

УРИВОК ДЛЯ ОЗНАЙОМЛЕННЯ

КОД ДОВГОЛІТТЯ · КНИГА II ІЗ СЕМИ

# Книга рецептів фертильності для пар



*Тридцять днів кухні фертильності для  
обох.*

BOOK

II

Анна Вееген, лікар · Сергій Щербина

SYAN.online

### ЩО ВСЕРЕДИНИ

- 90-денне вікно для обох партнерів
- Гід по нутрієнтах «для неї та для нього»
- 30 днів страв, що підтримують фертильність
- Обґрунтування за кожним інгредієнтом
- Списки покупок і тижневий ритм на двох

---

Побудована на 90-денному вікні до зачаття — найчутливішому до харчування періоді пари. Тридцять днів страв для найкращого біологічного середовища в обох тілах, із гідом по нутрієнтах «для неї та для нього».

*Читати книгу повністю →*