

National Geographic stimule le cerveau

mer 26/08/2026 - 15:57



Les souvenirs remontent à la surface. National Geographic (Unique Heritage Media) mobilise tous les neurones possibles avec la sortie d'un hors-série dédié à la mémoire. Le numéro spécial, qui rejoindra les linéaires dès le 28 août, dévoile les clés pour mieux comprendre son fonctionnement et les facteurs qui l'influencent au quotidien. Des informations claires, des conseils pratiques et des pistes concrètes entretiennent les capacités cognitives à chaque étape de la vie. Le titre propose de ralentir le déclin cognitif en adoptant une alimentation bénéfique pour la santé cérébrale et un meilleur sommeil.

Prix : 6,90 €

Codification : 16760