



## JEUNER POUR SA SANTE

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

# JEUNER POUR SA SANTE

*Nicole Boudreau*

**JEUNER POUR SA SANTE** Nicole Boudreau

Titre: Jeûner pour sa santé : Le secret du rajeunissement biologique

Collection: Santé

Auteur: Nicole Boudreau

Préface: Jean Rocan - biologiste

Editeur: Québecor

ISBN: 978-2-7640-1783-8

Date Parution: 2011

Format: 23 x 15.5 cm

Pages: 183

Etat: Occasion Bon Etat

Cette ouvrage nous décrit les effets thérapeutiques du jeûne et nous fait pénétrer dans un centre où Michelle, Paul, Julie et Thérèse s'y adonnent non seulement pour leur santé mais aussi pour leur bonheur.

 [Télécharger JEUNER POUR SA SANTE ...pdf](#)

 [Lire en ligne JEUNER POUR SA SANTE ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne JEUNER POUR SA SANTE Nicole Boudreau

---

178 pages

Présentation de l'éditeur

Jeûner à l'ère du fast food et de la médecine biotechnologique est considéré par plusieurs comme un anachronisme. Dans une société de loisirs et de plaisirs peu encline à la privation, le jeûne semble en effet austère. Pourtant, la recherche scientifique, après avoir connu un essor fantastique avec l'avènement de nouvelles technologies, nous ramène aujourd'hui au fondement de la santé humaine: le corps possède les moyens de se régénérer. La vie cellulaire est dynamique ; elle se renouvelle constamment et le jeûne stimule ce renouvellement.

Effectué en période de repos et à l'abri du stress, le jeûne permet à l'organisme de digérer ses toxines, ses cellules et ses tissus endommagés. Le corps peut ainsi se détoxifier et même rajeunir en profondeur.

Cet ouvrage nous décrit les effets thérapeutiques du jeûne et nous fait pénétrer dans un centre où Michelle, Paul, Julie et Thérèse s'y adonnent non seulement pour leur santé, mais aussi pour leur bonheur. Épuisés par la surconsommation et par un environnement contraignant, ils redécouvrent une thérapie vieille comme le monde et partagent ses bienfaits.

Biographie de l'auteur

**Nicole Boudreau** est biologiste. Ses études en communication et son expérience en tant que journaliste et conférencière font d'elle une excellente vulgarisatrice.

Download and Read Online JEUNER POUR SA SANTE Nicole Boudreau #5VJKI7BH4X0

Lire JEUNER POUR SA SANTE par Nicole Boudreau pour ebook en ligne JEUNER POUR SA SANTE par Nicole Boudreau Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres JEUNER POUR SA SANTE par Nicole Boudreau à lire en ligne. Online JEUNER POUR SA SANTE par Nicole Boudreau ebook Téléchargement PDF JEUNER POUR SA SANTE par Nicole Boudreau Doc JEUNER POUR SA SANTE par Nicole Boudreau Mobipocket JEUNER POUR SA SANTE par Nicole Boudreau EPub

**5VJKI7BH4X05VJKI7BH4X05VJKI7BH4X0**