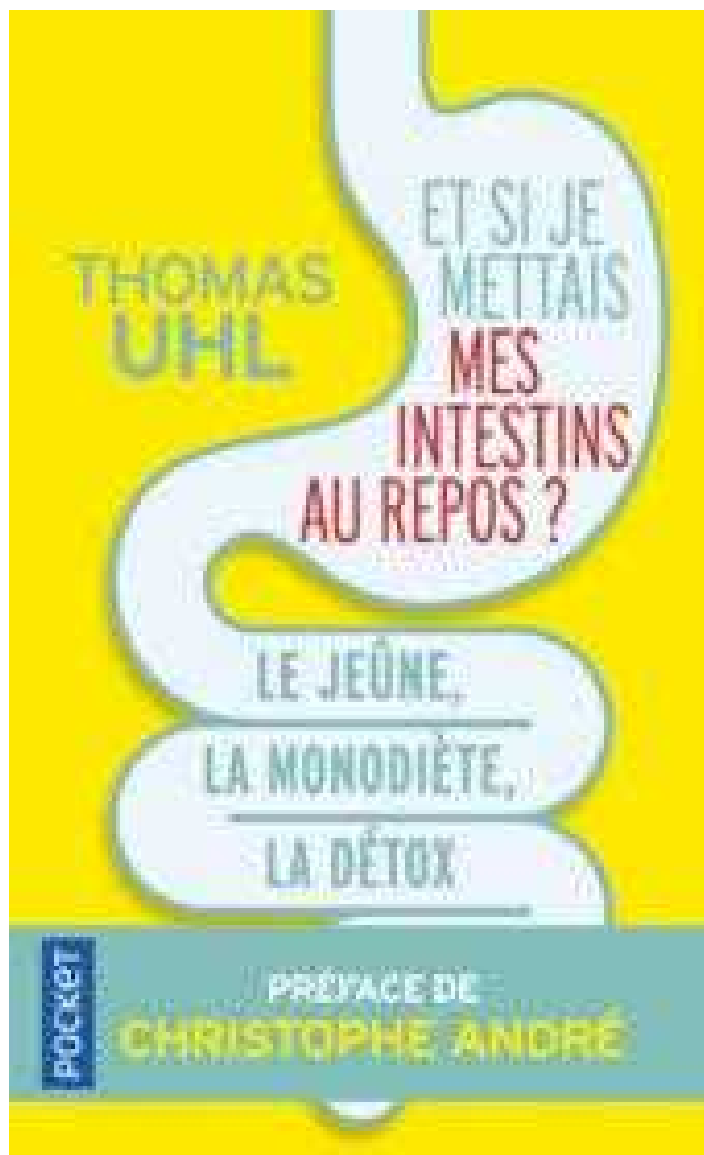


Et si je mettais mes intestins au repos ? PDF

Thomas Uhl



Ceci est juste un extrait du livre de Et si je mettais mes intestins au repos ?. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Thomas Uhl
ISBN-10: 9782266257077
Langue: Français
Taille du fichier: 3343 KB

LA DESCRIPTION

Détox, monodiète et jeûne sont les trois principales cures à appliquer pour mettre nos intestins au repos. Si, aujourd'hui, ces pratiques alimentent le débat scientifique, c'est que les nombreuses études dont elles font l'objet prouvent leurs bénéfices pour notre santé, et notamment leurs qualités en matière de prévention. Thomas Uhl, naturopathe reconnu, nous propose de nous pencher sur les vertus de la "vacance" et de découvrir comment nous pouvons radicalement influencer notre bien-être physique, mais aussi mental. Fiches pratiques, encadrés, questionnaires et schémas, mais aussi recettes alliant detox et plaisir, sont autant d'outils mis entre nos mains pour cultiver un nouvel art de vivre. Thomas Uhl est naturopathe. Son expertise fait référence dans le domaine de la detox et de la santé au naturel.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Livre : Livre Et si je mettais mes intestins au repos ? de Thomas Uhl, commander et acheter le livre Et si je mettais mes intestins au repos ? en livraison rapide, et ...

Et si je mettais mes intestins au repos ? - Thomas Uhl - La santé passe par nos intestins. Si cette affirmation n'est aujourd'hui plus à démontrer les perspectives ...

Découvrez Et si je mettais mes intestins au repos ? - Le jeûne, la monodiète, la détox, les 3 clés de la vitalité le livre de Thomas Uhl sur decitre.fr - 3ème ...

ET SI JE METTAIS MES INTESTINS AU REPOS ?

[Lire la suite...](#)