

Top Santé prend soin de votre santé mentale

mar 02/04/2024 - 15:17



Ce mois-ci, Top Santé (Reworld Media) prend soin du corps et de l'esprit. Fléau pour beaucoup, les kilos émotionnels peuvent vite devenir un fardeau. Dans ce nouveau numéro, Top Santé répertorie 10 conseils pour enfin se débarrasser de ce poids en trop et se sentir mieux. En complément de cette rubrique, les lecteurs pourront également découvrir les meilleurs actifs minceur, mais aussi des conseils sur la thérapie pour se remettre d'un stress post-traumatique. Enfin, la rédaction informe ses lecteurs sur les AVC et élimine les mauvaises habitudes pour réduire au maximum les risques. À retrouver également, le cahier médecine qui propose 30 pages de conseils santé pratique.

Grand format Prix : 2,90 €

Codification : 15911

Petit format Prix : 2,70 €

Codification : 15912

Magazine + Shorty Prix : 10,50 €

Union Presse - 16 place de la République 75010 Paris - Tél : 01 42 40 27 15