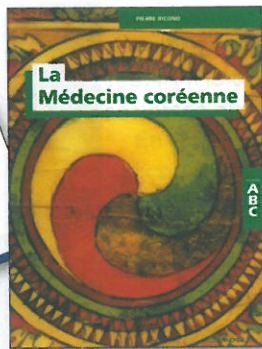
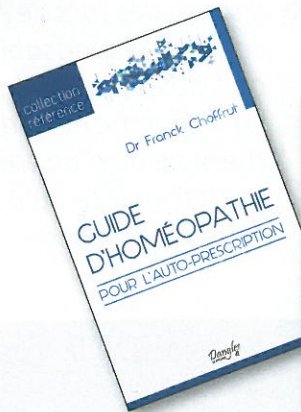




# PLAISIR DE LIRE



## GUIDE D'HOMÉOPATHIE

**Dr Franck Choffrut - Éditions Dangles**

Avec une description fine et subtile des principaux maux rencontrés couramment, l'auteur nous propose les solutions homéopathiques appropriées sous une forme accessible à tous. Pour une compréhension aisée, l'ouvrage est structuré en trois parties : une information synthétique sur l'homéopathie, des fiches par symptôme, les médicaments homéopathiques. Un livre pratique qui s'adresse de façon raisonnée à ceux qui recherchent une alternative thérapeutique sans danger.

## LA MÉDECINE CORÉENNE

**Pierre Ricono - Éditions Grancher**

Depuis 2000 ans, la médecine traditionnelle coréenne n'a cessé de croiser les approches, compiler, synthétiser les démarches des autres médecines est-asiatiques et occidentales. Introspection, méditation, acupuncture, bains et massages, mais aussi et surtout pharmacopée et alimentation, cet ouvrage propose un tour d'horizon très détaillé de la médecine coréenne et de ses différentes branches, en particulier la médecine Sasang qui répartit les être humains en quatre groupes en fonction de leur constitution.

## LE MANUEL DE SANTÉ

**Louissette Mantilleri - Éditions Favre**

Si vous souhaitez prendre soin de votre santé à l'aide de remèdes naturels, apprendre quel régime alimentaire convient le mieux à votre groupe sanguin ou découvrir les bienfaits de la médecine cellulaire, ce livre représente une mine d'or de savoirs et de conseils, fruits d'une vie entière consacrée aux autres.

## ÉQUILIBRE ET MÉDITATION PAR LES PLANTES

**Claire Tiberghien - Éditions Jouvence**

Ce livre nous fait découvrir trente plantes, classées selon les cinq éléments de la médecine chinoise, qui, à travers leurs messages, offrent un chemin de questionnement, des pistes pour se comprendre et évoluer.



## COUP DE COEUR

**Bernard Swynghedauw**

### L'HOMME MALADE DE LUI-MÊME



Rechauffement du climat, pollutions, modification de la biodiversité... ces nouveaux risques qui menacent notre santé

Belin

### L'HOMME MALADE DE LUI-MÊME

**Bernard Swynghedauw - Editions Belin**

En 60 ans, 300 maladies infectieuses nouvelles sont apparues chez l'homme, à l'exemple du sida. Dans la même période, l'incidence de maladies allergiques comme l'asthme ou celle de maladies auto-immunes comme le diabète de type 1 ont pratiquement doublé, voire triplé. Quant à la liste des polluants divers, elle ne cesse d'augmenter, et avec eux un cortège de maladies qui leur sont peut-être liées. Dans ce livre l'auteur montre, exemples à l'appui, l'impact de l'homme sur sa propre santé. Il accorde une place particulière aux bactéries de nos intestins, qui sont indispensables à notre survie et dont l'écologie est elle aussi perturbée par nos modes de vie. Il dessine dans ce livre une discipline naissante, celle d'une approche écologique de la santé.