



## TABLE DES MATIÈRES

<b>Préface du docteur Alain Horvilleur</b>	<b>15</b>
<b>Docteur Catherine Gaucher</b> La raison du plus faible est toujours la meilleure !	<b>17</b>
<b>Docteur Jean-Pierre Willem</b> Médecines naturelles à travers le monde	<b>27</b>
<b>Docteur Alain Horvilleur</b> Une médecine à la portée des familles: l'Homéopathie Mieux comprendre la spasmophilie	<b>33</b> <b>43</b>
<b>Docteur Gérard Seux</b> L'iridologie, des bases intéressantes pour un bon diagnostic	<b>49</b>
<b>Docteur Jean-Claude Houdret</b> Les succès de la médecine par les plantes Les additifs alimentaires ça sert à quoi ?	<b>55</b> <b>59</b>
<b>Docteur Gérard Pacaud</b> L'alternative aux antibiotiques et les bons remèdes aux petits maux	<b>65</b>
<b>Docteur Dominique Rueff</b> L'automédication nutritionnelle prescrite par la médecine orthomoléculaire	<b>73</b>
<b>Docteur Arnaud Cocaul</b> Le problème du surpoids	<b>79</b>
<b>Anne Duclos</b> Les alicaments: une autre alimentation ?	<b>85</b>
<b>Docteur Claude Chauchard</b> Comment préserver son Capital-Vie	<b>89</b>

<b>Docteur Eric Ménat</b> La diététique d'abord !	97
<b>Docteur Suzanne Preney</b> La Méthode Kousmine : la santé dans une assiette riche de saveurs et de goût	103
<b>Marion Kaplan</b> La diététique selon Kousmine Si le mal a dit : « Pas de gluten, ni de lait », écoutons-le !	109 115
<b>Professeur Philippe Cornet &amp; Nathalie Massebœuf</b> La Nutrition selon Saint-Vidal	121
<b>Jean-Claude Delecroix</b> Le diabète est guérissable !	127
<b>Christiane Faure</b> L'EMDR, une thérapie des émotions	131
<b>France Guillain</b> Hygiène de vie et d'esprit	135
<b>Michel Gillain</b> Les « mets sages » thérapeutiques d'un restaurateur	139
<b>Pierre Gevaert</b> Exhortation à remettre les pieds sur terre	145
<b>Claude Aubert</b> Quelle agriculture dans nos assiettes : bio, raisonnée ou O.G.M. ? L'espérance de vie monte, mais attention aux désillusions	153 160
<b>Jean-Claude Basdekis</b> La diététique du sportif	167
<b>Christophe Geoffroy</b> La préparation nutritionnelle du sportif	177
<b>Claude Compain</b> Marathonien de l'idéal et éducateur de santé	181