

Vieillesse cellulaire et les moyens de la prévention. **Partie II**

Dans le programme:

- les 3 voies de la régénération cellulaire :
 - la voie comportementale : 5 pratiques qui freinent la mort cellulaire (*recap. rapide*)
 - la voie naturelle / pharmacologique : comment réparer les fautes d'ADN accumulés durant la vie et **prolonger la vie de nos cellules** ?
 - Protectors gériatriques VS Hormèse, ou pourquoi ce qui ne nous tue pas nous rend plus forts?
 - Solutions naturelles de **protection anti-tumeurs**, cardiovasculaire et anti-âge
 - Tout sur les **radicaux** libres
 - La prévention du photo-**vieillesse** de la peau
-
- Format de séminaire sur 1h30
 - Supports en pdf fournis

Sources :

- **Inserm** : [Institut National de la santé et de la recherche médicale](#)
- **Cochrane Library** : une des meilleure [ressource](#) pour la recherche méthodologique
- **Université de Genève** : [communiqués](#) de presse
- **US National Library of Medicine** : la plus grande [bibliothèque](#) médicale du monde. Spécialisée en médecine, dans les sciences et techniques associées.