

YARARLANILAN KAYNAKLAR

- Aaron P. Nelson, Susan Gilbert**, Belleğinizi Nasıl Güçlendirebilirsiniz? Çeviren, Saadet Özkal, Optimist Yayınevi, İstanbul, 2005
- Ahmet Aydın**, 7'den 70'e Taş Devri Diyeti, Hayykitap, İstanbul, 2001
- Ahmet Rasim Küçükusta**, Hasta Etmeyin Adamı, Hayykitap, İstanbul, 2013
- Ayşegül Çoruhlu**, Alkali Diyet, Okyanus Kitabevi, İstanbul, 2013
- Ayten Altıntaş**, Sağlığın Can Damarı, Osmanlı Tıbbında Sağlıklı Yaşam, Yediveren yayıncılık, İstanbul, 2013
- Canan Karatay**, Karatay Diyeti'yle Yaşam Boyu Sağlık, Hayykitap, İstanbul, 2013
- David Burns**, İyi Hissetmek, Yeni Duygudurum Tedavisi, Çeviri Editörü, H.Alp Karaosmanoğlu, İstanbul, 2016
- Ender Saraç**, Doğanın Şifalı Eli, Doğan Kitapçılık, İstanbul, 2012
- Erhan Özer**, Şifa Sende, Doğan Egmont Yayıncılık, İstanbul, 2012
- Ertuğrul Akbay**, Yaş 75 Yolun Yarısı, Gençlik ve Sağlıklı Yaşam Sırları, Promat Yayınevi, İstanbul, 2013
- Fevzi Özgönül**, Göbeğimi Nasıl Eritirim, Kolayca Zayıflamanın 50 Basit Kuralı, Hayykitap, İstanbul, 2016
- Greg Wilkinson**, Stres, Morpa Kültür Yayınları, İnkılap Kitabevi, İstanbul, 2005
- Hüseyin Nazlıkul**, Detoksu Keşfedin, Alfa Kitabevi İstanbul, 2012
- İbrahim Adnan Saraçoğlu**, Bitkisel Sağlık Rehberi, Şan Ofset, İstanbul, 2006

- Joanna Hall**, Yürüyüş Diyeti, Walkactive Programme, Çev. Ahmet Fethi Yıldırım, Alfa Kitabevi, İstanbul, 2013
- Joseph Murphy**, Bilinçaltının Gücü, Zihinsel ve Bedensel İyileşme, Çev. Aslı Şimşek, Koridor Yayınevi, İstanbul, 2007
- Mehmet Öz**, Michael F. Roizen, Siz, Kullanım Kılavuzunuz, Koridor Yayıncılık, İstanbul, 2005
- Metin Özata**, Naturel Zayıflama, Hayykitap, İstanbul, 2013
- Michael Murray, N.D. ve Joseph. Pizzorno, N.D.**, Doğal Tıp Ansiklopedisi, Solgar Türkiye, İstanbul, 2015
- Mithat Yılmaztürk**, Sağlıklı ve Uzun Ömür El kitabı, Doğan Egmont Yayıncılık, İstanbul, 2011
- Muzaffer Kuşan**, Anti-aging Genç Kalma Sanatı, Remzi Kitabevi İstanbul, 2003
- Osman Müftüoğlu**, Hayat Bilgisi, Doğan Kitapçılık, İstanbul, 2005
- Osman Müftüoğlu**, Hafifleyin Gençleşin, Doğan Kitapçılık, İstanbul, 2004
- Osman Müftüoğlu**, Yaşasın Hayat, Doğan Kitapçılık, İstanbul, 2003
- Pierre Dukan**, Dukan Diyeti, Pegasus Yayınları, İstanbul, 2012
- Roberta Larson Duyff, MS, RD, CFCs, Çevirenler: Sevinç Yücecan, Gülten Pekcan, Berat Nursal, Tanju Besler**, Besin ve Beslenme Rehberi, Amerikan Diyetisyenler Derneği, Acar Matbaacılık, İstanbul
- Şebnem ÖZGEN ÖZKAYA**, Yaşam Kalitesi ve Fonksiyonel Besinler, Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi Cilt 1, Sayı 1, 62-68, 2021
- Timothe Ferriss**, 4 Saatte Süper İnsan, Çeviren, Füsün Doruker, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 2010
- Umay Villa**, Detoks ile Yağlara Veda, Alfa kitabevi, İstanbul, 2015

Umay Villa, Pilates ile Bölgesel İncelme, Sepya Yayıncılık, İstanbul, 2013

Ümit Aktaş, Mutluluk Kürleri, Hayykitap, İstanbul, 2016

Walter Willett, Patrick Skerrett, Yetişkinler İçin Sağlıklı Beslenme Klavuzu, Özlem Tüzel Akal, Acıbadem, Optimist Yayınevi, İstanbul, 2006

Yaşamak için Otofaji Müzeyyen İzmirli, Hasret Ecevit, Bülent Gögebakan, Arşiv Kaynak Tarama Dergisi . Archives Medical Review Journal 2014; 23(3):411-419

Yavuz Yörükoğlu, 45'ten Sonra, Hayykitap, İstanbul, 2016

Yegane Mutlu, Hastalanmadan Yaşayın, Okyanus Kitabevi, İstanbul, 2011

Zeyyat Sabuncuoğlu, Melek Tüz, Örgütsel Davranış, Alfa kitabevi, Bursa, 2016

Zeyyat Sabuncuoğlu, Örgütsel İletişim, Alfa Kitapevi, Bursa, 2016

www. Des livre pour changer de vie/ Vivre longetemp et bonne sante “Vivez la Vie de Vos Reves Grace a Votre Blog”

<https://drcrisafi.com/fr/article/acid-alkaline-balance-foods-chart>

<https://amelioresetasante.com/est-il-bon-de-boire-de-leau-pendant-les-repas/>

<http://www.maladies-psychiques.com/2011/03/les-effets-du-stress-sur-la-sante.html>

<https://habit.com.tr/otofaji-vucudunuzu-arindirmanin-gercek-yolu/>

<https://www.mansetturkiye.com/yazarlar/miyase-bulbul/iki-ogun-ye-zayifla-otofaji-diyeti/174/>