

Livre

Auteur(s) : Cymes, Michel (1957-...) (Auteur) ;Romedenne, Patrice (1964-...) (Collaborateur)

Titre(s) : Votre cerveau / Michel Cymes ; avec la collaboration de Patrice Romedenne.

Editeur(s) : Paris : Stock, 2017.

Autres : 1 vol. (280 p.) . 24 x 16 cm

Résumé : Le médecin propose des conseils pratiques pour entretenir convenablement le cerveau, organe vital dont le fonctionnement correct a des répercussions sur tout le corps : alimentation, influences extérieures tels le sommeil, les écrans, le stress, les addictions ou le bonheur, mémoire, maladies pouvant l'affecter comme Alzheimer ou l'AVC.

Notes : Bibliogr.

Sujet(s) : Cerveau ;Cerveau ** Stimulation ;Vieillessement ** Prévention



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613 CYM	Prêt normal	Sorti	Plérin
Adultes	Documentaires	612 CYM	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Camus
Adultes	Documentaires	613 CYM	Prêt normal	Disponible	Plourhan
La doc mezzanine	Bien-être et santé	612.82 CYM	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux