

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

---