

image not found or type unknown



# Transforma tu alimentación con Montse Bradford

## Montse Bradford

**Fecha de publicación:**  
14/04/2015

Montse Bradford te ofrece consejos sencillos y eficaces y recetas fáciles de preparar que te ayudarán a que tu alimentación sea más sana y natural

**Sello Editorial:**  
Ediciones Paidós

## Contacto de prensa

Cuando queremos provocar un cambio en nuestras vidas y no sabemos cómo empezar, el exceso de información puede resultarnos agobiante, tanto que al final decidimos dejarlo todo y no hacer nada. En este tiempo, en el que vivimos acelerados y deseamos conseguirlo todo de forma exprés, Montse Bradford —pionera en la Alimentación Natural y Energética— te ayudará a empezar el camino de la transformación personal hacia una mejora de tu salud. Si sigues los seis pasos que se proponen en el libro, podrás poner en práctica la forma de alimentación y vida que la autora ha ido enseñando durante los últimos cuarenta años de su trayectoria laboral.

**Nombre:** Paloma Cordon

**Teléfono:** 93 492 86 33

**Email:**  
pcordon@planeta.es

## Montse Bradford

**Montse Bradford** (Barcelona) es escritora y experta en Alimentación Natural y Energética, terapeuta de Psicología Transpersonal y del arte de la curación vibracional.

Participa asiduamente en programas de radio y televisión. Colabora desde hace más de treinta años con revistas y publicaciones de salud alternativa inglesas y españolas como *Vital*, *Ecoespai*, *Ddona*, *Integral* y *Cocina Vegetariana*, entre otras.

Recibió el Premio Verde 2008 de la Fundación José Navarro por su obra y su trabajo a favor de la alimentación responsable y el desarrollo sostenible.

Más información en: [www.montsebradford.es](http://www.montsebradford.es)