

Livre

Auteur(s) : Mira Pons, Michèle (Auteur) ;Souppart, Gaëlle (Auteur)

Titre(s) : Je suis bien dans mon assiette / Michèle Mira Pons [et] Gaëlle Souppart.

Editeur(s) : Toulouse : Milan jeunesse, DL 2007 (85-Luçon : Impr. Pollina).

Collection(s) : (Les guides complices).

Autres : 1 vol. (43 p.) . ill. en coul., couv. ill. en coul. . 19 cm

Résumé : Destiné aux préadolescents, ce guide aborde l'ensemble des questions liées à la nourriture, montre l'importance et le rôle de chaque repas et l'intérêt de varier les aliments pour éviter les carences, et revient sur les mauvaises habitudes : sauter un repas, grignoter, etc. Il évoque également les principales maladies liées à l'alimentation (anorexie, boulimie, obésité).

Sujet(s) : Enfants ** Alimentation ** Ouvrages pour la jeunesse



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	613.2 MIR	Prêt normal	Disponible	Tréguieux