

Cliëntenkrant wintereditie 2015 Dijk en Duin (GGZ instelling voor psychiatrie)

Boekentip

"Die eetbuien" van Judith Lagerwaard

Op humoristische wijze schrijft Judith Lagerwaard over haar diëten en haar eetbuien.

Ook het hoe en waarom van haar diëten en eetbuien belicht ze.

Aan het eind van het boek staat een tienstappenplan dat naar een normaal eetpatroon toe zal leiden.

Het is een dun boek, 130 pagina's en het leest gemakkelijk.

Willy Rem