

ELLE aide à vivre plus longtemps

mer 15/01/2025 - 13:06



Pour vivre mieux, mangeons mieux. ELLE Nutrition (CMI France) aide à vivre plus longtemps. À compter du 16 janvier, il dévoile ses secrets de longévité. Pour son premier numéro de l'année, le hors-série invite Perla Servan-Schreiber, qui livre tous ses secrets de ses recettes longue vie à faire entre 30 et 80 ans. Pas question de baisser les bras en 2025. Le magazine partage un guide anti-inflammatoire de petits plats et bons réflexes. La rédaction livre la vérité sur les compléments alimentaires.

Prix : 7,50 €

Codification : 14345