

BIBLIOGRAFIA

- 1.. Abbott Christmas, Greenwood-Robinson Maggie: Piekielnie twarda sztuka. Ćwiczenia i dieta dla zuchwałych. Kraków: Wydawnictwo SQN, 2016, 365 s.
Sygn. 431315 KZ T
2. Alpert Brooke, Farris Patricia: Detoks cukrowy. Jak stracić na wadze, dobrze się czuć i młodziej wyglądać. Wrocław: Wydawnictwo Bukowy Las, cop. 2015, 297 s.
Sygn. 439387 KZ T
3. Aviv Jonathan, Kaufmann Aviv Samara: Wylecz refluks i zgagę prawidłową dietą. Ponad 100 prostych przepisów diety antyrefluksowej. Białystok: Wydawnictwo Vital, cop. 2020, 265 s.
Sygn. 448420 KZ T
4. Beckerman James: Dieta elastyczna. Warszawa: G + J Gruner + Jahr Polska, cop. 2012, 336 s.
Sygn. 439297 KZ T
5. Cohen Jean-Michel: Paryska dieta. Jak osiągnąć właściwą masę ciała i ją utrzymać. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS, 2013, 283 s.
Sygn. 439402 KZ T
6. Colbert Don: Nowa Biblia leczy. Depresja i lęk. Wyd. zaktualizowane. Kraków: M Wydawnictwo, cop. 2016, 123 s.
Sygn. 428005 KZ T
7. Colbert Don: Nowa Biblia leczy. Osteoporoza. Wyd. zaktualizowane. Kraków: M Wydawnictwo, cop. 2016, 107 s.
Sygn. 428002 KZ T
8. Colbin Annemarie: Osteoporoza. Jak leczyć dietą. Warszawa: Książka i Wiedza, cop. 2020, 272 s.
Sygn. 355458 KZ T
9. Cramm Dagmar von: Moja zielona dieta. Jak schudnąć bez efektu jo-jo o każdej porze roku. Kielce: Wydawnictwo Jedność, cop. 2016, 141 s.
Sygn. 427444 KZ T
10. Delabos Alain: Dieta startowa. Odżywianie zgodne z zegarem biologicznym. Chorzów: Wydawnictwo Videograf, 2012, 198 s.
Sygn. 439557 KZ T
11. Dieta Kliniki Mayo. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS, 2011, 254 s.
Sygn. 439475 KZ T
12. Dieta rozdzielna. Wypróbowane przepisy na każdy dzień. Ożarów Mazowiecki: Wydawnictwo Olesiejuk, cop. 2012, 143 s.
Sygn. 439482 KZ T
13. Downie Chris: Jak spalić zbędne kilogramy? Iskra, 4-stopniowy plan utraty wagi. Białystok: Studio Astropsychologii, 2011, 293 s.
Sygn. 439622 KZ T

14. Ferrari Roberto, Florio Caludia: Kuchnia dla serca. 120 przepisów diety śródziemnomorskiej dla osób zmagających się z cukrzycą i nadciśnieniem tętniczym. Kielce: Wydawnictwo „Jedność”, cop. 2016, 239 s.
Sygn. 427466 KZ T
15. Ferriss Timothy: 4-godzinne ciało. Niezwykły poradnik jak szybko zrzucić wagę, stać się niedoścignionym kochankiem i superczłowiekiem. Warszawa: MT Biznes, 2011, 628 s.
Sygn. 440924 KZ T
16. Frankel Bethenny, Adamson Eve: Naturalnie szczupła. Wyzwól w sobie szczupłość i uwolnij się od nieustającej diety. Warszawa: MT Biznes, cop. 2010, 288 s.
Sygn. 358780 KZ T
17. Gruszecka Karolina: Psychodietetyka czyli jak wyjść z błędnego koła odchudzania. Gliwice: Helion, cop. 2020, 223 s.
Sygn. 448300 KZ T
18. Harrison Kate: Dieta 5:2. Kompletny przewodnik Przepisy kulinarne Obiektywne opinie. Białystok: Wydawnictwo Vital, 2014, 214 s.
Sygn. 439548 KZ T
19. Hasting John, Mosca Lori: Zdrowe serce dzięki zdrowej diecie. Zrzucaj zbędne kilogramy, dbaj o serce i tętnice zapobiegaj cukrzycy, dodaj sobie energii. Ponad 100 przepisów na pyszne dania przedłużające życie. Warszawa: Reader's Digest, 2013, 351 s.
Sygn. 439484 KZ T
20. Hild Anne: Dieta hCG. Tajemnica pięknych i bogatych. Białystok: Wydawnictwo Vital, 2016, 201 s.
Sygn. 333947 KZ T
21. Ibisz Krzysztof: Jak dobrze wyglądać po 40. Dieta, ćwiczenia, styl życia. Warszawa: G+J Gruner + Jahr Polska, cop. 2010, 243 s.
Sygn. 326333 KZ T
22. Jarosz Ewa: Dieta oczyszczająca. Program naturalnej regeneracji organizmu. Wyd. 2. Warszawa: Samo Sedno, 2018, 278 s.
Sygn. 441158 KZ T
23. Johnson Tory: Przemiana. Od nadwagi do odwagi, czyli jak odnalazłam siebie. Łódź: Galaktyka, cop. 2014, 221 s.
Sygn. 422303 KZ T
24. Junger Alejandro: Dieta oczyszczająca jelita. Rewolucja zdrowotna Clean Gut. Warszawa: MT Biznes, 2015, 246 s.
Sygn. 428374 KZ T
25. Kretschmer Christine, Herzog Alexander: Dieta antyrakowa. Smaczne żywienie w profilaktyce i leczeniu chorób nowotworowych. Warszawa: Bauer-Weltbild Media, cop. 2010, 252 s.
Sygn. 432893 KZ T
26. Kurzyp Magdalena: Odżywianie w łuszczycy. Wpływ diety na stan skóry. Ponad 100 praktycznych przepisów kulinarnych. Warszawa: Wydawnictwo KASTOR, [2015], 192 s.
Sygn. 415274 KZ T

27. Lange Elżbieta: Nie tłuć się dietami. Jak wyrwać się z błędnego koła odchudzania. Warszawa: Wydawnictwo Zwierciadło, cop. 2017, 119 s.
Sygn. 431509 KZ T
28. Lukoszek Adrian: Tajemnica Adriana. Jak schudłem 120 kg w niespełna rok. Częstochowa: Wydawnictwo „e media”, 2010, 107 s.
Sygn. 439269 KZ T
29. Makarowska Magdalena: Jak odchudzić swojego mężczyznę samej tracąc przy tym parę kilogramów. Łódź: Wydawnictwo JK, 2015, 276 s.
Sygn. 427276 KZ T
30. Mayr Peter, Stossier Harald: Dieta antygrzybiczna. Smaczne żywienie w profilaktyce i leczeniu chorób grzybiczych. Warszawa: Bauer-Weltbild Media, cop. 2010, 171 s.
Sygn. 439395 KZ T
31. McKeith Gillian: Dieta Boot Camp. Rozkaz chudnij! Poznań: Dom Wydawniczy REBIS, 2011, 277 s.
Sygn. 431957 KZ T
32. Moschner Ruth: Dieta czekoladowa. Warszawa: G+J Gruner + Jahr Polska, cop. 2011, 237 s.
Sygn. 397496 KZ T
33. Normantowicz-Kala Katy: Moje Mindful Eating czyli jak schudnąć, nie stosując żadnej diety. Warszawa: Warszawska Firma Wydawnicza, 2012, 39 s.
Sygn. 413535 KZ T
34. Olejniczak Katarzyna, Piekarczyk Anna: S.O.S. dla stawów. Wsparcie żywieniowe w chorobach reumatycznych. Kraków: Wydawnictwo M, cop. 2020, 289 s.
Sygn. 445112 KZ T
35. Pająk Grażyna: Każdy kęs ma znaczenie. Dieta doktor Grace. Wyd. 2 rozsz. Bielsko-Biała: Wydawnictwo Pascal, 2019, 382 s.
Sygn. 444290 KZ T
36. Poggel Manfred J.: Wyleczyłem się z Parkinsona. Naturalne podejście do choroby PARKINSONA & Co. Sposoby uzdrawiania i nowe doświadczenia. Katowice: Wydawnictwo KOS, cop. 2017, 415 s.
Sygn. 438977 KZ T
37. Sandjon Chantal-Fleur: Smoothie. Dieta koktajlowa. Kielce: Wydawnictwo Jedność, cop. 2015, 126 s.
Sygn. 422309 KZ T
38. Sanecka Dorota: Dlaczego chcesz być gruba? Czyli przełom w odchudzaniu. Białystok: Studio Astropsychologii, 2009, 141 s.
Sygn. 391288 KZ T
39. Smith Ian K.: Shred rewolucyjny program odchudzania. Dieta doktora Iana K. Smitha. Warszawa: Agora, 2014, 222 s.
Sygn. 439377 KZ T

40. Smith J. J.: Zielona dieta koktajlowa. Jak oczyścić organizm i schudnąć nawet 7 kg w 10 dni. Wrocław: Wydawnictwo Bukowy Las, cop. 2015, 173 s.
Sygn. 332257 KZ T
41. Sosnowska-Szczuka Aldona: Jedz ćwicz chudnij i nie poddawaj się! Warszawa: Wydawca Czerwone i Czarne, cop. 2016, 302 s.
Sygn. 427626 KZ T
42. Śladowska Aneta: Jak schudnąć 25 kg lekko, łatwo i przyjemnie. Białystok: Studio Astropsychologii, 2014, 226 s.
Sygn. 327078 KZ T
43. Tse Chantal: Kuchnia antyrakowa. Dieta profilaktyczna 237 przepisów. Wydawnictwo Esprit, 2011, 359 s.
Sygn. 433024 KZ T
44. Tunitsky Mollie, Gardner Gabriela: Stop zespołowi jelita drażliwego. Dieta FODMAP. Łatwy program dla osób z IBS i refluksem żołądkowo-przełykowym. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS, 2018, 157 s.
Sygn. 437965 KZ T
45. Uliano Sophie: Piękna na zawsze. Prosty 30-dniowy program jak wydobyć i zatrzymać piękno wewnętrzne i zewnętrzne. Wydawnictwo Vital, 2016, 405 s.
Sygn. 422238 KZ T
46. Wasilenko Agata: Dieta horoskopowa. Grodków: Wydawnictwo Grodkowskie, 2006, 137 s.
Sygn. 329628 KZ T
47. Węgiel Agnieszka: Jak nie masz w głowie to masz w biodrach. Brzeźnia Łąka: Wydawnictwo Poligraf, cop. 2016, 148 s.
Sygn. 432427 KZ T
48. Wilk Tobiasz, Płaneta Agnieszka: Mogę schudnąć. Cała prawda o odchudzaniu. Dieta cud nie istnieje. Wydanie: Wydawnictwo Esprit, 2012, 255 s.
Sygn. 339502 KZ T
49. Wilson Laura: Odkwaszanie. Szybki i skuteczny sposób na zdrowie. Białystok: Wydawnictwo Vital, 2016, 269 s.
Sygn. 428312 KZ T
50. Wojciechowski Włodzimierz Bernard: Vademecum rozumnego odchudzania. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Sub Lupa, cop. 2013, 113 s.
Sygn. 406457 KZ T