

Stéphane Tétart Vanessa Lopez

Guide de poche de naturopathie

**De A à Z,
des fiches pratiques
pour soigner toute la famille
au quotidien**



POCHE
L E D U C . S

Guide de poche de naturopathie

La naturopathie connaît un engouement sans précédent. Grâce à ce guide de poche, écrit par deux experts, adoptez les bons réflexes pour vous protéger, vous et votre famille, contre la maladie et vous maintenir dans un état de bien-être global.

Dans ce livre, vous trouverez :

- Le B.A-BA de la naturopathie ;
- La naturopathie en 14 questions réponses : bien s'alimenter, en quoi ça consiste ? Quels sont les bons réflexes au quotidien ? Super aliments, super forme ? Vaincre le stress, c'est possible ? Cures et régimes, pour quoi faire ?
- Un index des pathologies avec les solutions les plus efficaces en naturopathie pour soigner toute la famille : de A comme articulations à V comme voies respiratoires en passant par digestion et fatigue chronique.

**LES RÉPONSES SIMPLES DE DEUX EXPERTS
À VOS QUESTIONS DE SANTÉ !**

Stéphane Tétart est naturopathe, spécialiste de la détox, de la fatigue chronique et des intolérances. Il est également journaliste et formateur, et organise régulièrement des conférences. **Vanessa Lopez** est naturopathe et énergéticienne. Elle est experte en alimentation saine, spécialisée dans les problèmes de digestion, d'intolérances et de comportements alimentaires, et propose des solutions pour mieux gérer son stress. Ils travaillent tous les deux à Paris et en région parisienne. Ensemble, ils ont déjà écrit *Secrets de naturopathes* et *Stop à la fatigue avec la naturopathie, c'est malin* (Éditions Leduc.s).

ISBN 979-10-285-0346-8



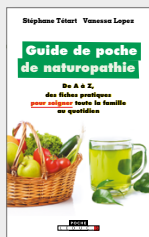
9 791028 503468

6 euros
Prix TTC France

design : bernard amiard
RAYON LIBRAIRIE : SANTÉ

POCHE
L E D U C . S

Nous espérons que cet extrait
vous a plu !



Guide de poche de naturopathie
Stéphane Tétart et Vanessa Lopez



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,
invitations et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

L E D U C . S
E D I T I O N S