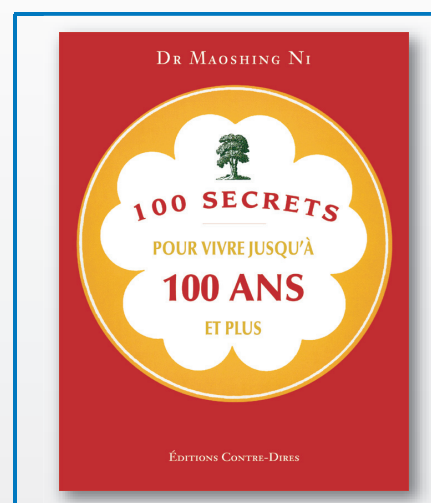


Editions Contre-dires

- Auteur : Dr Maoshing Ni
- Titre : Cent secrets pour vivre jusqu'à 100 ans et plus
- Genre : Médecines Naturelles
- Parution : Janvier 2007
- Format : 16 X 21 cm
- Pages : 328 pages illustrées
- Prix : 20 €
- ISBN : 978-2-84933-047-0
- Code Barre :



9 782849 330470



Les Secrets de la longévité est bourré d'idées surprenantes – toutes naturelles – pour vivre longtemps, rester en bonne santé et être heureux. Issu d'une prestigieuse lignée de médecins chinois et spécialiste de la longévité, le Dr Mao (ainsi que ses patients le connaissent) comporte d'innombrables conseils, étonnamment efficaces et simples : un peu de miel dans votre thé pour favoriser la guérison ; ou encore une promenade chaque soir après le dîner pour réduire les risques d'accidents vasculaires cérébraux et de problèmes cardiaques. Les textes sont organisés en chapitres sur l'alimentation, la guérison, l'environnement, les activités et les relations, vous permettant ainsi de trouver immédiatement ce que vous cherchez.

Les secrets de la longévité combine la sagesse orientale et les dernières découvertes de l'Occident. Il vous offre une multitude d'informations vous permettant de prolonger votre vie, d'avoir une santé radieuse et d'être mille fois plus heureux.