je-suis-bien-dans-mon-assiette

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	Trégueux