



DK Verlag (Hrsg.), Lucinda Miller

Nährstoff-Power fürs Gehirn

Für neurodivergente Kinder mit ADHS, Autismus, Dyspraxie, Legasthenie und anderen Entwicklungsunterschieden. Mit 60 Rezepten

Nährstoffreich und lecker essen für das Gehirn

- Mehr **Lernfreude** und **emotionale Balance** : Ein **Ernährungsratgeber** für Kinder mit **Neurodivergenz** – egal ob **ADHS, Autismus, Legasthenie, Dyspraxie** oder **Dyskalkulie**
- Einfach lecker: **60 nährstoffreiche Rezepte** für die ganze Familie.
- Alles Wichtige über **Nährstoffe** , **Darmgesundheit** und mehr.
- Erklärt verständlich den Zusammenhang zwischen Ernährung und **kognitiver Entwicklung des Kindes** .



Nährstoffreiche Ernährung für neurodivergente Kinder ADHS bei Kindern , Lernschwierigkeiten und mangelnde

Impulskontrolle : Was Kinder täglich essen, hat einen großen Einfluss auf ihr Gehirn und ihre Stimmung. Dieser Ernährungsratgeber erklärt Eltern, wie eine **nährstoffreiche Ernährung** die **emotionale Entwicklung bei Kindern** unterstützen kann. Ob Chicken Nuggets oder Pizza - Energiekugeln: Das Buch enthält **60 nährstoffreiche Rezepte** , die der ganzen Familie schmecken. Ein **Ernährungskompass** liefert wichtige Fakten zu Themen wie **hochverarbeitete Lebensmittel** , **chronische Entzündungen** und **Neurotransmitter** . Ein unverzichtbarer **Ratgeber mit praktischem Ernährungs-Toolkit** für Eltern neurodivergenter Kinder und für alle, die verstehen möchten, wie Ernährung auf Gehirn und Stimmung wirkt.

Gesunde Ernährung für mehr Fokus, Lernfreude und emotionale Balance: Der Ratgeber mit praktischem Ernährungs-Toolkit für Eltern von neurodivergenten Kindern.

DK Verlag (Hrsg.), Lucinda Miller

Nährstoff-Power fürs Gehirn

Für neurodivergente Kinder mit ADHS, Autismus, Dyspraxie, Legasthenie und anderen Entwicklungsunterschieden. Mit 60 Rezepten

ISBN 978-3-8310-5314-8

240 Seiten, 194 x 255 mm

Mit farbigen Fotos

€ 27,00 (D) / € 27,80 (A)