



SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE

JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE

superbes idées à mettre en application

 [Telecharger SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE ...pdf](#)

 [Lire en Ligne SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE ...pdf](#)

SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE

JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE

SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE

superbes idées à mettre en application

**Téléchargez et lisez en ligne SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE JEAN-MICHEL BORYS,
JEAN-FRANCOIS LEMOINE**

115 pages

Présentation de l'éditeur

Un Français sur cinq souffre de surcharge pondérale, nous disent les statistiques. Et les deux tiers de nos compatriotes ont déjà voulu ou dû perdre du poids... Au-delà des motivations esthétiques, ce désir répond à un véritable problème de santé. Car la surcharge pondérale et l'obésité abdominale peuvent se révéler une menace pour l'organisme. Les complications qui en découlent (cholestérol, diabète, hypertension, etc.) peuvent se révéler dangereuses, notamment pour le cœur, et, à terme, provoquer maladies cardiovasculaires ou attaques cérébrales. Or surveiller son tour de taille n'est pas insurmontable. Et une petite diminution du tour de taille entraîne souvent de grands bénéfices pour le cœur et le corps. Avec clarté et bon sens, Jean-François Lemoine et Jean-Michel Borys font des recommandations simples, à la portée de tous, pour préserver son cœur... et retrouver la ligne !

Biographie de l'auteur

Jean-Michel Borys est diabétologue et endocrinologue. Il partage son activité entre son cabinet médical à Lille et ses travaux de recherche sur les liens entre la nutrition et des maladies telles que le diabète, l'obésité et l'excès de cholestérol. Jean-François Lemoine, médecin-journaliste, est le chroniqueur Santé de France Info. Il est producteur depuis 1982 d'émissions et de documentaires médicaux télévisés.

Download and Read Online SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE #8NTW620CZ1V

Lire SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE par JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE pour ebook en ligne SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE par JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE 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 SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE par JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE à lire en ligne. Online SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE par JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE ebook Téléchargement PDF SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE par JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE Doc SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE par JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE Mobipocket SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE par JEAN-MICHEL BORYS, JEAN-FRANCOIS LEMOINE EPub
8NTW620CZ1V8NTW620CZ1V8NTW620CZ1V