



Entraîner sa mémoire, c'est malin

Anne Dufour, Catherine Dupin

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Entraîner sa mémoire, c'est malin Anne Dufour, Catherine Dupin

 [Telecharger Entraîner sa mémoire, c'est malin ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Entraîner sa mémoire, c'est malin ...pdf](#)

Entraîner sa mémoire, c'est malin

Anne Dufour, Catherine Dupin

Entraîner sa mémoire, c'est malin Anne Dufour, Catherine Dupin

Téléchargez et lisez en ligne Entraîner sa mémoire, c'est malin Anne Dufour, Catherine Dupin

208 pages

Présentation de l'éditeur

Les trous de mémoire ne sont pas une fatalité. Tout le monde est concerné, des ados aux seniors !

- Appliquez les 4 secrets pour maîtriser votre mémoire : encodage, tri, stockage, récupération... ou comment se construit un souvenir et comment le faire durer.
- Adoptez les astuces nutrition pour apporter 24/24 le bon carburant au cerveau : steak, jambon, cabillaud, légumes foncés, pamplemousse, fruits rouges... et comment les combiner pour un effet « plus ».
- Boostez votre mémoire avec notre programme en 30 jours : les meilleurs jeux pour une mémoire au top + des menus simples et gourmands pour doper vos neurones.

Les bonnes combinaisons alimentaires et les jeux experts pour dire stop aux pertes de mémoire !

Le petit + : Téléchargez gratuitement encore plus de jeux pour booster votre mémoire ! Rendez-vous à la dernière page ! Biographie de l'auteur

Anne Dufour est journaliste santé et auteur de nombreux livres à succès dont Le régime IG brûle-graisses ou encore Agar-agar, la nouvelle arme antikilos. Catherine Dupin a déjà écrit ou co-écrit de nombreux livres dont Mes petites recettes magiques détox.

Download and Read Online Entraîner sa mémoire, c'est malin Anne Dufour, Catherine Dupin

#ZFOY34GAIQB

Lire Entraîner sa mémoire, c'est malin par Anne Dufour, Catherine Dupin pour ebook en ligne Entraîner sa mémoire, c'est malin par Anne Dufour, Catherine Dupin 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 Entraîner sa mémoire, c'est malin par Anne Dufour, Catherine Dupin à lire en ligne. Online Entraîner sa mémoire, c'est malin par Anne Dufour, Catherine Dupin ebook Téléchargement PDF Entraîner sa mémoire, c'est malin par Anne Dufour, Catherine Dupin Doc Entraîner sa mémoire, c'est malin par Anne Dufour, Catherine Dupin Mobipocket Entraîner sa mémoire, c'est malin par Anne Dufour, Catherine Dupin EPub

ZFOY34GAIQBZFOY34GAIQBZFOY34GAIQB