

Bonheur est dans les huiles



Télécharger



Lire En Ligne


[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Bonheur est dans les huiles

Hélène Lemaire

Bonheur est dans les huiles Hélène Lemaire

 [Télécharger Bonheur est dans les huiles ...pdf](#)

 [Lire en ligne Bonheur est dans les huiles ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Bonheur est dans les huiles Hélène Lemaire

124 pages

Présentation de l'éditeur

Oméga 3, Oméga 6, Oméga 9... Tout le monde en parle, mais les connaît-on vraiment ? L'auteur vous propose donc de les découvrir, de comprendre pourquoi ils sont si précieux pour notre santé, surtout dans quels aliments on peut les trouver. Les huiles végétales, aussi diverses que variées, sont des sources importantes de bons acides gras et donc d'Oméga. Broché 14 x 21 - 128 pages - Illustrations N&B

Biographie de l'auteur

Hélène Lemaire, diététicienne libérale à Marseille depuis plus de 15 ans, sophrologue et formée aux thérapies comportementales et cognitives, est très sensibilisée à l'environnement et tout particulièrement à l'agriculture biologique. Elle est formatrice dans une école de naturopathie et secrétaire de l'association Via Cérato qui organise le salon bio Artémisia de Marseille.

Download and Read Online Bonheur est dans les huiles Hélène Lemaire #IKWPLZAHVMF

IKWPLZAHVMFIKWPLZAHVMFIKWPLZAHVME