

# Vos produits « bio » sont-ils dans cette LISTE noire ?

Cher(e) ami(e) de la santé,

60 millions de consommateurs vient de publier une étude portant sur 130 produits biologiques.

14 catégories alimentaires ont été examinées : œufs, céréales, laits, huiles d'olive, gâteaux, pommes, bananes, pâtes à tartiner, plats préparés, pizzas, charcuteries, pommes, chips, yahourts et jus de fruits <sup>[1]</sup>.

*Attention : le rayon bio cache de mauvaises surprises*

Et les résultats sont loin d'être rassurants.

- La plupart des **laits et des œufs bios** sont plus contaminés en dioxines et PCB que les laits et œufs conventionnels. Les dioxines sont des molécules issues des rejets d'incinérateurs, tandis que les PCB sont des produits cancérogènes et perturbateurs endocriniens interdits depuis 1987... mais que l'on retrouve encore dans les sols des fermiers des décennies après !!
- Les phtalates – des plastifiants cancérogènes là encore - ont été retrouvés dans des **huiles d'olive biologiques** alors que d'autres huiles non bio n'en contenaient pas... C'est le cas de la Marque Repère Bio Village de Leclerc ou encore de l'huile d'olive Bio Planète...
- De nombreux gâteaux contiennent plus de sucres ajoutés que leurs homologues non bio – pour « compenser » l'utilisation de la farine complète ;
- Il n'est pas rare de trouver des **pesticides dans les produits bio** – naturels certes, mais non moins nocifs pour la santé : la bouillie bordelaise est un fongicide fabriqué avec du cuivre et de la chaux, potentiellement toxique pour l'homme.
- Le riz Monoprix Bio contient du tricyclazole à hauteur de 0,019 mg/kg, alors que la limite maximale autorisée en agriculture conventionnelle pour ce pesticide est à 0,01 mg/kg ;
- Et c'est sans compter tous les **produits chimiques** utilisés par l'agriculture intensive qui se retrouvent dans les tomates ou les carottes biologiques lorsque les champs sont voisins...

Alors un conseil : ne pensez pas qu'il suffit d'acheter des produits « bio » les yeux fermés pour préserver sa santé.

Il y a une meilleure solution pour manger sans risque.

Mais avant de vous la dévoiler, je dois vous avertir d'un autre danger, qui plane dès que vous passez le portique du supermarché...

Dans chaque rayon, il y a des poisons qui se cachent, et personne ne vous le dira...

Voilà pourquoi il devient INDISPENSABLE d'avoir avec soi une petite liste des aliments à éviter.

Ce genre de liste :

# Les 60 additifs à rayer de votre liste de courses

J'ai entre mes mains la liste des principaux « ingrédients » nocifs pour la santé :

- J'ai pu **détecter pour vous les meilleures charcuteries** – vous n'aurez même plus à vérifier la liste des ingrédients pour savoir lesquelles sont bourrées de nitrite de potassium, un composé qui augmente de 18% le risque de cancer à chaque fois que vous en mangez 50 grammes... ! [2]
- Si vous avez l'habitude d'acheter des **pots de confiture** chez Carrefour, vérifiez bien qu'elles ne contiennent pas de benzoate de calcium (E213), un conservateur qui cause des troubles respiratoires ....
- Certains exhausteurs de gout comme l'acide glutamique que l'on retrouve dans les **soupes préparées** peuvent entraîner des spasmes des bronches et des céphalées violentes ;
- Et c'est sans compter tous les additifs cachés : les industriels ne sont même pas tenus de mentionner les colorants dans leurs préparations, ni certains additifs dès lors qu'ils ne sont pas considérés « chimiques ».
- Ainsi la plupart des **fromages fondus** (comme la *Vache qui rit* mais aussi d'autres plus « haut de gamme ») contiennent des « sels de fonte », qui ne sont même pas mentionnés sur l'emballage – alors qu'ils peuvent causer une déminéralisation des os, des troubles cardiaques par dépôt de calcium dans les artères et même de l'ostéoporose ! [3]

Ce tableau complet, je peux vous l'envoyer sur simple demande.

Il est publié en pages centrales du tout dernier numéro *Guérir & Bien Vieillir* – un numéro entièrement consacré aux risques liés à l'industrialisation de la société : dénutrition, pollution agricole, pollution atmosphérique, dangers liés aux cosmétiques, aux ondes...

Pour la première fois, il vous livre de VRAIES SOLUTIONS pour purifier votre environnement et vous **construire un véritable cocon**, à l'abri de l'agitation toxique du monde industriel.

C'est la première fois qu'un éditeur de santé publie un tableau aussi clair et concis, avec les explications des risques pour la santé et des produits les plus à risque.

Lorsque vous l'ouvrez à sa moitié, vous tombez directement sur ce tableau complet, sur 2 pages, récapitulant les principaux additifs à éviter lorsque vous faites vos courses.

## Détachez ce tableau et accrochez-le sur le frigo (ou emportez-le chez Carrefour ou Intermarché )

Les produits les plus souvent incriminés sont affichés en marge, juste à côté des symptômes qu'ils peuvent causer.

Ce dossier est à la pointe des dernières recherches sur la santé et l'environnement.

Il a été écrit par le Dr Eric Ménat, président de la branche Sud de l'association *Santé Environnement France*, l'association de référence pour protéger les Français de la pollution et des autres risques environnementaux.

Face à la pollution croissante, aux ondes électromagnétiques, aux pesticides dans nos champs, aux polluants dans nos aliments et dans nos baignoires, aux composés toxiques présents dans l'air... POUR LA PREMIÈRE FOIS, en 32 pages, ce médecin ultra-engagé vous résume les meilleures solutions qui existent.

Quand vous aurez ce dossier sous la main, vous pourrez respirer d'un souffle nouveau :

- vous pourrez faire vos courses en toute sérénité, en sachant que vous n'allez pas boucher vos artères,
- vous saurez utiliser votre téléphone sans endommager votre cerveau,
- vous pourrez faire le ménage **sans augmenter le risque de cancer de votre mari**,
- et vous accueillerez vos petits-enfants sans craindre que dans votre maison se cachent des substances qui pourraient leur causer de l'asthme...

Préparez-vous à vous construire une véritable barricade de santé contre tous ces dangers croissants qui planent autour de nous – et contre lesquelles il existe de vraies solutions.

## Enfin des solutions efficaces face au Wi-Fi et aux ondes « toxiques »

Les ondes électromagnétiques sont un danger totalement sous-estimé par la population.

Le Dr Eric Ménat l'a étudié de fond en comble :

- Une étude de 2004 suggère que les ondes pourraient entraîner une destruction de l'ADN, ce qui expliquerait les taux anormaux de leucémies constatées autour des lignes à haute tension.
- L'irradiation d'un téléphone portable est aussi élevée que lorsqu'on est sous une antenne relai à 30V/m. Cette irradiation est soupçonnée de créer des trous dans la barrière entre le sang et le cerveau...

Mais le but du Dr Ménat n'est pas de vous faire paniquer.

Voilà pourquoi il vous livre au contraire des astuces simples et précises face aux ondes :

- Comme cet objet qui - s'il est de bonne qualité - peut vous permettre **d'avoir accès à internet dans toutes les pièces de votre lieu de vie sans plus jamais utiliser du wifi** ;
- 1 astuce simple pour que votre box wifi s'éteigne automatiquement la nuit et que les ondes ne vous empoisonnent pas pendant que vous dormez – et ainsi faire baisser d'au moins 60% ce risque d'irradiation...
- Divisez par 25 votre exposition aux rayonnements électromagnétiques de votre téléphone portable en utilisant simplement des écouteurs (mais pas n'importe lesquels : certains écouteurs *bluetooth* par exemple sont pires que tout) ;
- Comment faire pour protéger son cerveau lorsque vous vous servez de votre téléphone

comme d'un réveil : il existe un raccourci simple à activer et qui coupe instantanément tout contact avec le monde extérieur...

Mais ce n'est pas tout.

Dans votre dossier, vous trouverez aussi toutes les manières de « purifier » l'air de votre maison.

Vous savez sans doute que l'air de votre maison est 7 fois plus pollué que l'air extérieur.

Mais qu'est-ce que cela veut dire, concrètement ?

C'est simple : les molécules chimiques des produits d'entretien flottent littéralement dans les couloirs et les pièces, en lévitation.

Autrement dit, vous avalez des particules toxiques à chaque fois que vous respirez...

## Comment recycler l'air de votre maison – et respirer « pur »

Rassurez-vous : dans quelques jours, vous n'aurez plus à utiliser de cosmétiques toxiques.

Vous pourriez apprendre à créer vos propres produits ménagers, à remplacer vos cosmétiques actuels par des substances aimables qui caressent votre peau sans l'irriter...

Et recycler littéralement l'air de votre maison de manière simple :

- Vous saurez pourquoi il faut se méfier des termes comme le *cetrimonium bromide*, le *méthylisothiazolinone* ou encore le *formaldéhyde* présents **dans certaines crèmes de soin** ;
- Pour le nettoyage, vous connaissez sans doute le savon noir qui nettoie les sols, carrelages et parquets avec brillance **sans laisser de traces de produits chimiques** dans votre maison – ou encore le bicarbonate de soude, mais ce ne sont pas les seuls... Un des meilleurs « liquides vaisselle » est **3x moins cher** que ceux vendus en tant que tels dans le commerce et n'a aucun impact sur les bronches ou l'irritation de la peau ;
- Le Dr Ménat vous révèle aussi la vérité sur les crèmes solaires et la meilleure manière de se protéger sans se saupoudrer de parabens ou de dioxyde de titane (potentiellement cancérigènes) ;
- Vous saurez aussi comment nettoyer votre cerveau des métaux lourds, jardiner sans risque, trouver les viandes et les aliments les moins à risque, etc.

Cela fait des années que je scrute Internet, les librairies et les médias à la recherche de solutions concrètes face à la pollution de l'environnement.

Et je peux vous dire que je ne suis jamais tombé sur un dossier aussi complet, avec autant d'informations que celui-ci.

Si avez encore le moindre doute concernant l'un de ces éléments, c'est LE dossier à avoir chez vous.

Vous aurez toutes les solutions pour **transformer votre maison en une oasis de pureté**, loin de la pollution, où il fait bon vivre en été comme en hiver.

Ce dossier, je vous l'envoie directement chez vous si vous vous abonnez à l'essai aux Dossiers du Dr Ménat.

## Le thérapeute qui maîtrise (presque) toutes les médecines

Vous connaissez peut-être le **Dr Ménat** pour l'avoir vu dans l'émission « Allo Docteur », sur France 5.

Ou peut-être avez-vous vu ses nombreux livres autour de la santé naturelle dans votre librairie.

Le Dr Ménat a une quantité assez impressionnante de diplômes dans le domaine de la médecine globale.

En plus de la médecine « classique », il maîtrise :

- La **Nutrition** et nutrithérapie – c'est sa passion depuis toujours ;
- La **Phytothérapie** (médecine par les plantes) et l'**Aromathérapie** (huiles essentielles) ;
- **L'Homéopathie** – sa formation initiale ;
- La **Naturopathie** - qu'il a enseignée avec le grand Robert Masson ;
- La **Cancérologie** – il est diplômé de carcinologie clinique auprès de l'institut Gustave Roussy de Villejuif ;
- Et aussi : **l'immunologie**, la **mésothérapie**, la **gemmothérapie**, la nutrition comportementale, l'équilibre émotionnel, la médecine prédictive, etc.

C'est pourquoi le Dr Ménat a publié plus d'une dizaine de livres de référence pour le grand public : sur le diabète, l'ostéoporose, la perte de poids, le cholestérol, le cancer, etc.

Mais ce qui fait sa grande différence, ce ne sont pas ses diplômes ou ses livres, mais son **expérience**.

## Du Dr Seignalet... au Prix Nobel de Médecine, le Dr Ménat travaille avec les plus grands

Dès les années 1990, le Dr Ménat a travaillé sur les **maladies auto-immunes** avec le Dr Jean Seignalet.

Jean Seignalet, c'est ce géant de la médecine naturelle qui a prouvé 30 ans avant tout le monde qu'un régime « hypotoxique » sans lait et sans gluten pouvait contribuer à guérir 91 maladies de notre temps !

Le Dr Ménat fait aussi partie du groupe Chronimed, regroupé autour du prix Nobel de Médecine français.

Chaque mois, le Dr Ménat rencontre les autres membres du groupe pour partager leur expérience et leurs découvertes sur les **maladies chroniques** (arthrose, diabète, cancer, etc.).

Imaginez les plus grands cerveaux de la médecine naturelle, réunis autour d'une table à « phosphorer » pour le bien de leurs patients !

Le Dr Ménat est toujours à l'affût des « bonnes pratiques » et découvertes. Et c'est sans doute pour cela que ses patients lui sont fidèles.

## **Gagnez 20 ans d'avance sur la médecine officielle**

S'il faut au moins 6 mois pour espérer obtenir un rendez-vous avec le Dr Ménat, ce n'est pas pour rien.

Victime de son succès, il n'accepte d'ailleurs quasiment plus aucun nouveau patient.

Car son approche a des années d'avance sur la médecine conventionnelle.

Grâce à son savoir et son expérience, il a aidé des milliers de patients à INVERSER des maladies cardiaques graves... à SORTIR la tête haute de l'épreuve du cancer... à PRÉVENIR Alzheimer avant qu'elle ne se développe... et à FAIRE TAIRE les douleurs chroniques comme celles de l'arthrose.

En fait, quelle que soit la complexité de votre cas... et même si votre diagnostic est décourageant, le Dr Ménat aura quelque chose à vous proposer.

Même des maladies « incurables » comme l'autisme ne le désarment pas. Dans les années 1990, vingt ans avant tout le monde, il avait déjà montré que la nutrition faisait des merveilles sur un tiers des enfants autistes... et les familles qu'il a aidées l'en remercient encore !

Grâce à son travail acharné, le Dr Ménat a toujours des années d'avance sur les autres médecins.

## **Protégez-vous de la propagande des lobbys pharmaceutiques et agroalimentaires**

Je ne compte plus le nombre de fois où il a dénoncé les dangers de certains médicaments de

nombreuses années avant que les scandales n'exploient :

- Au début des années 2000, au moment où tous les spécialistes saluaient l'arrivée d'une nouvelle classe de médicaments contre le **diabète et le surpoids** (les « *thiazolidinediones* »), le Dr Ménat recommandait à ses patients de ne surtout pas y toucher... Résultat ? Ces médicaments ont été retirés du marché en 2011, à cause de leur dangerosité ;
- Même chose pour le *Protelos*® contre l'**ostéoporose**, qui vient d'être retiré du marché par le laboratoire Servier en mars 2017 : le Dr Ménat en a dénoncé publiquement les dangers il y a 10 ans, à une époque où ce médicament était encensé dans les médias ;
- Quant aux médicaments contre **Alzheimer**, le Dr Ménat les a toujours déconseillés à ses patients... mais il a fallu attendre 2016 pour que la Haute Autorité de Santé reconnaisse qu'ils sont inefficaces et dangereux !

Comprenez bien que le Dr Ménat n'est pas du tout anti-médicament par principe.

Il sait parfaitement que certaines molécules pharmaceutiques peuvent sauver des vies, généralement en cas d'urgence.

Mais il sait aussi qu'il existe presque toujours des alternatives naturelles plus efficaces et moins dangereuses.

Donc, que ce soit pour traiter un reflux gastro-œsophagien, de l'hypertension, du cholestérol élevé, une dépression ou d'autres problèmes communs, il saura vous recommander les alternatives qui fonctionnent.

Et parce qu'il se renseigne sur tous les fronts, le Dr Ménat a aussi prévenu ses patients des années à l'avance du danger des ondes des téléphones portables, des additifs alimentaires comme le dioxyde de titane (cancérogène) ou du gluten.

## **Vous pouvez désormais bénéficier de ses lumières... sans sortir de chez vous !**

Jusqu'à récemment, seuls ses patients pouvaient réellement bénéficier de ses efforts infatigables pour améliorer leur santé.

Mais le Dr Ménat a toujours souhaité pouvoir aider le plus de gens possible à travers la France, et jusqu'en Suisse, Belgique ou Canada.

Et aujourd'hui, il a trouvé un « système » assez incroyable pour y parvenir, malgré la distance.

Laissez-moi vous expliquer comment ça marche.

## **Comment le Dr Ménat vous « entraîne » à être**

## en bonne santé

Tous les mois, le Dr Ménat écrit spécialement pour vous **un guide** avec ses conseils les plus précieux pour prévenir et traiter la plupart des maladies, et ses solutions pour rester jeune dans son corps et dans sa tête à tout âge.

C'est lui qui écrit tout ce que vous lirez, du début jusqu'à... la toute dernière page !

Cela s'appelle *Guérir & Bien Vieillir – Les Dossiers du Dr Ménat*, et ce sont de véritables « trésors » que vous recevez chaque mois, dans votre boîte aux lettres.

Dans chaque numéro, il traite en profondeur un problème de santé majeur (cancer, arthrose, Alzheimer, ménopause, surpoids...) et vous livre toutes les solutions pour **gagner des années de vie en bonne santé**.

Pour être honnête, quand j'ai eu sous les yeux son premier dossier **sur l'arthrose**, je n'en ai pas cru mes yeux.

Mais... docteur, lui ai-je dit, ce n'est pas un dossier que vous avez écrit... c'est un livre ! »

Et c'est vrai... sauf que ses dossiers sont beaucoup plus passionnants, clairs et agréables que la plupart des livres qui sortent en librairie !

L'objectif du Dr Ménat n'est pas que vous deveniez un « docteur en médecine ».

Ce qu'il veut, c'est que vous « passiez à la pratique » le plus facilement possible, pour optimiser réellement votre santé.

Il ne se contente pas d'être à la pointe de la recherche scientifique... il vous livre aussi la quintessence des traitements qui marchent vraiment, ceux qui ont obtenu des résultats concrets avec ses milliers de patients !

Mais ses dossiers ne s'arrêtent pas là.

Ils vous donnent aussi des alertes médicaments, des informations sur les risques environnementaux, et même des recettes de cuisine santé !

## Délicieuses recettes pour rajeunir... et autres « belles surprises »

Prenez l'exemple de l'alimentation.

Ce n'est pas forcément ce qu'on attend quand on va chez le médecin : mais le Dr Ménat lui n'hésite pas à vous donner chaque mois des recettes de cuisine qu'il élabore lui-même pour guérir et mieux vieillir.



N'aimeriez-vous pas bénéficier des recettes d'un des meilleurs spécialistes français de la nutrition ?

- Il vous apprendra par exemple à faire ses délicieuses rillettes de sardines, une habile manière de faire le plein d'oméga-3, de calcium et de vitamine D, particulièrement intéressant pour la santé des os mais aussi pour les neurones ;
- En bon « héritier » de la grande pionnière de la santé naturelle, la Dr Catherine Kousmine, il vous donnera aussi sa recette revisitée de sa célèbre « crème Budwig » : un plat riche en micronutriments et acides gras essentiels qui favorise le fonctionnement de nos cellules et lutte contre les maladies dégénératives.

Et ce n'est pas tout. Pour faire de chacun de ses dossiers une lecture riche et amusante, il vous donnera chaque mois :

- Ses propres conseils de lecture : des livres de santé qui l'ont marqué à titre personnel, et les meilleurs livres qui sortent sur la santé.
- Des « questions-réponses de patients » : il répond de façon très directe à des « petits problèmes de santé » que ses patients rencontrent régulièrement. Il vous dira ainsi comment utiliser de la propolis pour soigner un aphte, des remèdes homéo à prendre quand on a le trac, et les secrets naturels pour se débarrasser d'un herpès, d'une verrue ou tout simplement pour éviter la chute des cheveux !
- Ses patients le savent bien : le Dr Ménat est une forte personnalité, avec un sacré sens de l'humour... C'est pourquoi il a même tenu à avoir chaque mois une petite rubrique dédiée à l'humour : il parle de thérapie par le rire.

Tous ses conseils sont faciles à appliquer, et il donne  systématiquement  une multitude de possibilités pour que vous puissiez les utiliser efficacement, quelle que soit votre situation.

Je suis sûr que vous attendrez chaque mois son dossier avec impatience, et que vous le dévorerez d'une traite !

## **Le Dr Ménat déteste le jargon... et vous accompagne avec humanité**

Car vous pouvez compter sur lui pour vous parler clairement, dans un langage simple, limpide et sans jargon.

Les dossiers et les articles du Dr Éric Ménat sont toujours faciles à lire : il sait que les mots en latin, les noms d'organes, les noms de molécules donnent parfois mal à la tête !

Il sait aussi mieux que quiconque que pour se soigner, un malade a besoin avant tout de **comprendre de façon claire ce qui lui arrive** !

Un diagnostic et une ordonnance ne suffisent jamais : un bon médecin doit expliquer, conseiller, encourager, parfois persuader ou consoler, mais aussi rassurer ou mettre en garde.

Ce qui distingue le Dr Ménat, c'est son « approche 360° ».

Comme il maîtrise aussi bien la nutrithérapie que l'homéopathie, la phytothérapie que les huiles essentielles, la diététique que l'équilibre émotionnel...

...il parvient à avoir une **approche vraiment globale de la personne !**

## **Des thérapies et des produits dont personne ne parle et qui marchent !**

Dans ses dossiers, le Dr Éric Ménat vous révélera chaque mois **des conseils dont on ne parle jamais dans les médias :**

- Tous les **compléments alimentaires**, même des produits peu connus comme l'héricium : c'est un champignon qui booste votre mémoire et vos capacités intellectuelles en stimulant une molécule (NGF) qui favorise la croissance des neurones.
- Les secrets **des plantes qui soignent**, et comment les utiliser, sous quelle forme et à quel dosage : il vous dira ainsi quelle espèce d'ortie utiliser et quelle partie de la plante. Pour l'arthrose par exemple, ce sera les feuilles et non les racines, qui elles, seront plus intéressantes en cas de problèmes de prostate.
- Il sait aussi que la **dimension corps-esprit** est essentielle dans la prévention et la guérison de toutes les maladies et vous donnera toujours des conseils en ce sens. Pour aider ses patients à maigrir, il n'hésite pas à faire appel à des méthodes « comportementales ».

Le Dr Ménat va puiser dans tout son savoir les méthodes qui marchent le mieux, selon les cas... y compris les plus inattendues !

Car il a beau être un scientifique rigoureux, le Dr Ménat n'hésite pas à vous conseiller, quand c'est utile, le **thermalisme**, la **magnétothérapie ou l'acupuncture**, **l'auriculothérapie**, ou encore **l'organothérapie** (des dilutions homéopathiques de l'organe atteint).

Pour tout vous dire, je ne connais aucun médecin qui ait une connaissance aussi IMMENSE de toutes les solutions naturelles qui marchent.

## **Des remèdes qui ralentissent le vieillissement et écartent les effets des maladies**

Chaque mois, le Dr Ménat vous livrera de véritables trésors qui peuvent littéralement transformer votre forme physique et **faire la différence quand vous commencerez à vieillir** :

- Le **collagène marin**, issu du cartilage de raies, est d'une grande efficacité contre les douleurs de l'arthrose en quelques mois seulement ; ce collagène marin apporte également de nombreux nutriments intéressants et **ralentit le vieillissement de la peau**.
- Pour **consolider vos os** et éviter qu'ils ne se fragilisent avec le temps et à cause de l'ostéoporose, le Dr Ménat recommande la silice minérale qu'on trouvera dans la prêle ou dans le bambou tabashir.
- Le Dr Ménat recommande souvent ce vieux remède inventé par des alchimistes hollandais il y a presque trois siècles : **l'Huile de Haarlem** est un excellent complément alimentaire pour ralentir le vieillissement en faisant le plein de soufre. Elle facilite la récupération après un effort, diminue la fatigue intellectuelle, permet de garder une belle chevelure et des ongles éclatants.
- **Mangez du cacao !** Il était déjà très connu pour **protéger le cœur et les artères**, il va aussi améliorer les fonctions cognitives, en plus de son action sur le stress. Une étude de l'Université Columbia à New York montre que les flavanols du cacao peuvent inverser le déclin normal de la mémoire chez les personnes âgées de 50 à 70 ans. Comme pour le **thé vert**, ces effets sont visibles sur des tests mais aussi sur des examens d'IRM fonctionnelle.
- Rajeunissez votre cerveau avec de la **lécithine de soja naturelle** qui est très riche en deux molécules excellentes pour le cerveau : la phosphatidylcholine, qui **protège notamment les artères** et en particulier celles du **cerveau**, et la phosphatidylsérine qui favorise le **fonctionnement des neurones**.