



LE BOOM DES MÉDECINES NATURELLES

Rachel FRÉLY

Les médecines naturelles connaissent un succès grandissant en France, permettant d'évoquer un véritable "boom" de ces médecines alternatives. L'auteur vous propose de partir à la découverte de ces diverses thérapies en vous expliquant clairement leurs origines, comment elles marchent, ce qu'elles peuvent soigner, leur mode d'utilisation, leurs effets immédiats et à long terme, sans oublier leurs limites.

184 pages - réf 14888
 Broché - 15 x 23
 ISBN 2.85922.202.2 - © 2005



Éditions DELVILLE SANTÉ

• TABLE DES MATIÈRES •

L'acupuncture - L'aromathérapie - La chiropratique - L'homéopathie
 L'ostéopathie - La phytothérapie - Mincir au naturel avec la naturopathie

Des méthodes qui ont fait leurs preuves :

les méthodes manuelles : massage et auto-massage, palming

Les méthodes réflexes : réflexologie et kinésiologie

Les méthodes mentales : hypnose, training autogène, musicothérapie, sophrologie, relaxation progressive de Jacobson, yoga, reiki

Les méthodes de l'énergie : biokynergie, shiatsu

Les méthodes naturelles : fleurs de Bach, sels de Schüssler

Les règles pour bien choisir son thérapeute

RAPPEL : du même auteur



LES REMÈDES MIRACLES CONTRE LES MAUX DE L'HIVER Rachel FRELY

Rhumes, enrouements, maux de gorge, pharyngites, angines, bronchites, grippe... sont ces maladies de l'hiver que nous avons parfois beaucoup de mal à identifier. Rachel Frély vous aide à mieux connaître ces troubles qui se cachent derrière chaque symptôme dont vous souffrez, vous ou l'un de vos proches, adulte ou enfant. Et elle vous donne les indications précises sur la conduite à tenir pour chaque cas.

215 pages - réf 12311
 Broché - 15 x 23
 ISBN 2.85922.175.1 - © 2004

