

## Médiathèque de La Garde - Recherche SANTE : PREVENTION



**Titre** : Toujours jeune au naturel : le guide pour conserver forme, santé, beauté

**Support** : Livre

**Auteur** : Clergeaud, Chantal (1954-2008)

**Collection** : Je choisis le naturel !

**Editeur** : Edisud

**Date édition** : 2008

**Support** : Livre



**Titre** : Comment te passer du tabac

**Support** : Livre

**Auteur** : CLERGET, Stéphane

**Collection** : Adulte, mais pas trop !

**Editeur** : Limonade

**Date édition** : 2015

**Support** : Livre



**Titre** : Le meilleur médicament, c'est vous !

**Support** : Livre

**Auteur** : Saldmann, Frédéric (1953-....)

**Collection** : Documents

**Editeur** : Albin Michel

**Date édition** : 2013

**Support** : Livre



**Titre** : Les 4S pour rééquilibrer sa vie

**Support** : Livre

**Auteur** : Recchia, Christian

**Collection** : Quoi de neuf en sciences ?

**Editeur** : Humensciences

**Date édition** : 2021

**Support** : Livre

**Titre** : Bien manger pour ne plus déprimer : prendre soin de son intestin pour prendre soin de son cerveau

**Support** : Livre

**Auteur** : Fond, Guillaume (1981-....)

**Collection** : Santé

**Editeur** : O. Jacob

**Date édition** : 2022

Dr Guillaume Fond

**Bien manger pour  
ne plus déprimer**

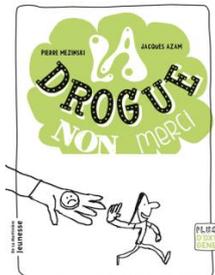
Prendre soin de son intestin  
pour prendre soin de son cerveau



Tout comprendre sur  
le lien entre le microbiote  
et la santé mentale



**Support : Livre**



**Titre : La drogue, non merci**

**Support : Livre**

**Auteur : Mezinski, Pierre (1950-....)**

**Collection : Plus d'oxygène**

**Editeur : De La Martinière Jeunesse**

**Date édition : 2016**

**Support : Livre**