

Votre cerveau

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Votre cerveau [Texte imprimé]

Auteur(s) : Cymes, Michel (1957-....)

Autre(s) responsabilité(s) : Romedenne, Patrice (1964-....) (Collaborateur)

Editeur, producteur : Paris : Stock, DL 2017
(27-Mesnil-sur-L'Estrée; Impr. CPI Firmin-Didot)

Description matérielle : 1 vol. (280 p.) ; 24 cm

ISBN : 978-2-234-08247-2

EAN : 9782234082472

Autres classifications : 610

Classification décimale Dewey : 612.82 23

Note(s) : Bibliogr., webliogr. et filmogr., 4 p.

Résumé ou extrait : Quand la tête va, tout va !« Et pour que tout aille bien, il ne tient qu'à vous, sans bouleverser votre existence, de tenir compte des multiples conseils qui figurent dans ce livre. Cette prise de conscience peut s'opérer dès maintenant, quels que soient votre âge et votre état de santé. Pas de révolution, juste de petits aménagements. Agissez sur votre alimentation, revoyez certaines de vos habitudes, prenez le temps de faire travailler votre mémoire ! Ainsi vous chouchouterez votre cerveau. L'enjeu ? Que votre vie soit belle tout simplement. »M. C. « On s'arrache l'ordonnance du docteur Cymes. »Le Parisien « Vivez mieux et plus longtemps est un livre sérieux, un guide de la santé pour les nuls plein d'astuces. »Libération

Sujet - Nom commun : Cerveau
Cerveau -- Stimulation
Cerveau -- Maladies

Image de présentation : <https://bibliotheques-numeriques.defense.gouv.fr/koha/ecrans/9782234082472-475x500-1.jpg>

Text alternatif image de présentation : 9782234082472-475x500-1.jpg