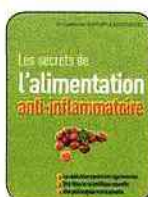


top minceur
Et si vous avez envie d'aller plus loin...
D'autres astuces à piocher dans des livres



« 12 semaines pour maigrir et affiner sa silhouette », **Dr C. Serfaty-Lacrosnière**, éd. **J'ai Lu**.



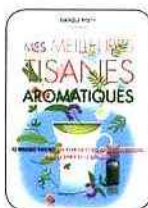
« Les secrets de l'alimentation anti-inflammatoire », **Dr C. Serfaty-Lacrosnière**, éd. **Albin Michel**.



« Je mange et je suis bien, votre nouveau comportement alimentaire », **F. Pujol**, coll. **Les Psychoguides**, éd. **PUF**.



« Maigrir avec la nutrition comportementale », **Drs E. Villemur et E. Ménat**, éd. **Thierry Souccar**.



« Mes meilleures tisanes aromatiques », **D. Festy**, éd. **Leduc.s**.



« Maigrir avec la méthode Montignac pour les nuls », **M. et S. Montignac**, éd. **First**.



« Ceci n'est pas un régime », **L. Salomon**, éd. **Marabout**.



« Sculptez votre silhouette », **Dr A. Monnami et J. Sanchez**, éd. **Thierry Souccar**.