

ADVENT  
VERLAG

# HEALTH POWER

## Einfach gesund!

■ Gesund essen ■ Gesund werden ■ Gesund bleiben



*Sie selbst entscheiden  
über Ihre Gesundheit!*

Gewicht abnehmen  
Cholesterinspiegel senken  
Blutdruck und  
Blutzucker normalisieren  
Krebsrisiko minimieren  
Mehr Energie  
bekommen

**Dr. Hans Diehl**  
**Prof. Dr. Claus Leitzmann**  
**Dr. med. Klas Mildenstein**

Geleitet von  
Prof. Dr. T. Colin Campbell

**ibidem**

Weltweit  
in 36 Sprachen  
**2 Millionen**  
verkaufte  
Exemplare

DER INTERNATIONALE BESTSELLER –

ab jetzt auch im Advent-Verlag Lüneburg erhältlich!

# Health Power – Einfach gesund!

In diesem Buch übernimmt es ein einzigartiges Autorenteam, dir einen Weg durch den unübersichtlichen Dschungel an Ernährungsratschlägen, Gesundheits-Tipps und Mode-Diäten zu bahnen – das Motto dabei: Iss gesund, werde gesund, bleib gesund – übernimm Verantwortung für deine Gesundheit!

Erfahre mit diesem internationalen Bestseller:

- wie du deine Vitalität steigern und dein Leben verlängern kannst,
- wie du deine Energie und Lebensqualität verdoppelst,
- wie du Blutdruck, Cholesterin und Blutzucker senkst,
- wie du Gewicht abnimmst und trotzdem satt wirst.

*Autoren:*

**DR. HANS DIEHL** (Loma-Linda-Universität, Kalifornien),

**PROF. DR. CLAUS LEITZMANN** (Universität Gießen),

**DR. KLAS MILDENSTEIN** (Medizinische Hochschule Hannover)

*Paperback, 326 Seiten, 16,5 x 23,5 cm, Ibidem Verlag,*

*Art.-Nr. 35022, Preis: 24,90 €*

Erhältlich unter **[www.advent-verlag.de](http://www.advent-verlag.de)**

