

Livre

Auteur(s) : Goron, Joëlle (1943-...) (Auteur) ;Apiou, Delphine (Collaborateur)

Titre(s) : Trop jeune pour être vieille : petit manuel de savoir rire (et profiter) de son âge / Joëlle Goron ; avec Delphine Apiou.

Editeur(s) : Paris : Denoël, 2021.

Collection(s) : (Document pratique).

Autres : 1 vol. (149 p.) . 21 x 14 cm

Résumé : Des conseils, des informations et des astuces à destination des femmes quinquagénaires pour les aider à accepter leur âge : l'importance d'exercer son cerveau, de côtoyer ses amis, de prendre soin de son apparence, d'entretenir sa vie sexuelle, de prendre soin de sa santé, entre autres. ©Electre 2021.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Femmes âgées ;Vieillesse ;Guides pratiques



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	155.633 GOR	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux
