

Virginie Parée
Préface du Dr Michel Lallement

L'ALIMENTATION SANTÉ

EN PRATIQUE



PLAQUE

ASTUCES,
RECETTES, MENUS
Retrouvez la forme !

L'Alimentation santé en pratique

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

L'Alimentation santé en pratique

Virginie PAREE

L'Alimentation santé en pratique Virginie PAREE

 [Télécharger L'Alimentation santé en pratique ...pdf](#)

 [Lire en ligne L'Alimentation santé en pratique ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne L'Alimentation santé en pratique Virginie PAREE

160 pages

Présentation de l'éditeur

Virginie PARÉE, coach nutritionnelle, collabore régulièrement avec le Dr Michel Lallement, chirurgien en cancérologie et auteur de l'ouvrage best-seller *Les Clés de l'alimentation santé*, en accompagnant de manière individuelle des personnes qui souhaitent reprendre en main leur alimentation.

Fatigue, surpoids, intolérances alimentaires, inconforts digestifs... et si quelques changements d'alimentation pouvaient vous aider ?

Virginie Parée vous livre dans ce guide pratique et simple les conseils qui vous permettront de devenir le propre artisan de votre mieux-être. Apprenez à diminuer ou supprimer le sucre, le gluten et les laitages, à établir un bon équilibre acido-basique et un régime minceur intelligent et sain. Ce livre vous accompagnera au moment de faire les courses, au restaurant, en vacances – et deviendra votre meilleur allié au

quotidien.

Biographie de l'auteur
Virginie Parée, passionnée de nutrition, collabore avec le Dr Lallement en accompagnant de manière individuelle les personnes confrontées à des difficultés liées à l'alimentation (intolérances, surpoids, terrains acides...). Elle donne des conférences en entreprise

sur l'alimentation, la performance et le bien-être au travail. *L'Alimentation santé en pratique* (Mosaïque-Santé, 2013) est suivi de *L'Alimentation santé en pratique : les recettes !* (Mosaïque-Santé, 2014). Son dernier ouvrage, *Mais pourquoi personne ne nous le dit ? L'Alimentation santé des ados*, paraît en 2015 chez le même éditeur.

Retrouvez toute l'actualité de l'auteur sur : www.virginieparee.wordpress.com

Download and Read Online L'Alimentation santé en pratique Virginie PAREE #LZRKX5NF7UQ

Lire L'Alimentation santé en pratique par Virginie PAREE pour ebook en ligne L'Alimentation santé en pratique par Virginie PAREE 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 L'Alimentation santé en pratique par Virginie PAREE à lire en ligne. Online L'Alimentation santé en pratique par Virginie PAREE ebook Téléchargement PDF L'Alimentation santé en pratique par Virginie PAREE Doc L'Alimentation santé en pratique par Virginie PAREE Mobipocket L'Alimentation santé en pratique par Virginie PAREE EPub
LZRKX5NF7UQLZRKX5NF7UQLZRKX5NF7UQ