

Livre

Auteur(s) : Le Poncin, Monique (Auteur)

Titre(s) : Gym cerveau : objectif bien vieillir / Monique Le Poncin,... ; préf. du Prof. Christian Derouesné.

Editeur(s) : Paris : Stock, 2003 (27-Evreux : Impr. Hérissé).

Autres : 363 p. . ill. . 24 cm

Résumé : Présente des témoignages de scientifiques expliquant les conséquences du vieillissement sur le cerveau et la capacité de mémorisation. Propose également de nombreux tests et exercices pour entraîner, développer et rééduquer sa mémoire et son esprit.

Notes : Bibliogr. p. 351-360.

Sujet(s) : Cerveau ** Vieillesse ** Prévention



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	618.97 LEP	Prêt normal	Disponible	Ploufragan