

Ces magazines « santé » qui racontent n'importe quoi

Chers amis,

Déjà le 4ème numéro de la belle revue Santé Corps Esprit ! Et toujours sans la moindre publicité ! Faites la connaître autour de vous !

Je souhaite vraiment que cette revue prenne une grande place, la première place si possible, face à tous ces magazines grand public "people" (Top Santé, etc.) qui disent n'importe quoi, influencés par des publicités plus ou moins cachées.

Dans le nouveau numéro à paraître de Santé Corps Esprit, vous découvrirez :

L'étonnant pouvoir des huiles essentielles contre Alzheimer. Méfiez-vous des médicaments « officiels » contre cette maladie, suivez plutôt les recettes simples et pratiques que vous donne la pharmacienne le Dr Fabienne Millet, spécialiste en aromathérapie ;

Un dossier magistral du Dr Eric Ménat sur un mal en pleine progression : les intolérances alimentaires. Migraines, fatigue,

maladies de peau, infections à répétition, asthme, rhumatismes, tendinites à répétition, maladies auto-immunes, fibromyalgie... Eviter certains aliments suffit parfois à s'en libérer !

Stress traumatique, anxiété, dépression : une technique spectaculaire, naturelle et très efficace vous est présentée par le Dr Patrick Lemoine, docteur en neurosciences.

L'interview d'Emilie à vous regonfler d'espoir, victime de sclérose en plaque, passée de la crainte du fauteuil roulant à la randonnée sportive, uniquement grâce à des méthodes naturelles !

La méditation à laquelle personne ne pense – une méthode de relaxation développée par le Dr Jacobson, particulièrement efficace si vous avez du mal à rester en place ;

Et les 8 secrets de l'efficacité de la « marche nordique » contre le surpoids, les troubles du sommeil ou la dépression, révélés sans jargon par le médecin du sport Fabrice Kuhn (je pense que vous aurez envie de vous y mettre !) ;

MERCI à tous mes collègues contributeurs qui donnent le meilleur d'eux-mêmes, le meilleur de leur expérience.