

Giftfri : ett rent liv utan tillsatser

av: Martina Johansson, Fanny Lindkvist



Antal sidor: 272

Förlag: Bokförlaget Forum

Utgiven: January, 2018

LADDA NER

LÄSA

Description:

Konkreta tips för ett giftfritt liv Aldrig har väl vårt miljöfokus varit större än idag. Det har kommit att omfatta allt från mat till medicin och skönhetsprodukter. Det ökande intresset genomsyrar samhället och sprids som en löpeld genom sociala medier. De stora klädkedjorna inkluderar numera eko-kläder i sitt sortiment, och många vanliga affärer har en hylla med giftfria och miljömedvetna alternativ. Allt fler köper giftfritt smink, aluminiumfri deodorant och tvättnötter hellre än starka tvättmedel. Men ändå finns det mycket mer vi kan göra. I Giftfri har författarna tagit till vara på gamla husmorsknep och blandat dem med moderna tillvägagångsätt och resultatet av egna experiment. De är ständigt på jakt efter nya kemikaliefria lösningar på vardagliga problem: Visste du att karies kan läka sig själv? Visste du att du kan göra din egen hårtoning eller hårfärg hemma i köket? Visste du att du kan blanda ihop en fästingspray till både dig och husdjuren på två minuter? Boken innehåller massvis av tips och lösningar för hela familjen, från hemmets innersta vrår till utlandsresan, trädgården och hur man bör tänka kring elektronik. Författarna lägger starkt fokus på moderna produkter inom till exempel hygien, skönhet, läkemedel, kläder, tatueringar och leksaker. Här finns gott om inspiration för alla, både för nybörjaren och för den som intresserat sig för en giftfri livsstil länge. Författarna är båda drivna bloggare och inspiratörer med fokus på kost och hälsa, och har tidigare skrivit flera böcker kring dessa ämnen. "... en utmärkt guide och inspiration för alla som vill göra lite eller mycket för att minska på gifterna i sitt liv. Precis som författarna själva skriver är boken "ett smörgåsbord med tips och råd på de flesta av livets områden". Brödtexterna är personliga och mycket väl skrivna, faktaspäckade men lättlästa." BTJ

