

Livre

Auteur(s) : Charrié, Jean-Christophe (Auteur) ;Clermont-Tonnerre, Marie-Laure de (Auteur)

Titre(s) : En bonne santé grâce à une alimentation naturelle [Texte imprimé] : Immunité-Energie- Détox- Mémoire- Sommeil... / Jean-Christophe Charrié, Marie-Laure de Clermont-Tonnerre.

Editeur(s) : Issy-les-Moulineaux (Hauts-de-Seine) : Prat, 2015.

Résumé : Un guide de vingt cures (mono-diètes, oligo-éléments, luminothérapie, etc.) pour prendre soin de sa santé grâce à des ingrédients d'origine naturelle comme l'huile d'onagre, les fruits rouges, le raisin ou les flocons d'avoine. L'ouvrage est complété de recettes pour une alimentation saine. Electre 2019.

Indice(s) : 613.26



Exemplaires

Cote	Support	Section	Localisation	Situation	Date retour	Titre	N° partie	Titre partie
613.2 CHA	Livre	Adulte	Documentair	Sorti	08/11/2024	En bonne santé grâce à une alimentation naturelle		
