

Jeûne et oxygène, une combinaison gagnante !

Les mitochondries sont de minuscules organites présents en grand nombre dans les cellules, à l'origine de 90 % de l'énergie nécessaire à l'organisme. Jeûner, c'est optimiser leur fonctionnement. Cette conférence aborde comment le jeûne agit et pourquoi l'appui de l'oxygène est indispensable.

Béatrice MERCIER



Chercheur, Conférencière, Titulaire d'un Doctorat d'Ecologie et d'un Doctorat de Biologie, axé sur la Biochimie de l'Oxygénation Cellulaire, Béatrice Mercier est responsable de la recherche biologique auprès du Laboratoire Holiste et assure également la formation des professionnels de santé.