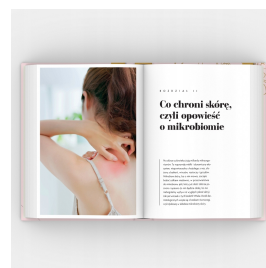
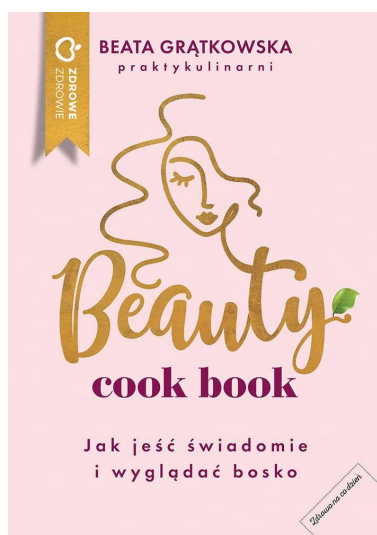


Beauty cook book. Jak jeść świadomie i wyglądać bosko

Opis produktu:

"Beauty cook book" autorstwa Beaty Grątkowskiej to poradnik łączący zdrowe odżywianie z dbałością o wygląd. Autorka ukazuje wpływ diety na stan skóry, włosów i paznokci, proponując zbilansowany sposób żywienia jako klucz do piękna. Dzięki konkretnym wskazówkom i autorskim przepisom, książka pomaga świadomie wybierać jedzenie wspierające zdrowie i urodę.



Dlaczego to świetny wybór?

- Praktyczne porady żywieniowe
- Autorskie przepisy
- Książka łączy dietę z urodą
- Zrozumiały język
- Skupia się na zdrowiu i wyglądzie
- Estetyczne fotografie
- Szczegółowa analiza problemów skórnych

Cechy produktu:

Autor	Beata Grątkowska
Wydawnictwo	Wydawnictwo M
Rok wydania	2022
Okladka	Miękka
Liczba stron	392
ISBN	978-83-8043-869-9
Wymiary	165 x 235 mm
Tematyka	Zdrowe odżywianie i uroda

