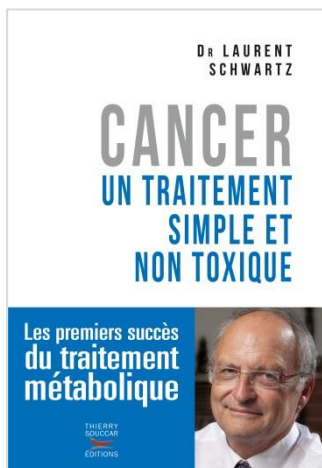


NOUVEAUTÉS

SEPTEMBRE – NOVEMBRE 2016



Cancer, un traitement simple et non toxique

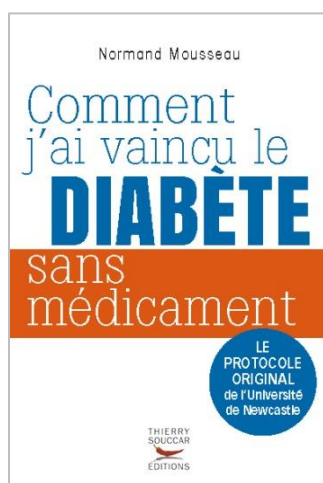
Dr Laurent Schwartz

Le nombre de cancers explose et, malgré ce qu'on entend sur les progrès de la médecine, la mortalité n'a quasiment pas baissé depuis 1960, surtout pour les tumeurs du pancréas, des poumons, du foie, du cerveau...

Et si, au lieu de chercher à détruire les cellules cancéreuses avec des traitements agressifs, on les rendait à nouveau fonctionnelles ?

C'est la piste suivie par le Dr Laurent Schwartz, et d'autres scientifiques dans le monde. Dans cet ouvrage, il présente un traitement métabolique du cancer qui vise à normaliser le fonctionnement des cellules cancéreuses.

1^{er} Septembre 2016 – 128 pages – 10.00 €



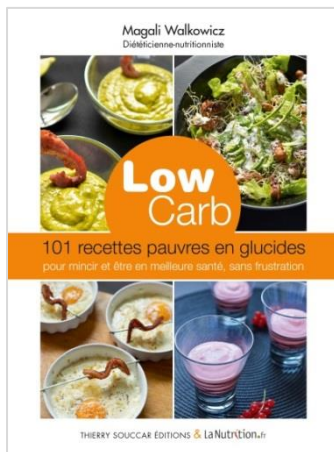
Comment j'ai vaincu le diabète sans médicament

Normand Mousseau

Normand Mousseau, un physicien canadien atteint de diabète de type 2, nous livre le récit autobiographique de sa guérison. Quand son médecin lui annonce sa maladie, Normand est tout d'abord sous le choc. Les recommandations qu'on lui fait (alimentation, activité physique, médicaments...) se révèlent inefficaces. Il se documente alors et découvre les travaux de chercheurs anglais de l'université de Newcastle. Pendant 2 mois, Normand suit ce protocole, et aujourd'hui, il n'est plus diabétique.

13 Octobre 2016 – 288 pages – 17.00 €

**JOURNÉE MONDIALE
DU DIABÈTE
LE 14 NOVEMBRE 2016**

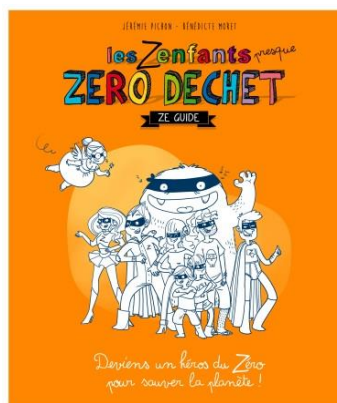


Low Carb : 101 recettes pauvres en glucides

Magali Walkowicz

Par l'auteure de *Céto Cuisine*, voici 101 recettes créatives et originales pour celles et ceux qui suivent un régime low carb (de l'anglais *low carbohydrate*, pauvre en glucides). Les régimes low carb (comme Atkins) font de plus en plus d'adeptes. Ils consistent à diminuer fortement sucres, pommes de terre, pain, pâtes, riz et produits céréaliers. Les études montrent que le low carb est très efficace pour maigrir ou prévenir/traiter le diabète. Les recettes de ce livre sont compatibles avec tous les régimes pauvres en sucres (livres publiés chez Thierry Souccar) : première phase du Nouveau Régime IG, Nouveau Régime Atkins, Régime cétogène (plus riche en graisses).

20 Octobre 2016 – 224 pages – 20.00 €



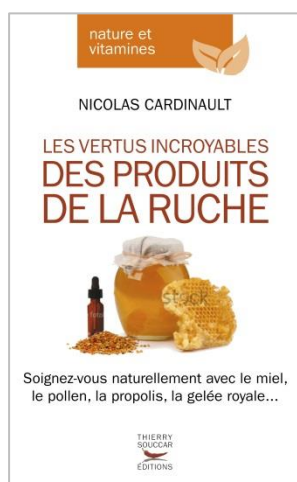
Les Zenfants Zéro Déchet

Jérémie Pichon et Bénédicte Moret

Après *Famille Zéro Déchet*, *Ze guide*, Jérémie et Bénédicte reviennent avec *Les Zenfants Zéro Déchet* : un guide illustré pour encourager les enfants à être acteurs de la protection de l'environnement. L'objectif : devenir un « héros du zéro » et sauver la planète. Pour les guider à chaque étape, de drôles de héros aux superpouvoirs : Compostman, le héros du compostage ou encore la Fée Letoi, héroïne du goûter fait maison.



10 Novembre 2016 – 96 pages – 12.90 €

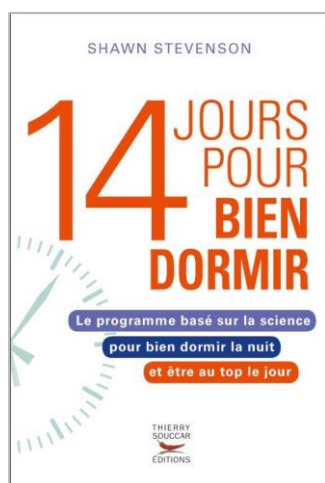


Les vertus incroyables des produits de la ruche

Nicolas Cardinault

Ce livre est un petit guide pratique d'apithérapie, la médecine des abeilles. Miel, propolis, pollen, gelée royale, cire d'abeille et même venin sont utilisés depuis des millénaires pour soigner. Aujourd'hui la science permet de mieux comprendre ces vertus thérapeutiques et en découvre de nouvelles. Ce livre les détaille, études à l'appui : la propolis comme antibiotique puissant, le miel excellent cicatrisant, la gelée royale pour booster les performances intellectuelles, le venin pour venir à bout de l'acné, le pollen pour restaurer la flore intestinale...

19 Novembre 2016 – 160 pages – 9.90 €



14 jours pour bien dormir

Shawn Stevenson

Cet ouvrage présente 21 stratégies validées par la science pour renouer avec le sommeil, donc être en meilleure santé et retrouver un niveau d'énergie physique et mental optimal. Alimentation, compléments alimentaires, méditation, exercice physique, équipement de la chambre, gestion des écrans... : toutes les stratégies sont inspirées de travaux scientifiques que l'auteur traduit en conseils simples, clairs et concrets. Elles sont rassemblées dans un programme progressif personnalisé de 14 jours, accompagné d'auto-questionnaires quotidiens, pour mettre en œuvre ce qui marche vraiment pour soi.

24 Novembre 2016 – 288 pages – 20.00 €

Collection F*CK

Dr Michael Bennett et Sarah Bennett

Manuels de survie pour faire face aux problèmes de la vie

5 premiers titres parus en juin



La plupart des gens lisent des livres de développement personnel dans l'espoir d'aller mieux ou vont voir un psy parce que, malgré des efforts acharnés, ils ne parviennent pas à résoudre leurs problèmes. Ils sont déprimés, angoissés, minés par des pulsions autodestructrices ou une relation conflictuelle... Ils espèrent un conseil ou une thérapie qui résoudra le problème, soulagera leur souffrance. Une recette miracle en quelque sorte. L'auteur est persuadé que cette quête de solution est le signe évident que ces personnes se voilent la face. Elles ne veulent pas voir que bien des choses dans la vie, chez les autres ou dans leur propre personnalité, ne peuvent être changées.

Là où les autres livres de développement personnel garantissent la voie vers un bonheur assuré, la collection *F*ck* va droit au but et affirme qu'une telle voie n'existe pas. *F*ck* surprend et bouscule. Inutile d'attendre plus longtemps le début d'une amélioration. Il faut accepter ce qui est. *F*ck* ne berce pas d'illusions et ne promet aucun happy end, mais donne des moyens concrets pour renoncer à changer ce qui ne peut l'être et faire de son mieux avec ce que l'on contrôle vraiment.

4 nouveaux titres à paraître en novembre

Après *F*ck : l'amour, le développement personnel, les connards, les parents parfaits & la sérénité* parus en juin – 4 nouveaux titres sont à paraître en novembre sur les thèmes de la communication, l'estime de soi, le dévouement et la justice.

10 Novembre 2016 – 112 pages – 6.90 €



CONTACT PRESSE

presse@thierrysouccar.com

04 66 53 53 68

WEB

Retrouvez nos communiqués sur
thierrysouccar.com
rubrique Presse