

182  
mai 2023

3,90 €

**QUE CHOISIR**

**CDI**  
Lycée Mur / Porsmeur  
Morlaix

**182**

**MAI 2023**

UNE PUBLICATION DE L'UNION FÉDÉRALE  
DES CONSOMMATEURS - QUE CHOISIR

**2 ACTUALITÉS**  
Asthme : la qualité  
du sommeil jouerait  
aussi un rôle

**8 SANS  
ORDONNANCE**  
Les alternatives  
au sucre blanc

**9 MISE AU POINT**  
Un deuil prolongé  
est-il une maladie ?

**10 MÉDICAMENTS**  
L'arrêt du tabac  
se prépare

**11 TÉMOIGNAGE**  
"J'ai identifié moi-  
même mon trouble  
de l'attention"

**12 SE SOIGNER**  
Qu'est-ce qui  
change vraiment  
après 65 ans ?

**14 VOS  
COURRIERS**

**16 FOCUS**  
La monovision,  
mode d'emploi

# Santé

EXPERT • INDÉPENDANT • SANS PUBLICITÉ

## DOULEURS CHRONIQUES

### Soulager sans médicaments

