

Livre

Auteur(s) : Ladoucette, Olivier de (Auteur) ;Fontègne, Sylvie (Collaborateur) ;Poulain, François (1953-...) (Illustrateur)
Titre(s) : Le nouveau guide du bien vieillir : mémoire, cerveau, alimentation, sexualité, sommeil, forme / Dr Olivier de Ladoucette ; avec le concours de Sylvie Fontègne pour le cahier santé ; illustrations de François Poulain.
Editeur(s) : Paris : O. Jacob, cop. 2011 (27-Evreux : Impr. Hérissé).
Autres : 1 vol. (670 p.) . ill., couv. ill. en coul. . 25 cm
Résumé : Ce guide propose une description de tous les aspects médicaux et psychologiques du vieillissement : la transformation du corps, l'exercice physique, l'alimentation, la fatigue, l'insomnie, les soins esthétiques, la vie sexuelle, les petits-enfants, la personnalité, etc.
Notes : Webliogr. p. 669-671. Index.
Sujet(s) : Vieillesse ** Prévention ;Personnes d'âge moyen ** Santé et hygiène



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	612.67 OLI	Prêt normal	Mis de côté	Saint-Brieuc - Camus
