

Une sélection de livres et de vidéos

À commander sur les différents

sites internet ou en librairie



Transformez votre relation avec la nourriture dès maintenant.

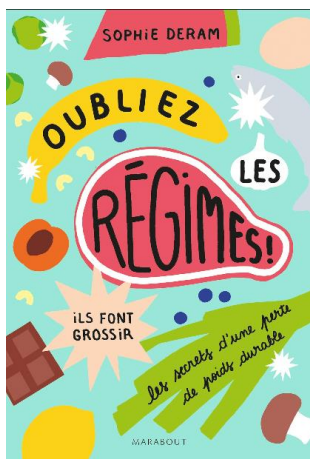
DÉCOUVREZ
UNE MANIÈRE
SAINE DE
MAIGRIR



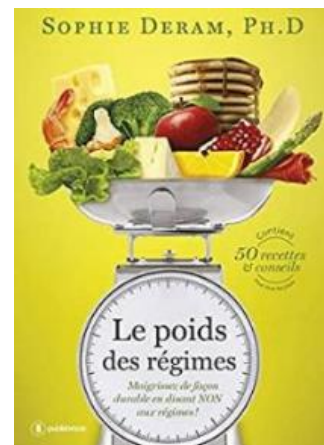
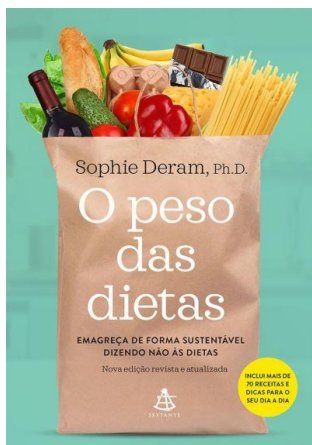
Bonjour! Je suis Sophie Deram, diététicienne-nutritionniste, mes deux passions depuis plus de 20 ans sont les sciences de la nutrition et de la neuroscience du comportement

alimentaire.

Site internet : <https://www.sophiederam.com/fr/>



Notre coups de cœur



N'hésitez pas à regarder ses vidéos dont la dernière en date de mars 2020: <https://www.youtube.com/watch?v=CjZqqjhXBXQ>