

Livre

Auteur(s) : Cohen, Jean-Michel (1958-...) (Auteur)

Titre(s) : Mieux manger pour les nuls / Dr Jean-Michel Cohen.

Editeur(s) : Paris : First Editions, 2019.

Collection(s) : (Pour les nuls, ISSN 1248-4601).

Autres : 1 vol. (XX-580 p.) . 23 x 19 cm

Résumé : Des conseils pour adopter une bonne hygiène de vie ainsi qu'une alimentation adaptée à ses besoins et à divers maux. L'auteur présente une centaine d'aliments bons pour la santé lors de troubles tels que les maux de ventre chroniques, le cholestérol ou le diabète ainsi que les régimes alimentaires particuliers. Electre 2019.

Notes : Index.

Sujet(s) : Diététique ;Habitudes sanitaires ;Alimentation



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.2 COH	Prêt normal	Disponible	Ploufragan