

Bien-être & COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

Notre alimentation et notre mode de vie peuvent être à l'origine de carences nutritionnelles et ce même en ayant une alimentation qui semble équilibrée.

Les compléments alimentaires peuvent aider à combler ces déséquilibres en apportant les vitamines, minéraux, oligo-éléments et autres éléments indispensables garants d'une meilleure forme.

Composés d'ingrédients naturels, ils sont utiles pour donner un coup de pouce à notre organisme lorsque le besoin s'en fait sentir : changements de saison, fatigue, stress, insomnie, problèmes digestifs ou articulaires etc... L'offre actuelle étant très vaste, ce livre vous aidera à comprendre ce qu'est un complément alimentaire, comment l'utiliser et le choisir de manière judicieuse et efficace.

.....
Maité Demoulin (Paris) est naturopathe,
certifiée de l'Institut Supérieur de Naturopathie (ISUPNAT).
.....

14,90€

979-10-323-0362-7



Éditions
marie claire

Bien-être & COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

MAÏTÉ DEMOULIN
Naturopathe

Bien-être & COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES



Éditions **marie claire**