

Dr OLIVIER DE LADoucETTE



Le Nouveau Guide du bien vieillir

Mémoire • Cerveau • Alimentation
Sexualité • Sommeil • Forme



Livre

Titre(s) : Le nouveau guide du bien vieillir [Texte imprimé] : mémoire, cerveau, alimentation, sexualité, sommeil, forme / Olivier de Ladoucette ; avec la collaboration de Sylvie Fontègne ; illustrations François Poulain.

Auteur(s) : Ladoucette, Olivier de (Auteur) ; Fontègne, Sylvie (Collaborateur) ; Poulain, François (Illustrateur)

Editeur(s) : Paris : O. Jacob, 2011.

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.

Collection(s) : (Guide).

Notes : Index. - Tout public.

Sujet(s) : Vieillesse ** Prévention Personnes d'âge moyen ** Santé et hygiène

Dewey : 613



Exemplaires

Support	Section	Cote	Situation	Site propriétaire	Notes	Localisation
Livre	Adulte	613 LAD	En rayon	Montpellier		Montpellier