

ДЛЯ ВСЕХ, КТО ЗАБОТИТСЯ О СВОЕМ  
ЗДОРОВЬЕ!



Давид Ян  
ТЕПЕРЬ Я ЕМ ВСЕ, ЧТО ХОЧУ!  
СИСТЕМА ПИТАНИЯ ДАВИДА ЯНА

Давид Ян — лауреат премии Правительства России в области науки и техники, российский IT-предприниматель, основатель и председатель совета директоров компании АBBYY. Сооснователь компаний АТАРУ, iiko; ресторанов FAQ-Cafe, ArteFAQ,

Все выводы автора базируются на рекомендациях Всемирной организации здравоохранения! Существует 4 типа продуктов питания, которые мы употребляем с большим удовольствием и к которым мы приучаем своих детей с младенчества. Однако именно они значительно повышают риск развития инсульта, инфаркта, ряда онкологических заболеваний, ожирения. Что это за продукты? Как преодолеть зависимость от них? Как изменить свои пищевые привычки и полюбить здоровую пищу? Новая система питания основывается на убедительных доказательствах и экспериментальных подтверждениях, проверенных временем.

ИЗДАТЕЛЬСТВО «АЛЬПИНА ПАБЛИШЕР», 2013

ISBN	Тираж	Стр.	Обложка	Формат	Дата выхода	Рекомендуемая розничная цена
978-5-9614-4348-6	3000 экз.	160 с.	Мягкая обложка	60x90/16	12.02.2013	285 руб.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫКЛАДКЕ:

ЛИЧНАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ / ЗДОРОВЬЕ, ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

По вопросам оптовых закупок — тел.: (495) 980 53 54, e-mail: sale@alpinabook.ru