

Livre

Auteur(s) : Allouche, Réginald Maurice (1956-...) (Auteur)

Titre(s) : La méthode hépato-détox : mincir durablement et sans danger grâce au foie / Dr Réginald Allouche.

Editeur(s) : Paris : Albin Michel, 2022.

Collection(s) : (Pratique).

Autres : 1 vol. (313 p.) . illustrations en noir et blanc . 24 x 16 cm

Résumé : Le nutritionniste montre que le foie est un acteur majeur dans la perte de poids chez un individu. Il propose un programme pour mincir, composé de journées types, d'idées de menus en fonction des saisons et de recettes, ainsi qu'un tableau de suivi. ©Electre 2022.

Notes : Index. - Tout public.

Sujet(s) : Régimes amaigrissants ** Recettes ;Foie ** Maladies ** Diétothérapie ** Recettes ;Foie ** Soins et hygiène ;Appareil digestif



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.25 ALL	Prêt normal	Sorti	Hillion