

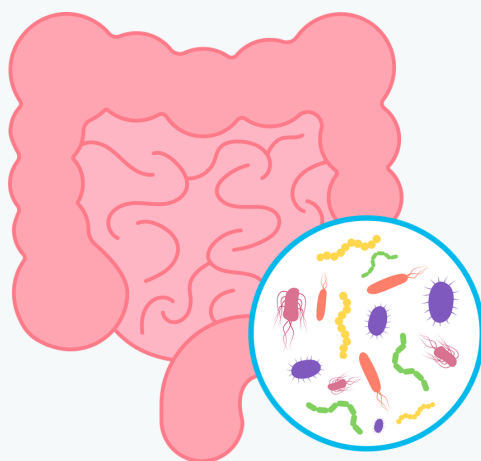
bac2nature

FOOD

Je bent wat je eet

Onze darmen spelen een cruciale rol in onze gezondheid. Voornamelijk de bacteriële diversiteit in onze darmen is van belang. Hoe kunnen we deze bacteriële diversiteit in onze darmen optimaliseren?

Een weerbare gezondheid staat in relatie met een hoge diversiteit aan bacteriën in ons darmmicrobioom



De diversiteit van het darmmicrobioom kun je verrijken met de juiste voeding

Plant micro-organismen van groenten en fruit dragen mogelijk bij aan het menselijk darmmicrobioom



Onbewerkte groenten en fruit bevatten veel gezonde micro-organismen

Binnen het voedingspalet hebben onbewerkte groenten en fruit de grootste diversiteit aan bacteriën

