

Livre

**Auteur(s)** : Liebscher-Bracht, Roland (Auteur) ;Bracht, Petra (Auteur) ;Gelpi, Orsola (Traducteur)

**Titre(s)** : Arthrose : le grand mensonge : pourquoi souffrir sans raison ? / Roland Liebscher-Bracht, Petra Bracht ; traduit de l'allemand par Orsola Gelpi.

**Editeur(s)** : Cesena (Italie) : Macro Editions, 2019.

**Collection(s)** : (Nouvelles pistes thérapeutiques).

**Autres** : 1 vol. (279 p.) . illustrations en couleur . 23 x 16 cm

**Résumé** : Un programme d'auto-traitement des douleurs provoquées par l'arthrose et les maladies articulaires. Les auteurs assurent qu'une alimentation adaptée, des exercices physiques et des massages à l'aide de rouleaux et de balles peuvent stimuler la repousse du cartilage abîmé.

**Notes** : Adresses utiles. Bibliogr. - Tout public.

**Sujet(s)** : Arthrose \*\* Thérapeutique



## Exemplaires

| Espace           | Localisation       | Cote      | Utilisation | Disponibilité | Bib. d'origine         |
|------------------|--------------------|-----------|-------------|---------------|------------------------|
| La doc mezzanine | Bien-être et santé | 616.7 LIE | Prêt normal | Disponible    | Saint-Brieuc - Malraux |

---