

Dr. Odile Fernández: 'Kanker krijgt me niet klein' Een feel good boek om je bij te staan op je weg naar genezing. Uitgeverij Deltas, 2017. ISBN 9789044749830 (Kanker/ Eierstokkanker/ Uitzaaingen/ Voeding/ Informatief/ ED/AG) Zie ook: www.

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Covertekst: *'Een van de vele dingen die kanker mij geleerd heeft, is om niet bang te zijn.'* O. Fernández

Dit werkboek is speciaal geschreven voor mensen die kanker hebben of gehad hebben en hun familie en vrienden. Het bevat een heleboel praktische informatie over hoe je bewust eet, goed beweegt en gezond leeft. Daarnaast krijg je nuttige tips en oefeningen om toe te passen tijdens de behandeling en het genezingsproces, zodat deze zo vlot mogelijk kunnen verlopen. Bovendien vind je feel good-rituelen voor dagen waarop het wat minder goed gaat.... In dit boek legt ze uit hoe deze ziekte haar veranderde en leerde om haar lichaam en geest te voeden en volop te leven. Het is haar persoonlijke, emotionele getuigenis, vervuld van positieve energie in de overtuiging dat kanker genezen kan worden. Die optimistische mentaliteit is het belangrijkste doel van de reis die dit boek uitstippelt, en zo zal het je helpen bij je eigen unieke zoektocht naar genezing.'

Over de schrijver:

De Spaanse Odile Fernández is dokter en moeder van drie kinderen. Ze overwon uitgezaaide eierstokkanker.

Recensies/Extra:

<https://ingspire.nl/feelgood-werkboek-kanker-krijgt-me-niet-klein/>
<http://www.onubafruit.com/en/content/interview-odile-fernandez>