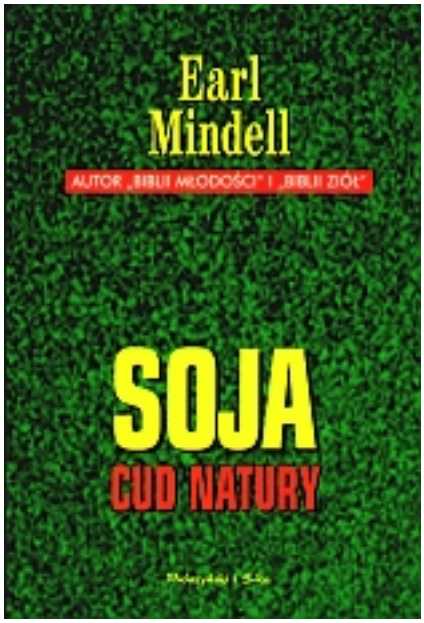


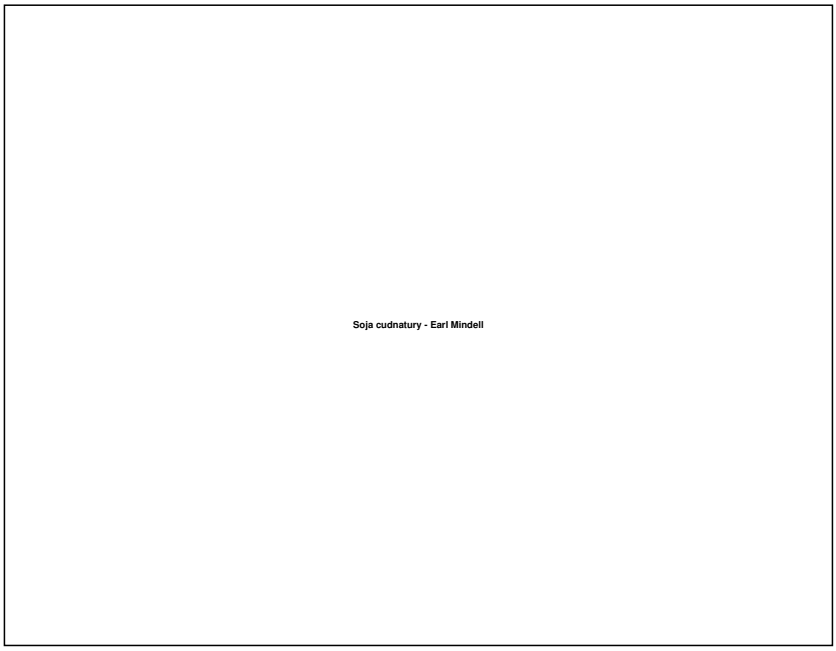
la życia i zdrowiaich samych oraz ich dzieci. Zawiera cenne rady dotyczące prawidłowejdiety wegetariańskiej. Można tu też należć wykaz pokarmówpożytecznychdla kobiety w ciąży i płodu. Publikacja zawiera jarskie przepisykulinarne. Jest to właściwie kompletny zbiór wiadomości ożywieniu iwychowaniu dziecka.


FormatA5, s. 142, cena16,00 zł



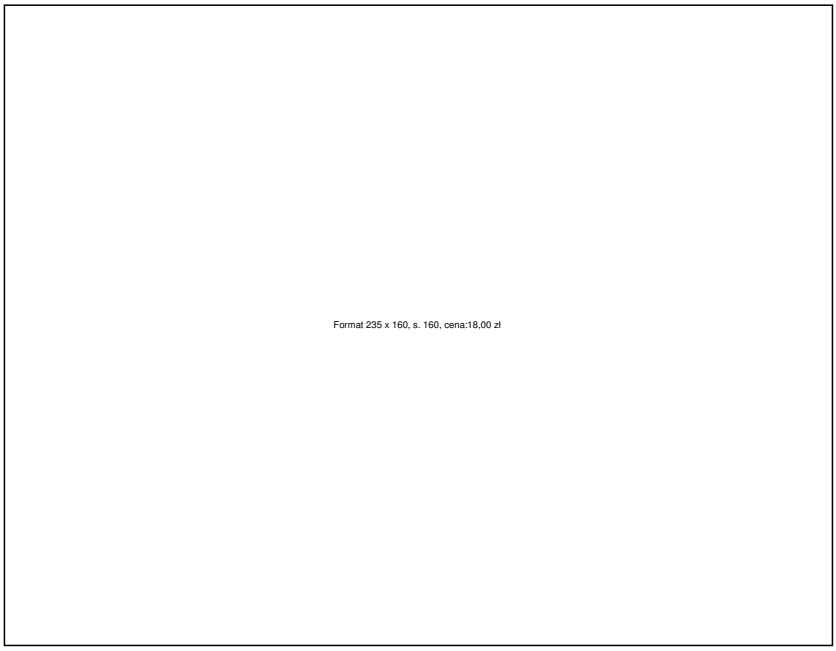


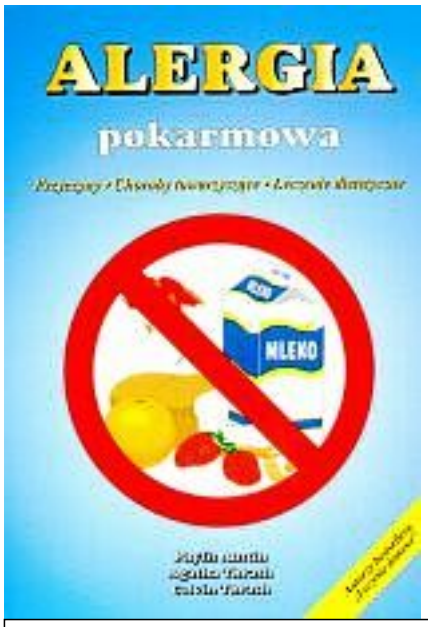

Earl
Mindell
AUTOR „BIBLII MŁODOŚCI" I „BIBLII ZIÓŁ"
SOJA
CUD NATURY


Soja cudnatury - Earl Mindell

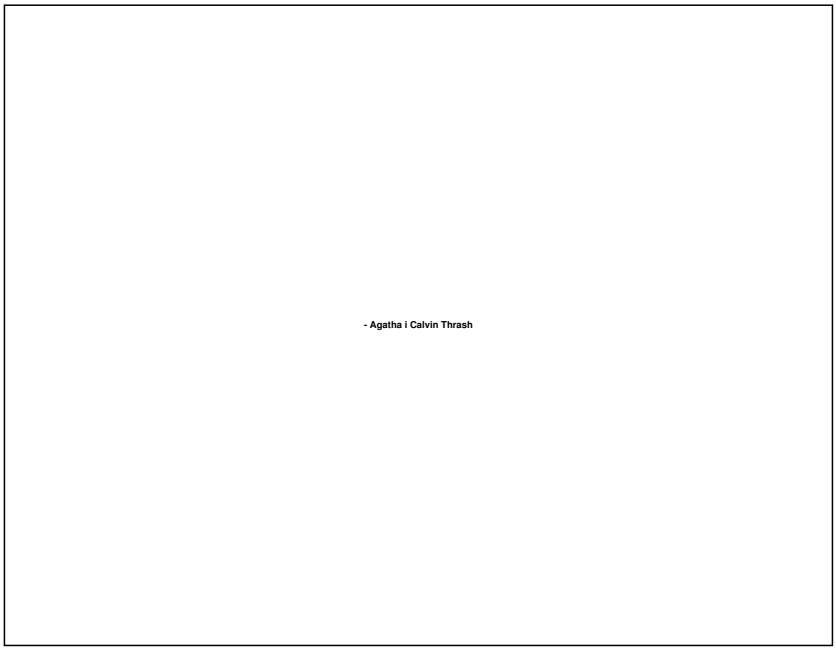


ami" współczesnej cywilizacji.Wielkązaletą książki jest przystępnie przedstawiona współczesna wiedzanatemat przyczyn tych chorób. Doktor Mindell prezentuje ażsiedemdziesiątprzepisów, dzięki którym soja stanie się w kuchni częstymi lubianymgościem. Sojowa lasagna przeciw osteoporozie i budyń z mleka sojowegowzmacniający układ odpornościowy - to nie jest oczywiście


Format 235 x 160, s. 160, cena:18,00 zł

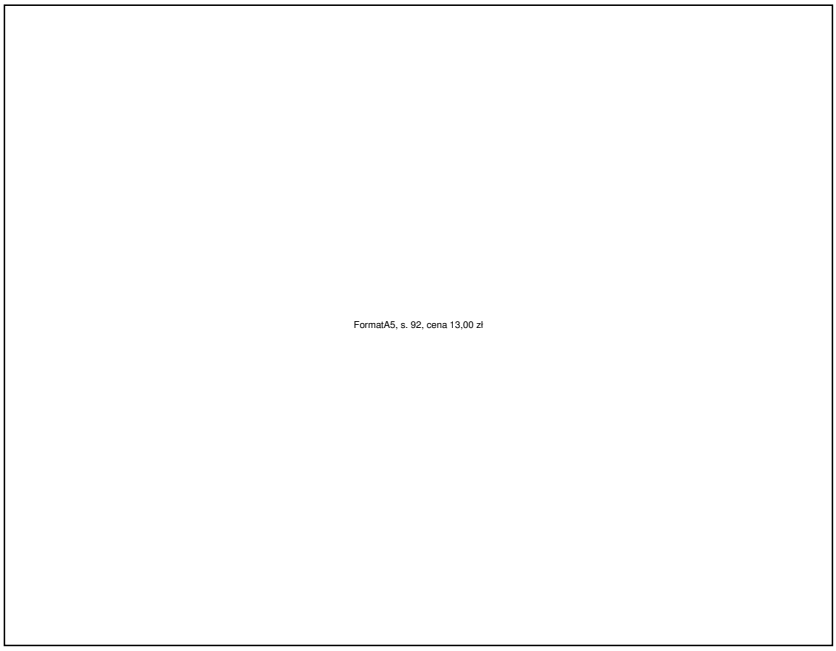


Sposób na alergiępokarmową


- Agatha i Calvin Thrash



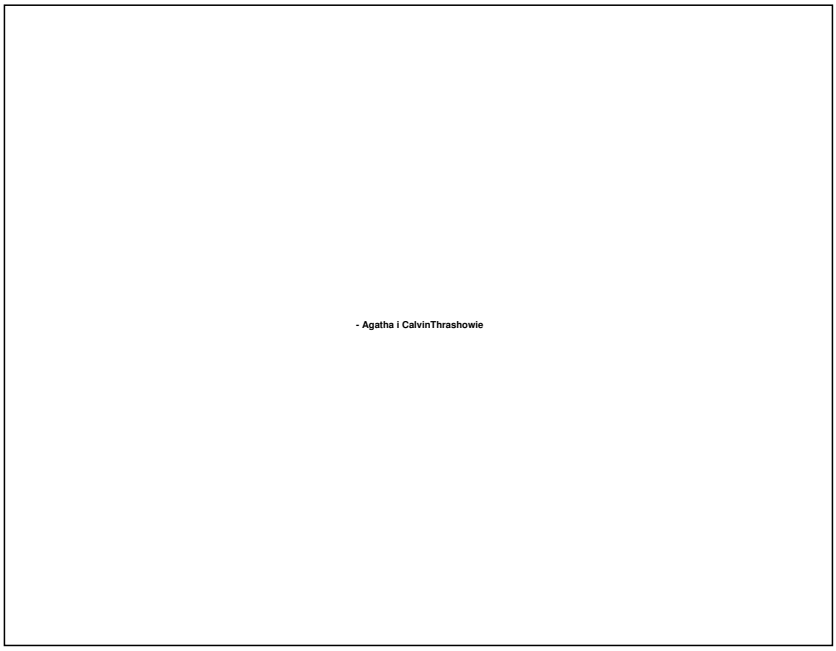
z towiększej liczby osób. Może pojawić się w każdym wieku i dajeróżne,często bardzo uciążliwe objawy. Książka wychodzi na przeciw wszystkim,którzy dotknięci są alergią pokarmowa i pokazuje w jakisposób stosującokreślone postępowanie dietetyczne można zmniejszyć przykre objawychoroby, a nawet je wyeliminować.


FormatA5, s. 92, cena 13,00 zł



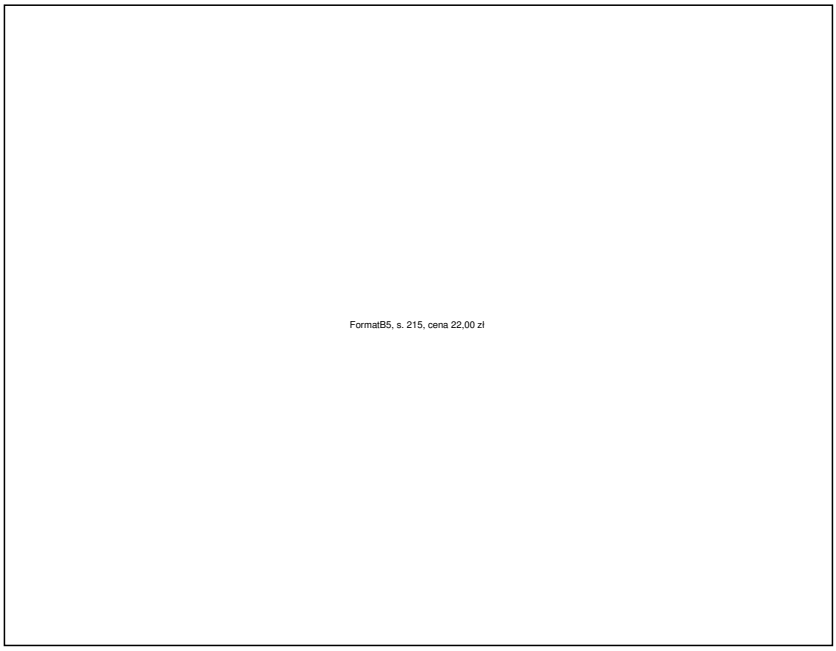


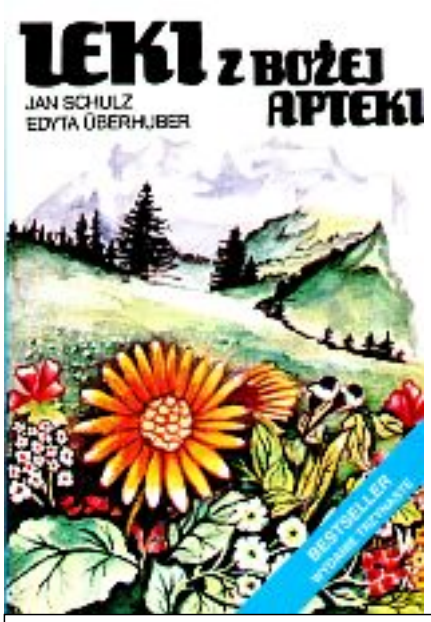
Leczenie domowe


- Agatha i CalvinThrashowie

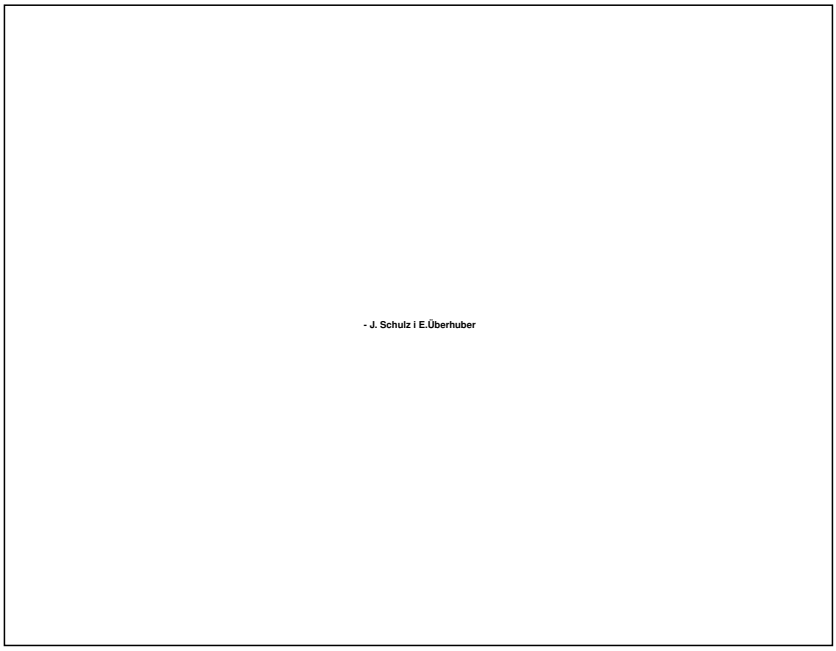


go przygotowania. Autorzy, będący wieloletnimi praktykantami wdziedzinie medycyny, dzielą się z czytelnikami wiedzą z zakresunaturalnych metod leczenia wielu schorzeń, dotychczas najczęściejzwalczanych jedynie środkami farmakologicznymi. Znajdziesz tu opisyleczenia wodą, węglem drzewnym, masażem i innymi prostymiśrodkami.


FormatB5, s. 215, cena 22,00 zł



Leki z Bożej apteki


- J. Schulz i E.Überhuber



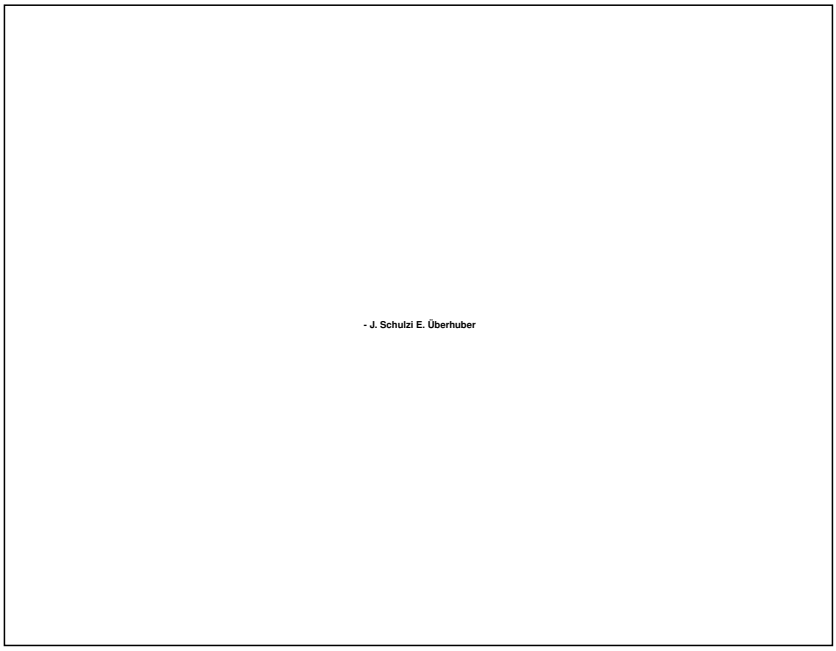
arzem dla siebie samego, stosując odpowiednią dietę,zioła i inne naturalne środki lecznicze. W książce znajdziesz rady, jakleczyć konkretne schorzenia, receptury ziołowe, przepisy dietetyczne.Autorzy podają wartości lecznicze licznych roślin występujących wnaszym kraju.

FormatA5, s. 298, cena18,00 (cena prezentowanej edycji)

Więcej o książce



Leki z Bożejapteki - powrót do zaniechanych praktyk

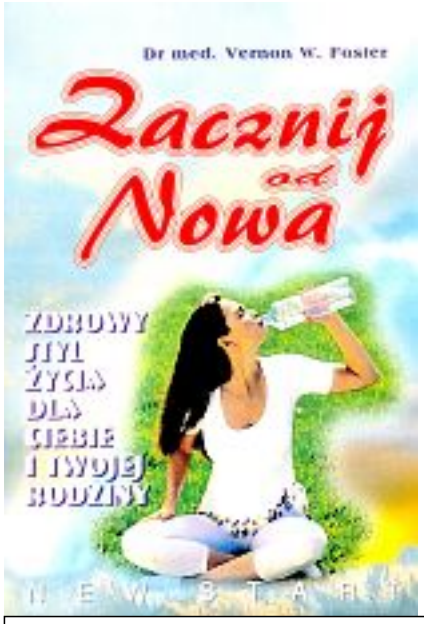

- J. Schulzi E. Überhuber



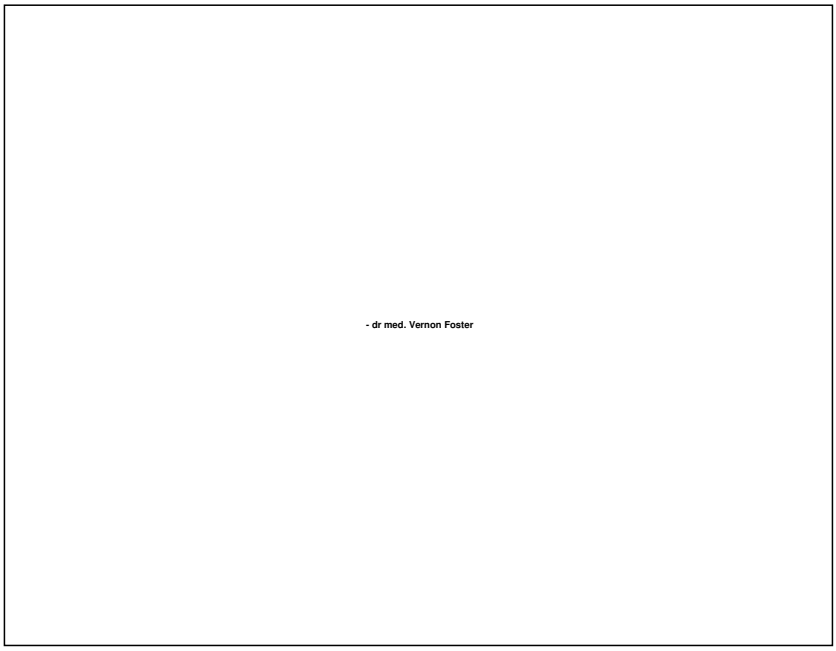
ównież w tym tomie znajdziemy dużo informacji o takich naturalnych środkachleczniczych, jak zioła, niektóre warzywa, czy kąpiele. Naciskjednakjest położony na leczniczą dietetykę, a także na lecznicze wartościgłodówek i sposób ich przeprowadzania.

FormatA5, s. 330, cena18,00 zł	(cena prezentowanej edycji)





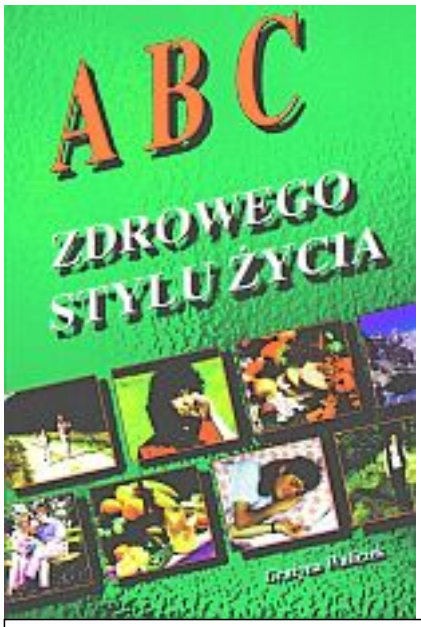
Zacznij od nowa


- dr med. Vernon Foster

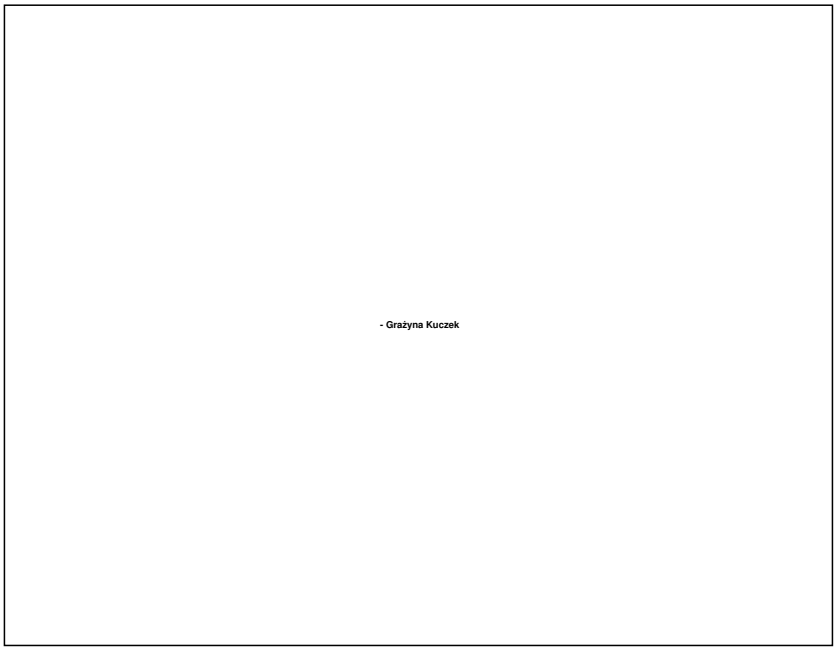


dnik naturalnego leczenia. Obok poradleczniczych znajdziesz w niej w przystępny sposób podanewiadomości ofunkcjonowaniu naszego organizmu. Informacje te nie tylko pozwolą ci wświadomy sposób stosować naturalne środki lecznicze, ale takżewskażą jak zapobiegać chorobom.

FormatB5, s. 262, cena 20,00 zł	(cena prezentowanej edycji)

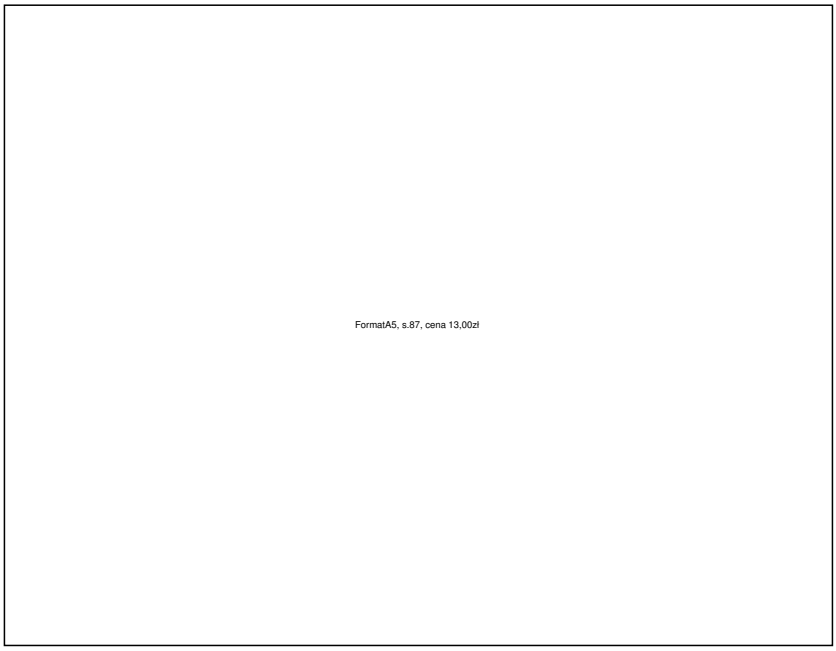


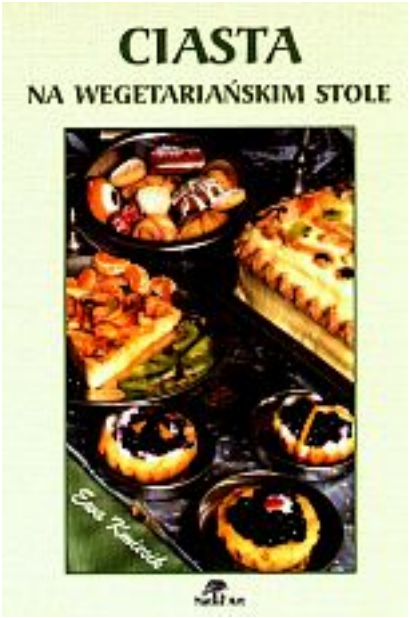
ABC zdrowego stylużycia

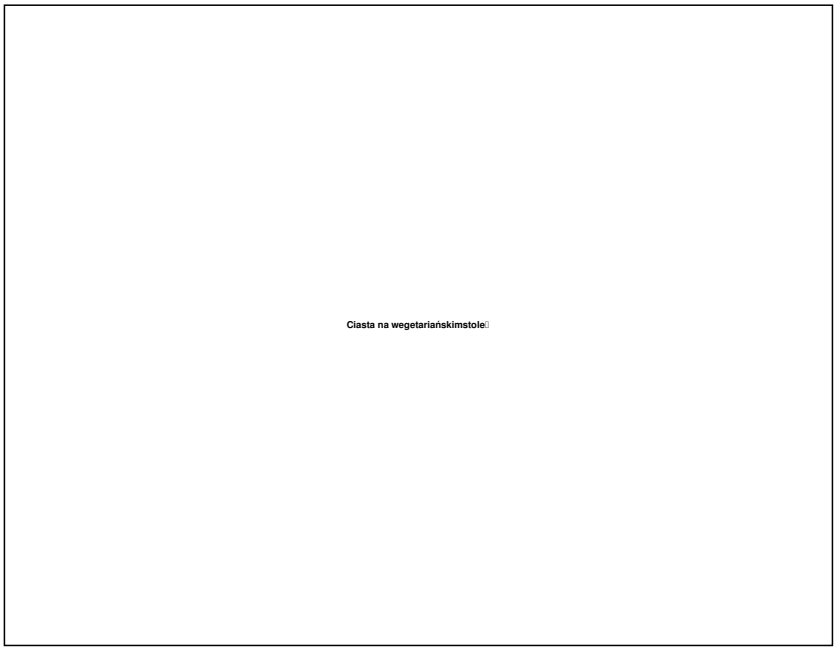

- Grażyna Kuczek

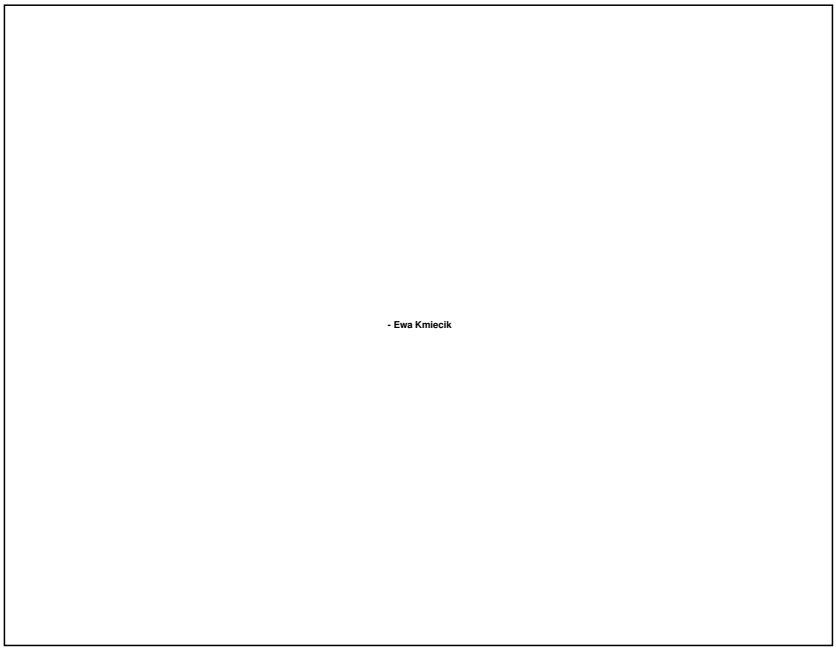


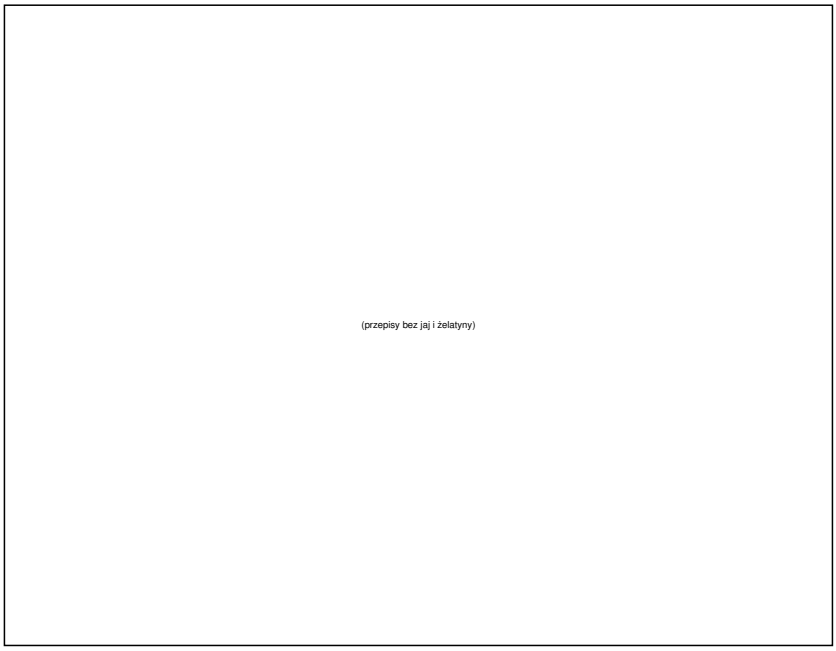
Jest jednakzupełnie inaczej. To decyzje, które podejmujemy każdego dnia,posiadającbezpośredni wpływ na sposób w jaki żyjemy, a ten z kolei nanaszezdrowie. Książka stanowi wspaniały podręcznik dla każdego, kto pragnieuniknąć chorób cywilizacyjnych, a co za tym idzie, zachowaćzdrowie,sprawność i urodę.


FormatA5, s.87, cena 13,00zł


CIASTA
NA WEGETARIAŃSKIM STOLE
Ewa Rosłoń


Ciasta na wegetariańskimstole


- Ewa Kmiecik


(przepisy bez jaj i żelatyny)



episów na wszelkiegorodzajuciasta, ciastka, chleby i buleczki. Zostały przygotowane z myślą otych, którzy nie jedząc jajek, tęsknią za słodkimi smakołykami.Książkajest propozycją alternatywnej formy odżywiania się opracowana została woparciu o podstawowe zasady kuchni wegetariańskiej.

FormatA5, s. 128, kolorowe zdjęcia, cena 18,00 zł

Jedzenie znalazłeś tu książki, której poszukujesz, napisz, a być możeuda mi się ją dla Ciebie znaleźć.

Zanimzłożysz zamówienie obejrzyj inne pozycje:

różne książki chrześcijańskie - kliknij tutaj

książki dla dzieci - kliknij tutaj

kasety audio i wideo - kliknij tutaj

Interesujące Cię pozycje można zar


POCZTA