



**Rajeunir ?**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

# Rajeunir ?

*Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN*

**Rajeunir ?** Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN

 [Télécharger Rajeunir ? ...pdf](#)

 [Lire en ligne Rajeunir ? ...pdf](#)

Format: Ebook Kindle  
Présentation de l'éditeur

**La jeunesse ne s'achète pas, elle s'apprend et se " cultive " !**

Comment " rajeunir " de l'intérieur ? Telle est la question que posent Valérie Lamour et Marion Kaplan. Car même s'il est bien aujourd'hui de " faire jeune ", il est surtout nécessaire et primordial de rajeunir son âge métabolique pour vivre longtemps, en parfaite condition physique et mentale.

Quels sont les facteurs extérieurs et endogènes du vieillissement ? Comment lutter " contre " de manière drastique et offrir à son corps une immunité solide ?

Cet ouvrage inédit recense les toutes dernières découvertes sur les processus de dégradation cellulaire et d'empoisonnement du corps.

Vous y apprendrez les solutions de rajeunissement, en choisissant par exemple de vous nourrir d'aliments vivants dits " supérieurs " et de proscrire les aliments " morts " en adoptant l'alimentation vibratoire ; vous vous étonnerez de l'influence du psychisme sur votre avancée en âge ? la psychophysiologie ; vous saisissez le pouvoir de votre système hormonal et apprendrez à le préserver ; vous découvrirez les nouvelles médecines telles que les médecines quantiques et la nutri-génétique. À la quarantaine, il s'agit de vous préoccuper de vos quarante à cinquante prochaines années à vivre !... Ajouter de la vie aux années, tel est le combat que vous devez mener le plus tôt possible si vous souhaitez vivre mieux plus longtemps.

Présentation de l'éditeur

**La jeunesse ne s'achète pas, elle s'apprend et se " cultive " !**

Comment " rajeunir " de l'intérieur ? Telle est la question que posent Valérie Lamour et Marion Kaplan. Car même s'il est bien aujourd'hui de " faire jeune ", il est surtout nécessaire et primordial de rajeunir son âge métabolique pour vivre longtemps, en parfaite condition physique et mentale.

Quels sont les facteurs extérieurs et endogènes du vieillissement ? Comment lutter " contre " de manière drastique et offrir à son corps une immunité solide ?

Cet ouvrage inédit recense les toutes dernières découvertes sur les processus de dégradation cellulaire et d'empoisonnement du corps.

Vous y apprendrez les solutions de rajeunissement, en choisissant par exemple de vous nourrir d'aliments vivants dits " supérieurs " et de proscrire les aliments " morts " en adoptant l'alimentation vibratoire ; vous

vous étonnerez de l'influence du psychisme sur votre avancée en âge ? la psychophysiologie ; vous saisissez le pouvoir de votre système hormonal et apprendrez à le préserver ; vous découvrirez les nouvelles médecines telles que les médecines quantiques et la nutri-génétique. À la quarantaine, il s'agit de vous préoccuper de vos quarante à cinquante prochaines années à vivre !... Ajouter de la vie aux années, tel est le combat que vous devez mener le plus tôt possible si vous souhaitez vivre mieux plus longtemps.

#### Biographie de l'auteur

Valérie Lamourest l'auteur de nombreux ouvrages de santé tels que Le Régime de l'après-grossesse(Michel Lafon), Le Guide psy(Marabout), La Méthode Pilates pour la femme enceinte (Marabout), Où accoucher en France(Marabout), ou Vivre, un livre document sur les antidépresseurs paru aux Éditions du Cherche-Midi. Marion Kaplanest bio-nutritionniste, élève du docteur Kousmine. Elle mène depuis plus de trente ans une bataille contre la maladie et pour la bonne santé. Elle a écrit une dizaine d'ouvrages sur le thème de la santé tels que L'Alimentation selon l'enseignement du Dr Kousmine ;L'Alimentation de la femme enceinte et de l'enfant selon le Dr Kousmine ;L'Âge d'or de votre corps selon l'enseignement du Dr Kousmine (Robert Laffont) ; Alimentation sans gluten ni laitages (Grancher) ; Réussir son enfant pour la vie, avec le professeur Jean-Pierre Relier (Jouvence) ; Mes 10 commandements de santé : les bons plans de Marion (Jouvence). Elle a reçu en 2001 la médaille de bronze de la Société d'encouragement au progrès par le professeur Louis Leprince-Ringuet et la médaille d'argent de la même société par Yves Coppens.

Download and Read Online Rajeunir ? Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN #TJWAPICM67F

Lire Rajeunir ? par Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN pour ebook en ligneRajeunir ? par Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN 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 Rajeunir ? par Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN à lire en ligne. Online Rajeunir ? par Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN ebook Téléchargement PDF Rajeunir ? par Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN Doc Rajeunir ? par Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN Mobipocket Rajeunir ? par Valerie LAMOUR, Marion KAPLAN EPub  
**TJWAPICM67FTJWAPICM67FTJWAPICM67F**