

Livre

Auteur(s) : Ferreux Maeght, Angèle (Auteur) ;Valinducq, Vincent (Auteur)

Titre(s) : Zones bleues : Sardaigne, Japon, Costa Rica, Grèce : à la rencontre de ceux qui vivent mieux et plus longtemps / Angèle Ferreux-Maeght, Vincent Valinducq.

Editeur(s) : Issy-les-Moulineaux (Hauts-de-Seine) : France 5, 2019 ; Paris : First Editions, 2019.

Autres : 1 vol. (273 p.) . illustrations en couleur, cartes . 21 x 15 cm

Résumé : Les zones bleues désignent les lieux où le nombre de nonagénaires et de centenaires en excellente santé est élevé. Les auteurs ont enquêté dans ces endroits particuliers pour découvrir les secrets de la longévité, de la Sardaigne au Costa Rica en passant par la Grèce et le Japon. Ouvrage conçu à partir de la série de documentaires diffusés sur France 5. ©Electre 2020.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Personnes âgées ** Alimentation ;Personnes âgées ** Santé et hygiène ;Longévité



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	613.043 FER	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux